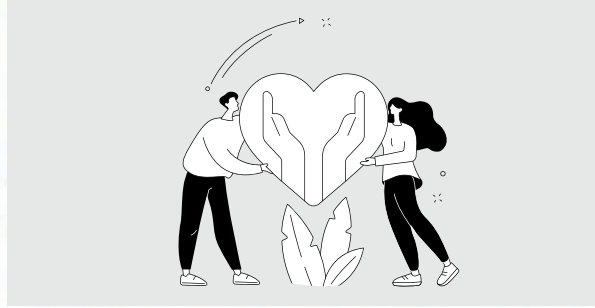




TIP FAKÜLTESİ SOSYAL SORUMLULUK PROJESİ DERGİSİ



Künye

İmtiyaz Sahibi

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi

Yazı İşleri Sorumlusu

H. Reyhan Eğilmez

Genel Yayın Yönetmeni

Ünal Özüm

Yayın Kurulu

Prof. Dr. Reyhan Eğilmez

Prof. Dr. Hatice Özer

Prof. Dr. Ünal Özüm

Dr. Öğr. Üyesi Sanem N. Karaca

Dr. Öğr. Üyesi Gaffari Tunç

Dr. Öğr. Üyesi Tülay Koç

Nuriye Sarıakçalı

Tasarım

Nuriye Sarıakçalı

Yusuf Solum

Dağıtım

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Matbaası

Genel Yayın Koordinatörleri

Nuriye Sarıakçalı

Beril Özer

Emin Erdem

Semih Nur Can

Yusuf Solum

Aliyar Koca

Misyonumuz

Toplum ve birey sağlığı hakkında duyarlılığı arttırmak ve dayanışmayı desteklemek amacıyla Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinin öğretim üyeleri, araştırma görevlileri ve diğer sağlık çalışanlarıyla birlikte hem Sivas Cumhuriyet Üniversitesi hem de diğer kurum ve kuruluşlarla iş birliği ile gerçekleştirecekleri projeler yoluyla birey ve toplum sağlığına yönelik kazanımlar elde etmek.

Vizyonumuz

Birey ve toplum sağlığına ilişkin yeni sorunların keşfedilmesi ve mevcut sorunlara ilişkin güncel bakış açısının ortaya konması konularında teorik ve pratik çözümler üretmek amacıyla, tıp fakültesi öğrencilerinde kendi kurumu ile diğer kurumları bütünleştiren bir bakış açısı ortaya koymak.



Ön Söz



Değerli meslektaşlarım, sevgili okuyucular,

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi ülkemizde bu alanda ilk kurulan dokuzuncu Tıp Fakültesi olması nedeniyle sağlık sektöründe çok önemli ve ayrıcalıklı bir yere sahiptir. Fakültemizin geçmişten gelen köklü yapısının yanında, güçlü ve tecrübeli akademik kadrosuyla da yurdumuzda sağlık alanında birçok ilklere öncülük etmiştir. Tıp öğrencilerinin sosyal alandaki gelişmelerine katkı sağlayacak, ekip çalışmasının önemini, etkisini öğretecek ve aynı zamanda iletişim becerilerine de önemli kazanımlar katacak olan “Sosyal Sorumluluk Projesi” adı altında meydana getirmiş oldukları faaliyetleri, dergimizin bu sayısında sizlerle paylaşıyoruz. Unutulmaması gerekir ki bu çalışmalar, öğrenime katkı açısından, sosyal sorumluluk alanında pek çok Tıp Fakültesine örnek teşkil edecek özverili çalışmalardan oluşmaktadır. Başlangıçta bir avuç öğrencinin sabırlı, kararlı ve fedakar hocalarının liderliğinde başlamış, sonrasında ise bu çalışmalar bir kıvılcım gibi büyümüş ve sonuçta karşımıza etkin, dinamik, mücadeleden yılmayan, sorumluluk bilincine sahip bir öğrenci topluluğu çıkarmıştır.

Sosyal sorumluluk projesinde görev alan ve proje komisyonundan canla başla çalışan, çok sevgili Sosyal Sorumluluk Projesi Komisyon Başkanımız Sayın Prof. Dr. Reyhan EĞİLMEZ başta olmak üzere komisyonumuzun diğer kıymetli üyelerini, öğrencilerimizin gelişmesine yönelik, böylesine güzel ve değerli çalışmalarındaki katkılarından dolayı tebrik ediyorum, kutluyorum. Bu çalışmalar; öğrencilerimize mezuniyet sonrası meslek hayatlarında girişimcilik, sorumluluk bilinci, iş yapabilme kabiliyeti, mesleki beceri ve hedefe ulaşma alanında çok büyük katkı sağlayacağı inkar edilemez bir gerçektir. Bu çalışmaların yayın aşamasına getirilmesindeki katkılarından dolayı Genel Yayın Koordinatörümüz Sayın Nuriye SARIAKÇALI başta olmak üzere, ekip içerisinde çalışmada görev alan Tıp Fakültesi öğrencilerimizi tebrik ediyorum, başarılarının devamını diliyorum.



Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Sosyal Sorumluluk Projesi Komisyonu

Sosyal Sorumluluk Proje Komisyonunun amacı; Tıp Fakültesinin, topluma yönelik ve topluma dayalı sorumlulukları çerçevesinde gerçekleştirilecek olan sosyal sorumluluk çalışmalarının düzenlenmesi ve denetlenmesidir.

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Sosyal Sorumluluk Projesi Komisyon Üyeleri

Prof. Dr. Hatice Reyhan EĞİLMEZ (Başkan)

Prof. Dr. Hatice ÖZER

Prof. Dr. Ünal ÖZÜM

Dr. Öğr. Üyesi Sanem NEMMEZİ KARACA (Başkan Yardımcısı)

Dr. Öğr. Üyesi Tülay KOÇ

Nuriye SARIAKÇALI (Sekreteryası)

Yusuf SOLUM (Öğrenci)

Semih Nur CAN (Öğrenci)

Emin ERDEM (Öğrenci)

Aliyar KOCA (Öğrenci)

Beril ÖZER (Öğrenci)

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Sosyal Sorumluluk Projesi Yönergesi

Amaç

Madde 1 - (1) Bu yönergenin amacı; Sosyal Sorumluluk Proje Komisyonunun yapısını ve görevlerini tanımlamaktır.

Kapsam

Madde 2 - (1) Bu Yönerge; Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesinin Sosyal Sorumluluk Proje Komisyonunun kuruluş, görev, yetki, sorumluluk ve çalışma esaslarına ilişkin hükümleri kapsar.

Dayanak

Madde 3 - (1) Bu Yönerge, 4)11)1981 tarihli ve 2547 sayılı Yükseköğretim Kanununun 16) maddesine dayanılarak hazırlanmıştır.

Tanımlar

Madde 4 - (1) Bu yönergede geçen tanımlar;
a) Araştırma Görevlisi: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi araştırma görevlisini,
b) Dekan: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanı,
c) Görevli: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıp Eğitimi Anabilim dalı görevlisini,
ç) Komisyon: Sosyal Sorumluluk Proje Komisyonu,
d) SCÜ: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi,
e) Tıp Fakültesi: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi,
f) Tıp Fakültesi öğrencisi: Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencisini,

ifade eder.

Komisyonun Oluşturulması ve Çalışma Esasları

Madde 5 - (1) Sosyal Sorumluluk Proje Komisyonunun amacı; Tıp Fakültesinin, topluma yönelik ve topluma dayalı sorumlulukları çerçevesinde gerçekleştirilecek olan sosyal sorumluluk çalışmalarının düzenlenmesi ve denetlenmesidir.

(2) Sosyal sorumluluk projeleri üç grup altında düzenlenir. Bunlar;

a) Öğretim üyeleri, bilim dalları ve veya anabilim dallarının projeleri,

b) Uzmanlık öğrencilerinin projeleri,

c) Öğrencilerin düzenlediği sosyal sorumluluk projeleridir.

Madde 6 - (1) Komisyonun oluşturulması ve çalışmaları için tüm görevlendirmeler Dekan tarafından yapılır.

a) Komisyon en az 3 öğretim üyesi, Tıp Eğitimi Anabilim dalından en az 1 görevli, en az 2 araştırma görevlisi ve en az 3 öğrenciden oluşur.

b) Öğrenci üyeler, her eğitim öğretim dönemi başında gönüllü öğrenciler arasından komisyon önerisi ile Dekan tarafından görevlendirilir.

c) Komisyon, üyeleri arasından bir başkan, bir başkan yardımcısı ve bir sekreter seçer.

ç) Komisyon, gerektiğinde alt komisyonlar oluşturur. Alt Komisyonlar, görevlendirildikleri konu üzerindeki çalışmalarını komisyonun belirlediği süre içinde tamamlayarak hazırladıkları raporları komisyonuna sunar.

d) Komisyon başkanı, alınan kararları Dekanlığa yazılı olarak rapor eder.

Üyelerin Görev Süresi

Madde 7 - (1) Üyelerin görev süresi 2 (iki) yıldır. Görev süresi sona eren üye yeniden atanabilir.

(2) Bir takvim yılı içinde, izinsiz veya mazeretsiz olarak üst üste üç toplantıya ya da aralıklarla beş toplantıya katılmayan üyenin üyeliği diğer ve yerine aynı yöntemle yenisi seçilir. Komisyon üyeliğinin düşmesi Dekan onayının ilgiliye tebliğiyle yürürlüğe girer.

(3) Öğretim üyesinin komisyon üyeliğinden çekilme isteği, Komisyon Başkanı'nın Dekanlığa bildirmesi ve onayı ile yürürlüğe girer.

(4) Komisyon görevlendirmeleri, üyelerinin görevinin tamamlanmasından arından bir ay içinde Dekanlık tarafından yapılır.

Görev, Yetki ve Sorumluluklar

Madde 8 - (1) Komisyonun görevleri;

a) Fakültenin katılımla düzenlenecek olan sosyal sorumluluk projelerini düzenlemek,

b) Yürütülen sosyal sorumluluk projelerini izlemek,

c) Proje yürütücülerinden sosyal sorumluluk projeleri hakkında yazılı bilgi almak,

d) Yürütülmüş olan projelerin raporlarını Dekanlığa iletmek. Komisyonun çalışma esasları

Madde 9 - (1) Komisyon her eğitim-öğretim dönemi başında ve sonunda birer kez ve eğitim-öğretim dönemi boyunca da iki kez olmak üzere yılda en az dört kez toplanır. Komisyon Dekan, Başkan ve üyelerin talebi ile ek toplantı yapabilir.

(2) Komisyonun toplanabilmesi ve karar alabilmesi için üye tam sayısına göre salt çoğunluğun toplantı saatine hazır olması gerekir.

(3) Her eğitim-öğretim dönemi başında yapılan ilk toplantılarda, belirlenmiş stratejik hedeflere göre çalışma planı, iş bölümü ve çalışma takvimi hazırlanır.

(4) Komisyon, gündemle toplanır. Sekreter her toplantı için toplantı tutanağı tutar ve tutanak Dekanlığa iletilir.

(5) Komisyon, eğitim-öğretim dönemi sonunda faaliyetleri ile ilgili rapor ve gelecek eğitim-öğretim dönemi ile ilgili önerilerini Dekanlığa sunar.

Yürürlük

(6) Her yıl yeni proje başlıklarının eklendiği toplumsal farkındalık oluşturan, topluma yönelik sağlık, sanat, teknoloji, çevre ve spor alanlarını içeren sadece Tıp Fakültesi öğretim üyeleri değil, gerektiğinde sosyal bilimler, güzel sanatlar ve mühendislik fakültelerinden öğretim üyeleri, sivil toplum kuruluşları ve kamu kurumları ile

birlikte yürütülen projelerdir.

(7) Her yıl eğitim-öğretim yılı başında Tıp Fakültesi öğretim üyeleri, fakülte dışı öğretim üyeleri, öğrenciler ve dış paydaşlardan (Sağlık Müdürlüğü, Tabip Odası, Belediye Başkanlığı vs.) proje teklifinde bulunmaları istenir.

(8) Proje teklifleri bu amaçla oluşturulan başvuru formları kullanılarak yapılır. Proje teklifleri Sosyal Sorumluluk Projeleri Komisyonu tarafından değerlendirilerek kabul edilerek Dekanlığa sunulur. Fakülte Kurulunda kesinleşen projeler ilan edilir Sosyal sorumluluk projeleri Dönem 1 için zorunlu, Diğer dönemler için gönüllülük

esasına göre uygulanır.

(9) Dekanlık bu projeleri ilan eder ve çıkacak öğrenciler bu projelere kayıt yaptırırlar. Her bir projeye dekanlık tarafından bir sorumlu öğretim üyesi atanır. Yılsonunda sorumlu öğretim üyesinin doldurduğu başarı değerlendirme formuna göre başarılı bulunan öğrencilerin, sınıf geçme başarı notuna 1-5 (Bir- Beş) arası puan eklenir.

Bir öğrenci birden fazla projeye katılabilir ancak en fazla bir projeden puan alma hakkı vardır. Projeye kayıtlar proje önerisi verenerler hariç ilgili projeye başvuru sırasına göre yapılır. Öğrenci kayıtları proje sayısı ve kontenjan toplamına göre sınırlıdır.

Yürürlük

Madde 10 - (1) Bu Yönerge, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Senatosu tarafından kabul edildiği 07/07/2021 tarihi itibarıyla yürürlüğe girer.

Yürürlük

Madde 11 - (1) Bu Yönerge hükümlerini Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanı yürütür.

İ Ç İ N D E K İ L E R



7 Halk Sağlığı Haftası
(Aşını Ol, Kahveni Kap!)



8 Çevre Farkındalığı
(Mavi Umutlar)



9 Halk Sağlığı Haftası
(Radyo Programı)



13 Organ Nakli
(Radyo Programı)



15 Çocuk Hakları Haftası
(Radyo Programı)



17 Cinsel Sağlık(AIDS)
(Radyo Programı)



20 Sigarayı Bırakma Günü
(Radyo Programı)

Sokak Hayvanlarına Yardım
(Radyo Programı)

23



Kadınlar Günü
(Radyo Programı)

27



Orman Haftası
(Radyo Programı)

32



Ruh Sağlığı Haftası
(Radyo Programı)

36



Çevre Farkındalığı Haftası
(Radyo Programı)

37



Genç Yeryüzü Doktorları
Genç YYD

41



Bir Çocuk Bir Dilek
(Leyladan Sonra)

42



Halk Sağlığı Haftası (Aşını Ol, Kahveni Kap!)

“Aşını ol, kahveni kap” projesi kapsamında Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Aşı Polikliniğinde aşı olan vatandaşlara aşının önemi gibi genel bilgilerden bahsedildikten sonra kahve kuponu verilerek hem insanları aşıya teşvik etmek hem de toplumsal bilinci artırmak amaçlandı. Ayrıca aşı polikliniğinde asistan doktorlar ve hemşirelerle de etkileşimde bulunuldu ve aşı sürecini gözlemlene şansı elde edildi.



Organ Nakli (Toprak Olmasın Can Olsun)

Toplumumuzun organ bağışıyla alakalı olan ön yargılarını kırmak ve farkındalık kazandırmak amacıyla Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Hastanesinde stand açarak organ bağış detaylı bir şekilde anlatıldı, ayrıca organ bağışıyla alakalı bilgilendirici afişler verildi ve vatandaşların soruları cevaplandı.

Çocuk Hakları Haftası (Küçücüğüm Her Şeyim)

Çocuk hakları konusunda farkındalığın artırılması, çocuk istismarına karşı daha bilinçli, her türlü hak ihlalinde gerekli işlemlerin yapılmasını sağlayabilecek bilinçli bireylerin oluşturulması amaçlanarak Çocuk İzlem Merkezi ziyaret edildi ve yine aynı amaç doğrultusunda webinar gerçekleştirildi.



Sokak Hayvanlarına Yardım

Sivas'ın sert ikliminden dolayı yemek ve su bulmakta güçlük çeken ve dirençli düşen kedi, köpek ve kuşların yiyecek ve su bulmalarını kolaylaştırarak onlara yardımcı olmak amacıyla, geri dönüştürülecek plastik şişelerden mama ve su kapları yapıldı. Mama ve su kapları Sivas Cumhuriyet Üniversitesi kampüsünün farklı noktalarına yerleştirildi. Bu sayede hem hayvanlarımız için besin sağlandı hem de plastik şişeler için ayrı bir kullanım alanı sağlandı.

Sivasspor Bağlantılı Organizasyon



Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Hastanesi pediatri bölümünü ziyaret ederek, serviste yatan çocuk hastalarımıza Sivasspor sevgisini aşılamak ve çocuklarımızın o anlık durumunu güzelleştirmek amacıyla sohbet edilip, çocuklarımıza atkı, bayrak, çikolata ve kek hediye edildi.

Çevre Farkındalığı (Mavi Umutlar)

Belirli noktalara kutu koyarak atık plastik kapaklar toplandı. Daha sonra bu kapaklar engelli vatandaşlarla ilgili kampanya yapan kurumlara teslim edilerek hem çevredeki atıklar azaltıldı hem de engelli vatandaşlarımıza destek sağlanmış oldu.



Halk Sağlığı Haftası

(Radyo Programı)

Aşıların Önemi ve Covid Aşısı (Burcu Çödel)

Aşı, tarih boyunca birçok salgının önüne geçmiş çok etkili bir yöntemdir. Zayıflatılmış hastalık virüsü, hastalık etkilerinin parçaları ya da salgılarıyla oluşturulan aşılar, vücutta aktif bağışıklık sağlayarak hastalığı daha hafif geçirmemizi sağlar ve hastalık etkeninin vücudumuzda yayılmasının önüne geçer. Aşıların üretim aşamaları şu şekildedir: Önce laboratuvar aşamalarıyla başlar, hayvan ve insanlar üzerinde yapılan deneylerle devam eder. Olumlu sonuç alınırsa onay, üretim ve dağıtım aşamalarıyla devam eder. Covid-19 aşısında bu süreç hızlandırılabilirdi çünkü bu virüs önceki salgınlara sebep olan Sars ve Mers korona virüsleriyle aynı aileden. Aşılar dağıtıldıktan sonra yeterli bağışıklığın sağlanması için 3-4 hafta arayla 2)dozun uygulanması lazım. Aşının başarılı olabilmesi içinse toplumun çoğunun aşılanması gerekiyor. Buna toplum veya sürü bağışıklığı deniyor. Biz de bu toplum bağışıklığını sağlamak için aşılarımızı olmalıyız.

Kaynakça (www.youtube.com/watch?v=YgzdWATzVic)

Pandemide Yaşlı Olmak (Esinnur Karakaya)

Şüphesiz pandemi her yaştan insanı etkilemiştir. Fakat verilerden baktığımızda en fazla etkilenen grubun yaşlı kesim olduğunu görüyoruz. Bu durum yaşlılarımızın acaba ölecek miyim, sağlığım tehlikede mi gibi sorular sormasına neden olmuştur. Sokağa çıkma yasağıyla birlikte daha da yalnızlaşan yaşlılarımız ruhsal ve bedensel olarak sıkıntılar yaşamışlardır. Ruhsal olarak sıkıntı yaşamamak için haberleri çok fazla takip etmemelerini tavsiye ediyoruz. Bedensel sıkıntılar içinde yaşlılarımızın çevresine çok iş düşmektedir. Yaşlılarımızı bol bol ziyaret etmelidirler. Yüz yüze olmasa dahi telefonla iletişimi sağlamalıdır. Evde de olsa bolca hareket etmelerini sağlamalı, gerekli su ve meyve tüketimini hatırlatmalıdır.

Kaynakça

(<http://hastane.ankara.edu.tr/2020/12/18/pandemide-yasli-olmak/>)



Çocuklarda ve Gebelerde Yapılan Tarama Testleri ve Erken Teşhisin Önemi (Mehmet Nuri Karadalak)

Gebelikte uygulanan tarama testleri sayesinde gebelik döneminde karşılaşılabilecek sorunların erken dönemde tespit edilmesi ve yüksek risk grubundaki gebelerin ayırıştırılması mümkün olabilir. Başlıca gebelikte yapılan tarama testleri şunlardır; Kan Grubu ve antikor taraması: Kan uyuşmazlığı olup olmadığını belirlemek için uygulanmaktadır. Özellikle annenin Rh(-) babanın Rh(+) olduğu durumlarda kan uyuşmazlığı söz konusu olabilir. Kan hücrelerinin nitelik ve nicelik olarak taranması: Gebelikte kansızlığa bağlı gelişebilecek risklerin önlenmesi açısından kan hücrelerinin nitelik ve nicelik olarak taranması oldukça önemlidir. Torch taraması: Torch terimi bu hastalığa sebep olan etkenlerin baş harflerinden oluşan bir terimdir. Bu test hem yeni doğan bebeklerde hem de kapsadığını hastalıklardan herhangi birinin belirtilerini gösteren gebede uygulanır. Bu hastalıklardan herhangi bir sebebiyle enfekte olmuş doğan bebeklerde sağırılık, katarakt, kalp kusurları, nöbetler, zekâ geriliği, satılık veya düşük trombosit problemi görülebilir. Rubella taraması: Rubella kızamıkçık olarak da bilinen bir virüs türüdür. Fetüse bulaşması durumunda ciddi doğumsal kusurlara yol açabilir.

Okul Öncesi Sağlık Taramaları Önemi Nedir?

Yaşamın her dönemi toplum sağlığı açısından önemi olmakla birlikte çocukluk çağı özel ilgi gerektiren bir dönemdir. Çocukluk çağında yavaş yavaş başlayan pek çok erişkin hastalığının önlenmesi bu dönemde yapılan taramalar ile mümkün olabilmektedir. Çocukluk çağı taramalarının başlıcaları şunlardır; Yeniden doğan taramaları, görme taramaları, kansızlık taramaları, yüksek kan basıncı taraması, kolesterol yüksekliği taraması.

Kaynakça

(<https://www.memorial.com.tr/saglik-rehberi/okul-onesi-cocuklara-check>)

Kanser Nedir ve Kanserde Erken Teşhisin Önemi (Nisanur Ağırbaş)

Kanser dünyada ve ülkemizde en önemli ölüm nedenlerinden biridir. Kanser basitçe normal hücrelerin tümör hücrelerine dönüşerek kontrolsüz çoğalmasına denir. Sonraki aşamada ise farklı organlara yayılabilir. Ülkemizde erkeklerde sık görülen kanserler; akciğer, prostat, kalın bağırsak, mesane ve mide kanseridir. Kadınlarda ise genellikle; meme, tiroid, kalın bağırsak, rahim ve akciğer kanseridir. Genetiğimiz kanser oluşturmada %5-%18 risk taşıırken en büyük riski %90-%95'lik oranla çevresel faktörler ve yaşam tarzımız etkiler. Bu da demek oluyor ki kansere karşı tavrımız çok önemli. Peki ne gibi şeylere dikkat etmeliyiz? Alkol ve tütün kullanımını azaltmak, kötü beslenme alışkanlıklarını terk etmek, spor ve egzersizlerimize dikkat etmek, stresten kaçınmak... Kanser belirtilerini, bulgularını erkenden fark edip araştırılması önemlidir. Bunun içinse taramalar çok önemlidir. Ülkemizde ve dünyada henüz hiçbir şikâyeti olmayan insanlar rutin olarak taranmaktadır. Bu taramaların başarılı olması için toplum tabanlı ve hedef nüfusun %70'ini kapsamalıdır. Bu kapsamda sağlık bakanlığımız tarafından önemli araştırmalar yürütülüyor. Kanser Erken Tarama ve Teşhis Merkezleri (KETEM) kurulmuş olup ülkemizde 208 adet KETEM mevcuttur. KETEM dışında aile hekimlerinin bulunduğu aile sağlığı merkezlerinde de kanser tarama programları yürütülmektedir. Her birey aile hekimine başvurabilir. Ailede kanser öyküsü varsa tarama şekli ve tarama yaş aralığı da değişmektedir. Ülkemizde kanser hakkında sayısal veriler:

- Ülkemizde her yıl yaklaşık 175.000 kişiye kanser teşhisi koyulmaktadır. Türkiye'de kanser görülme sıklığı Avrupa'daki ülkelere ve Amerika'ya göre daha düşüktür.
- Kadınlarda sık görülen kanserlerden biri olan meme kanseri her 4 kadından 1'inde görülmektedir. Bir yılda 17.000'den fazla kadına meme kanseri teşhisi konulmuştur. Bu noktada erken teşhisin ve kanser taramaların önemi görülüyor. Meme kanserinde 20 yaşından sonra elle muayene 40 yaşından itibaren ise düzenli olarak mamografi çekirtmeleri gerekiyor. Sonuç olarak kanser taramaları halk sağlığı açısından önemli uygulamalardan biridir ve erken teşhis hayat kurtarır!

Kaynakça

(<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/kanser-nedir-belirtileri/kanser-nedir-belirtileri1/kanserin-nedenleri-ve-s%C4%B1k-g%C3%B6r%C3%BClen-kanserler.html>)

Toplum Sağlığını Koruma ve Geliştirme (Salih Ocak)

DSÖ Anayasasında yapılan tanıma göre 'Sağlık yalnızca hastalık ya da sakatlığın olmayışı değil beden, ruhen ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir'. Sağlığı koruma yolları çevresel ve kişisel olarak iki başlık altında incelenir. Çevresel sebeplere yönelik koruyucu önlemlerin amacı, insan sağlığına zarar veren faktörleri kontrol altına alarak insanları olası zararlardan korumaktır. Çevresel korunma yöntemlerinde; Atıkların zararsız hale getirilmesi, hava kirliliğinin önlenmesi, temiz su sağlanması, gıda kontrolü vb. yöntemler etkilidir. Kişisel korunma yöntemlerinde ise; Sağlık eğitimi, kişisel temizlik, aile planlaması, bağışıklama, erken tanı, beslenme, sportif faaliyetler vb. yöntemler etkilidir. Sağlık bireysel olmanın yanı sıra toplumsal bir husustur. Eğer sağlıklı bir çevrede isek, daha uzun ve mutlu yaşayabiliriz. O nedenle toplumun sağlık düzeyini yükseltecek çabalar içinde olmalıyız. Sağlığı geliştirme, sağlığı etkileyen bireysel ve çevresel potansiyellerin en etkin biçimde kullanılmasıdır. İnsan yaşantısına sağlık, mutluluk, canlılık ve uzunluk katma çabasıdır. Toplumların sağlık düzeylerinin yükseltilmesi halk sağlığı ilkelerinin uygulanması ile mümkün olabilir. Bu ilkeleri yalnızca sağlık personellerinin bilmesi ve uygulaması yeterli değildir, toplumdaki herkesin bilmesi ve uygulaması gereklidir.

Kaynakça

(<http://www.halksagligi.hacettepe.edu.tr/hakkinda/kavram.php>)



Sivas'ın Çınarları (Radyo Programı)



Yaşlanma karmaşık bir biyo-psiko ve sosyal süreç olup organ ve hücreye değil türe özgüdür. Canlının olgunlaşma süreci tamamlandıktan sonra fizyolojik yedek kapasitelerinin giderek azaldığı, gittikçe yıprandığı ve buna bağlı olarak yaşam fonksiyonlarının aksadığı bir süreci ifade eder. Fizyolojik demişken yaşlılıkta görülen fizyolojik değişikliklerden bahsedelim. Hepimizin de bildiği gibi hareketlerde yavaşlık, daha fazla yorgunluk hissi, şişmanlama, unutkanlık, ciltte kırışıklıklar olarak söyleyebiliriz. Bunların yanı sıra iskeletin mineral içeriği azalır ki yaşlıların kemiklerinin kolay kırılmasının nedeni de budur. E tabi yaşlılıkta duyu organları da zayıflar. Hatta ninelerimiz dedelerimizle sohbetlerimiz hep yüksek volümlü olmuştur. Bunun yanında yaşlılıkta mesane kapasitesi de azalır. Dolayısıyla idrar tutamama daha sık görülür. Ee biz yaşlı yaşlı diyoruz ama kimler yaşlı? Şimdi bir de ondan bahsedelim. Dünya Sağlık Örgütü insan ömründe yaşlanmaya kronolojik bir sınır getirmiştir. Bu sınır da 65 yaştır. Ama sizin de vardır illaki çevrenizde 65'ten büyük olup kendilerine nine dede dediğimizde kızanlar. Neyse biz onları şimdilik bir kenara bırakıp yaşlılığın tanımını bir de Dünya Sağlık Örgütünden dinleyelim. Dünya Sağlık Örgütüne göre ise yaşlılık yaşamsal fonksiyonların sürekli azalması, tüm organizmanın verimliliğinde görülen azalma ve çevresel faktörlere uyum sağlama yeteneğinin azalması olarak tanımlanır. Yaşlılık nedir, kimlere yaşlı denir sorularının cevabını öğrendiğimize göre şimdi de yaşlılıkta sık görülen hastalıklara gelemiz. Öncelikle hepimizin çevresinde illaki olan diyabetten başlayalım. Diyabet diğer adıyla şeker hastalığı, pankreasın yeterince görev yapamaması nedeniyle salgıladığı insülin miktarındaki yetersizlikten veya dolaşımdaki insülinin yeterince etkin olmaması ve kan şekerinin düşürülememesi ile kendini gösteren kronik bir hastalıktır. Sık idrara çıkma, sıklıkla acıkma, çok su içme, halsizlik, kilo kaybı diyabetin belirtileridir. Özellikle yaşlı hastalarda kimi zaman hastalığa bağlı gözde etkilenme, böbrek hasarı, sinir hasarı olarak da belirti gösterebilir. Şeker hastalığı neden önemlidir sorusunun cevabına gelecek olursak da eğer tedavi edilmezse kan şeker düzeyinin yüksek olmasına bağlı olarak birçok organda hasara neden olabilir. Bunun yanı sıra şeker koması, bilinç kaybı, kalp hastalıklarına ve ayak yaralarına neden olabilir. Bu yüzden de diyabetin yukarıda saydığımız belirtilerine sahipseniz hemen doktora gitmeniz gerekmektedir. Şimdi ise yine hepimizin biraz fikir sahibi olduğu alzheimer gelelim. Alzheimer bunamanın bir türüdür. Alzheimer

hastalığında başlangıçta hafif bir unutkanlık vardır. Örneğin hasta randevularını, ocaktaki yemeğini, marketten alacaklarını unutmaya başlamıştır. Zamanla unutkanlık artar ve hasta yeni olayları hiç kaydedememeye başlar. Örneğin beş dakika önce sorduğu soruyu tekrar tekrar sorabilir. Torunlarının ismini unutabilir. Koyduğu eşyaların yerini hatırlamaz. İlerleyen dönemlerde hasta kendini dahi unutup aynada kendini yabancı zannedebilir. Hareket yeteneğini kaybedip yatağa bağımlı hâle gelebilir. Yeni bilgileri öğrenmekte, kaydetmekte ve hatırlamakta güçlük çeker. Buna karşın hasta geçmişini özellikle de gençliğini şaşırtıcı bir ayrıntıyla anlatabilir. Yani yakın hafıza bozukluğu söz konusudur. Alzheimer ilerleyici bir hastalıktır. Günümüzde mevcut olan ilaçlar ile erken yakalanan vakalarda son noktaya gidiş süresi uzatılmakta, hastanın öz bakım süresi uzatılıp bakıcı yükü azaltılmaktadır. Alzheimerdan sonra demanstan yani bunamadan bahsedelim. Bunama, ilerleyici ve ölümcül bir hastalıktır. Hafızada bozukluk, günlük yaşam aktivitelerinde ilerleyici gerileme, çeşitli psikiyatrik semptomlar ve davranış bozukluklarıyla karakterizedir. Alzheimer hastalığı bunamanın en sık nedenidir. Son olarak da bahsetmek istediğim hastalık depresyon. Depresyon, uzun süreli ve sürekli moral bozukluğu, ümitsizlik, çaresizlik, değersizlik, suçluluk duyguları, uyku, iştah değişiklikleri, ölüm ve intihar düşüncelerinin eşlik edebildiği bir bozukluktur. Yaşlılarda depresyon klasik semptomlarla kendini göstermeyebilir. Çoğunlukla unutkanlık, dikkat ve ilgi kaybı, bedensel şikayetler ve bunlarla aşırı uğraşı, huzursuzluk ile kendini gösterebilir. Depresyon hastalarının kişiliklerinde bir zayıflık yoktur. Bu durum beyin kimyasındaki değişikliklerden kaynaklanır. Tedavisi vardır. Yaşlılarda depresyonun normal olabileceği ile ilgili yanlış düşünce hastalıkla mücadeleyi engeller. Şimdi de yaşlılarda depresyona yatkınlık oluşturan faktörlere gelelim. Aile yapısının giderek değişmesi, ekonomik zorluklar, birden çok süregelen hastalığın varlığı, bakımevi ve huzurevlerinde kalınması, çok sayıda ilaç kullanımı, sosyal ilişkilerde zayıflık, eş kaybı olarak sıralayabiliriz. (Gamze Kıcık)

Yaşlılık ve Ekonomi (Enise Kara)

Özellikle insan yaşamı birbirini takip eden süreçlerden oluşur. İnsan dünyaya geldikten sonra zamanla kişilik kazanır, sosyalleşir, kendini geliştirir ve en sonunda yaşlanarak bu süreci tamamlar. Özellikle gelişmiş toplumlarda yaşlı nüfus artışına paralel olarak yaşlıların yaşam kalitesinin artırılması toplumsal kalkınmanın devamlılığı açısından büyük önem taşır. Bireylerin yaşlılık sürecine adaptasyonunun sağlanması ve yaşlıların topluma katılımlarının artırılması, yaşam memnuniyeti duygusunu da yükseltecek olan çeşitli aktiviteler ile mümkün olacaktır. Bu doğrultuda yaşam memnuniyetinin ve kalitesinin artırılmasına yönelik çalışmaların yaşlıların sosyo-ekonomik refahının sağlanmasına yönelik kapsamlı bir yaklaşımın sunduğunu ifade etmek mümkündür. Özetle iyi bir yaşlılık sürecinin geçirilmesinde bireylerin gelir düzeylerinin yüksekliğinin ve yapılan kurumsal yardımların etkili olduğu açıktır.

Yaşlılık ile İlgili Atasözleri (Beste Nur Şahin)

UNESCO 'nun Yaşlılık Tanımı:

Bir insan konfor alanının dışına çıkamıyorsa, yeni şeyler öğreniyor, şaşırmıyor ve çoğu şeyi bildiğini düşünüyorsa... Merak etmiyor, keşfetmiyorsa, geçmişte anılarında yaşıyorsa ve sürekli eskiyi tekrar ediyorsa yaşlıdır.

Sizlere yaşlılarla ilgili en sevdiğim Fransız atasözünü paylaşım ak isterim. “Gençler ümitleri ile, ihtiyar ise anıları ile yaşar.” Sizce de yaşlılıkta anılarımızı anarken en ağır keşkelerden olanı, gençlikte en istediğimiz şeyin hayalini kurup da gerçekleştirebilme imkanımız da varken korkularımız yüzünden gerçekleştiremediğimiz keşkeler değil midir?

Peki yaşlılıkta keşke ile başlayan cümlelerin devamı “Bugünkü aklımda olsaydım böyle yapardım ve böyle davranırdım ile tamamlanmıyor mu?” Örneğin çoğu kez duymuşuzdur etrafımızdaki yaşlılardan bazen maddi konularda bazen de manevi konularda keşke o sözü söyleseydim veya keşke şöyle davransaydım. Ve ben kendi tecrübelerime dayanarak söyleyebilirim ki yaşlılardan en çok duyduğum, eminim ki sizin de öyledir keşke o arsayı satmasaydımdır. Bu da bize ve büyük ihtimalle size de bir başka atasözü olan “akıl yaşta değil başta fakat akılı da başa yaş getirir atasözünü hatırlatmıyor mu? Ben doğruluğuna inanıyorum peki ya siz? Size sık kullanılan yaşlılıkla ilgili atasözlerini paylaşmak isterim. Gençlikte taş taşı, kocalıkta ye aşı. Gençliğin kıymetini ihtiyarlıkta bilinir. Gençler grup halinde, yetişkinler ikişer ikişer, ihtiyarlar ise teker teker yürürler. Hoş bir biçimde yaşlanmanın sırrı, yeni insanlar tanıma ve yeni şeyler görme coşkusunu asla kaybetmemektir.

Yaşlılığa karşı en mükemmel ilaç bilgi ve erdemli olmaktır.

“Yaşlanmak bir dağa tırmanmak gibidir, çıktıkça yorgunluğunuz artar nefesiniz daralır ama görüş açınız genişler.”

Ve son olarak Peygamber efendimiz Hz. Muhammed (sav) sözü ile veda etmek isterim.

“ Gençlikte günler kısa, yollar uzun; yaşlılarda ise günler uzun, yollar kısadır.”



Organ Nakli (Radyo Programı)



Programın Açılış Konuşması (Dr. Süleyman KOÇ)

Organ Nakli Nedir?

Pek çok farklı sebepten dolayı hastanın organlarından birinin görevini sağlıklı bir şekilde yerine getirememesi, kişinin hayat kalitesi düşüren ve çoğunlukla yaşam fonksiyonlarını etkileyen bir durumdur. Medikal tedavi yöntemleri ile iyileştirilmesi mümkün olmayan organın, transplantasyon yöntemi ile donörden alıcıya nakledilmesi organ nakli olarak tanımlanır. Organ bağışı sayesinde pek çok kişinin hayat kalitesi yükselirken, bir o kadarının da hayata tutunması sağlanır. Kronik organ yetmezliği gibi hayati durumlarda organ bağışı son derece önem kazanır. Gönüllülük esasına dayalı olmak üzere, 18 yaşın üzerindeki herkes organ bağışçısı olarak bir başka kişinin hayatını kurtarabilir. Kişi, hayattayken organ ve dokularını bağışlayabileceği gibi tıbben ölümü gerçekleştikten sonra da ailesi, organlarının bağışlanmasını sağlayabilir. Ülkemizde hâlâ oldukça düşük seviyede olan organ bağışı son derece önemli ve hayati niteliktedir. Özellikle kişinin hayattayken tıbben ölümünden sonra organlarını bağışlaması, kalp ve kornea gibi doku ve organların nakli için son derece önem taşır. Az önce organ naklini ve önemini anlatırken Organ bağışından bahsettiniz bize kısaca organ bağışının ne olduğunu anlatır mısınız? Organ bağışı tamamen gönüllülük esasına dayalı tıbbi bir uygulamadır. Türkiye'deki tüm beyin ölümleri Ulusal Organ ve Doku Nakli Koordinasyon Merkezi tarafından takip edilir. Beyin ölümü gerçekleştikten sonra ilgili hastanedeki organ nakli koordinatörü kişinin yakınları (öncelikli olarak birinci derecede yakınları) ile görüşür. Yakınlarının organ bağışı için onay vermesi üzerine kadavranın organları diğer hastalara yeni bir yaşam fırsatı sunmak üzere nakledilir. Kişi sağlıklıyken, ölümünden sonra organlarının bağışlanması için onay verdiyse nakil merkezi bu konu hakkında bilgi sahibi olur ve organların nakledilmesi için harekete geçer. Dolayısıyla organ nakli tamamen gönüllülük ilkesine dayalıdır. Organların bir kısmı ya da tamamı, beyin ölümünden sonra başka kişilerin tedavisinde kullanılmak üzere bağışlanabilir. Bunun için kişinin 18 yaşını doldurmuş olması ve kendi hür iradesiyle organ naklini istiyor olması yeterlidir. Bağış için kişi, sağlık müdürlüklerine, yetkilendirilmiş özel ve devlet hastanelerine ya da sağlık ocaklarına başvurabilir. Organ bağışı formunun



doldurulmasının ardından kişiye organ bağışçısı olduğuna dair kart verilir ve bu bilgi, Sağlık Bakanlığı'na ait Organ ve Doku Bağış Bilgi Sistemi'ne girilir.

Bu bilgiye bakanlık yetkilileri haricinde kimse ulaşamaz. Ancak organ bağış kartının, tek başına bir hükmü yoktur. Kişinin bağışçı olması ve bağış kartını yanında taşıması, organ naklini gerçekleştirmeye yeterli değildir. Kişinin beyin ölümünden sonra yetkililer sistem üzerinden kişinin bağışçı olup olmadığını sorgular. Eğer kişi bağışçı ise, kartın varlığına bakılmaksızın doku ve organlar, diğer hastaların hayatını kurtarmak üzere kişinin ailesinden talep edilir. Ailenin kararı, bağışın gerçekleşip gerçekleşmeyeceğinin kesin hükmüdür. Ancak kişinin organ bağışçısı olması, aile için vasiyet niteliğinde olduğundan genellikle ailenin karar vermesini kolaylaştırır.

Organ Bağışının Önemi

Toplum üzerinde organ bağışı hakkındaki en büyük korkulardan biri, kişinin organ bağışçısı olduğunun öğrenilerek kötü niyetli kişiler tarafından bu bilginin kullanılmasıdır. Bu tür gerçek olmayan söylentiler yüzünden pek çok kişi organ bağışından vazgeçmektedir. Kişinin organ bağışçısı olup olmadığını yalnızca Sağlık Bakanlığı yetkilileri bilir. Dolayısıyla herhangi bir kişinin, organ bağışçısı olup olmadığına üçüncü şahıslar tarafından öğrenilmesi mümkün değildir. Organ nakli canlıdan canlıya ya da kadvradan yapılabilir. Canlıdan canlıya organ nakli genellikle böbrek, karaciğer ve akciğer gibi organları için uygulanır. Çoğunlukla aile içindeki kişiler arasında yapılan bu nakil tipi, hastanın hayati tehlikesinin olduğu ve ilgili organın nakil yolu ile yenilenmesi sayesinde iyileşme olasılığının belirlenmesinden sonra yapılır. Bu durumda hastaya gönüllü olarak organ bağışlayacak olan kişi, sağlık taramalarından geçirilir. Kan ve doku uyumu kontrol edilir. Bağışçı, tek böbrek ile hayatını devam ettirebileceğinden böbreğinin biri hastaya nakledilir. Karaciğer ve akciğer gibi organlar ise bağışçıdan tamamen alınmaz. Bunun yerine ilgili organın bir bölümü alınarak hastaya nakledilir. Organ bağışının önemi bu noktada ortaya çıkar. Canlıdan canlıya yapılan nakillerde, az da olsa bağışçı için risk bulunur. Bu durum organ bağışının ne denli önemli olduğunun da bir kanıtıdır. Toplum bazında yeterince organ bağışı olması durumunda canlıdan canlıya doku ve organ nakli oranı oldukça alt seviyelere iner. Donörün hayattayken bağışçı olması durumunda ilgili doku ve organlar, organ nakli bekleyen hastalar için büyük bir umut olur. Özellikle kalp ve pankreas gibi hayati organların nakli canlıdan canlıya nakli mümkün değildir. Bu organlara ihtiyacı olan kişilerin hayata tutunmasının tek yolu bağışçılardır. Kişinin beyin ölümünün gerçekleşmemesi durumunda organlarının alınması ise mümkün değildir.

Organ Nakli ve Beyin Ölümü

Organ nakli, ancak donörün beyin ölümünün gerçekleşmesinden sonra yapılabilir. Beyin ölümü, beyin geri döndürülemez bir şekilde tamamen tüm fonksiyonlarını kaybetmesi ile gerçekleşir. Beyin ölümünün ardından kısa bir süre sonra tüm organlar canlılığını kaybeder. Suni olarak bedene oksijen gönderilmeye devam edilse de beyin ölümü gerçekleştikten sonra kişinin tekrar iyileşmesi ya da hayata dönmesi mümkün değildir. Beyin ölümü gerçekleşen kişi, tıbben ve yasal olarak ölü kabul edilir. Bu durum koma ve bitkisel hayat ile kesinlikle

karıştırılmamalıdır. Kişinin beyin ölümünün gerçekleştiği, bir nöroloji ya da nöroşirürji uzmanı ve bir anestezi ya da yoğun bakım uzmanı olmak üzere toplam iki uzman hekim tarafından oy birliği ile karara bağlanır. Beyin ölümünün yazılı olarak raporlanmasının ardından organ bağış için ailenin onayı talep edilir. Ailenin onayı, kişinin bağışçı olup olmamasından bağımsız olarak mutlaka alınır. Ayrıca kadvradan organ çıkarma işlemi de canlı ameliyatı gibi büyük bir hassasiyet ile yapılır ve operasyon sonrasında kesi mümkün olduğunca estetik dikiş ile dikilir.

Organ Bağış Nasıl Yapılır?

18 yaşını dolduran ve akıl sağlığı yerinde olan herkes organ bağışçısı olabilir. Gönüllülük esasına dayalı olan organ bağışında bağışçı olmak için sağlık müdürlüklerine, devlet ve özel hastanelerin organ bağış koordinatörlerine ya da sağlık ocaklarına başvurulmalıdır. Bu noktalarda organ bağış formu doldurulduktan sonra bağışçıya organ bağış kartı verilir. Kişinin bağışçı olduğuna dair bilgi, Sağlık Bakanlığı Organ ve Doku Bağış Bilgi Sistemi'ne girilir. Bağışçının beyin ölümünün gerçekleşmesinin ardından son kararı aile vereceğinden organ bağışçısının, doku ve organlarını bağışlamak istediğine dair bilgiyi ailesi ile paylaşılması da son derece önemlidir. Kişi dilediği zaman aynı kurum ve kuruluşlara başvurarak organ bağışçısı olmaktan vazgeçebilir. Her yıl 3-9 Kasım tarihlerinde kutlanan organ bağış haftası, toplum bazında organ bağışının önemini anlatıldığı ve toplum bilincinin artırılmasının hedeflendiği bir dönemdir. Siz de organ bağışçısı olarak, bir ya da birden fazla kişinin yaşama tutunmasına şans tanıyabilirsiniz. Organ ve doku bağış hakkında en yakın sağlık kuruluşuna başvurarak

3 - 9 KASIM
Organ Bağış Haftası
Radyo Programı



Moderatör: Dr. Öğr. Üyesi Süleyman KOÇ
Konuşmacılar: Edanur YILMAZ
Semih Yasir ÇELENK

Yer: CÜ Radyo
Frekans: 98.6
Tarih: 8 Kasım Pazartesi
Saat: 15.30



Sivas Cumhuriyet Üniversitesi
Tıp Fakültesi



Çocuk Hakları Haftası (Radyo Programı)



Çocuk hakları deyince aklınıza neler geliyor? Çocuk hakları ne anlama geliyor? Hangi çocuk haklarından haberdarsınız?

Çocuk hakları ne demek sorusuna hemen yanıt verelim isterseniz. Çocuk hakları hem yazılı hem yazısız olarak dünya üzerindeki tüm çocukların sahip oldukları ve sahip olmaları gereken barınma, eğitim, sağlık, yaşama gibi haklar olmakla birlikte çocukların psikolojik, manevi ve cinsel sömürüye karşı korunma gibi haklarının hepsini birden tanımlamakta kullanılan evrensel bir kavramdır. Bana göre özellikle yaşama hakkı ve eğitim öğretim görme hakkı çocukların en başta gelen haklarından. Ancak 21. yüzyıl dünyasında teknoloji, iletişim hiç olmadığı kadar ileri noktalara gelmesine karşın çocuklar maalesef bu haklarını hala yeteri kadar kullanamamaktadır. Hepimizin üzerine düşen sorumluluk ise tüm çocuklara dil, din, ırk, renk ayrımı yapmadan tüm haklarını özgürce ve rahatça kullanabilecekleri bir dünya kurmaktır. Maalesef bazı aileler en başta kendileri çocuklarının bazı hakları olduğunun bilincinde değiller ve onlara bu haklarını kullanmaları için gerekli ortamları oluşturmaları gerektiğinin farkında değiller diye düşünüyorum. Bu yüzden devlet bu konuda devamlı aktif çalışarak çocukların hakları ile ilgili ihlalleri tespit etmeli ve gereken düzenlemeleri yapmalıdır. Çocuk haklarının ihlali, yalnızca gelişmemiş ülkelerde değil, gelişmekte olan ya da gelişmiş ülkelerde de görülebilmektedir. Çocuk istismarı ya da çocukların kötü şartlarda işçi olarak çalıştırılması, ne yazık ki dünyanın her yerinde rastlanabilen bir durumdur. Bunun için Çocuk Hakları Platformları, UNICEF, Uluslar arası Af Örgütü gibi toplum kuruluşları çalışmalar yapmakta ve dünyanın her yerinde çocuk haklarını savunmaktadır. Her çocuk değerlidir ve çocuklar hiçbir şekilde kötüye kullanılmamalı, istismar edilmemelidir. Dünyada birçok suç korkutan boyutlara ulaşmış ve bu suçlar çocukları da etkisi altına almaya başlamıştır. Bu nedenle çocuk hakları insan haklarından bağımsız değildir. Az gelişmiş ülkelerde çocuklar üzerinden işlenen suçlar her geçen gün artmakta ve bu durum insanlığı her geçen gün daha fazla tehdit eder hale gelmektedir. Halbuki bugünün çocukları yarının büyükleridir ve geleceğimizi emanet edeceğimiz insanlar onlardır. Bu nedenle çocuklarımızın haklarına saygı göstermeliyiz ki hem çocuklarımızın hem de dünyamızın geleceği güvenli olsun. Çocuklar üzerinde maalesef uygulanan fiziksel ve psikolojik şiddetin ne kadar olumsuz etkileri olduğunu

ve bu etkileri büyüdüğünde de olumsuz tepki olarak gösterdiğini günümüzde izlediğimiz dizilerde bile görürken sağlıklı bir çocukluk dönemi geçirmenin önemini söylememize gerek yok herhalde. Çocuklar fiziksel ve psikolojik olarak yetişkinlerden farklı özellikler gösterir. Onlara herhangi bir şiddet uygulandığında bu onlar üzerinde ne kadar büyük yaralar açıyor hiç tahmin edebiliyor musunuz?

İlerleyen yaşlarda suça yatkın olan ve suç işleyen kişiler genellikle çocuklukları kötü geçmiş insanlar arasından çıkmaktadır. Bu nedenle çocukların çok iyi korunup yetiştirilmeleri gerekmektedir. Bu noktada çocuk hakları önemli bir boyut kazanmaktadır. Çocuk hakları bir toplumsal ve bilimsel sorumluluktur. Bu sorumluluk çerçevesinde Birleşmiş Milletler tarafından 20 Kasım 1839 tarihinde Çocuk Hakları Sözleşmesi imzalanmıştır. Yaklaşık 27 milyon çocuk nüfusa sahip olan ülkemizde Çocuk Hakları Sözleşmesi 1995'te uygulamaya geçmiştir. Peki imzalayan devletler arasında başta ülkemiz olmak üzere birçok devletin bulunduğu çocuk hakları sözleşmesini hiç okudunuz mu? Çocuk Hakları Sözleşmesi 54 maddeden oluşmaktadır. Sözleşmenin bundan sonra 54'e kadar devam eden maddeleri, sözleşmenin devletler tarafından nasıl imzalanacağı, onaylanacağı ve yürürlüğe geçmesi ile ilgilidir. Gelin hep beraber bu sözleşmeye biraz göz atalım ve maddeleri nelermiş onları okuyalım inceleyelim:

Madde 1: Her birey on sekiz yaşına kadar çocuk kabul edilir. Her çocuk vazgeçilmez haklara sahiptir.

Madde 2: Çocuk Hakları, bütün çocuklar içindir. Doğum yerleri, konuştukları dil ne olursa olsun farketmez. Büyüklerin inançları ya da görüşleri nedeniyle hiçbir çocuğa ayırım yapılamaz.

Madde 3: Çocuklarla ilgili bütün yasa ve uygulamaları oluşturanlar, önce çocukların yararını düşünmek zorundadır. Devlet, çocukların koruma ve bakımını üstlenenlerin sorumluluklarını yerine getirmeleri için önlemleri alır ve onların sorumluluklarını yerine getirip getirmediklerine bakar.

Çocuk Haklarının Önemi

Çocuk haklarını ayrı bir insan hakları sözleşmesinde saymak için birçok neden vardır:

Çocuklar ne ana babanın ne de devletin malı değildir, ne de sadece oluşum halindeki insanlardır; insan ailesinin üyeleri olarak eşit statüye sahiptirler. Çocuklar hayata tamamen bağımlı varlıklar olarak başlarlar. Çocuklar, bağımsızlığa doğru büyümek için ihtiyaç duydukları bakım ve rehberlik için yetişkinlere güvenmelidir. Bu tür bir terbiye ideal olarak çocukların ailelerindeki yetişkinlerde bulunur, ancak birincil yetişkin bakıcılar çocukların ihtiyaçlarını karşılayamadığında, çocuğun yüksek yararına bir alternatif bulmak birincil yükümlülük sahibi olarak devlete bağlıdır. Devletin eylemleri veya eylemsizlikleri çocukları toplumdaki diğer gruplardan daha güçlü etkiler.



Pratikte hükümet politikasının her alanı-eğitimden halk sağlığına kadar-çocukları bir dereceye kadar etkiler. Çocukları hesaba katmayan kısa görüşlü politika yapımı, toplumun tüm üyelerinin geleceği üzerinde olumsuz bir etkiye sahiptir. Siyasi süreçte çocukların görüşleri alınmalı ve dikkate alınmalıdır. Çocuklar genellikle oy kullanmazlar ve geleneksel olarak siyasi süreçte katılmazlar. Çocukların-evde ve okullarda, k topluluklarda ve hatta hükümetlerde ifade edildiği gibi-fikirlerine özel bir ilgi gösterilmezse, çocukların kendilerini etkileyen veya gelecekte etkileyecek birçok önemli konuda görüşleri duyulmaz. Toplumdaki birçok değişikliğin çocuklar üzerinde orantısız ve genellikle olumsuz bir etkisi var. Birçok ülkede aile yapısının dönüşümü, küreselleşme, iklim değişikliği, dijitalleşme, kitlesel göç, değişen istihdam modelleri ve küçülen sosyal refah ağının tümü çocuklar üzerinde güçlü etkiler yaratıyor. Bu değişikliklerin etkisi, özellikle silahlı çatışma durumlarında ve diğer acil durumlarda yıkıcı olabilir. Çocukların sağlıklı gelişimi, herhangi bir toplumun gelecekteki refahı için çok önemlidir. Hala gelişme aşamasında oldukları için çocuklar, yoksulluk, yetersiz sağlık hizmetleri, beslenme, temiz su, barınma ve çevre kirliliği gibi kötü yaşam koşullarına karşı yetişkinlerden daha fazla savunmasızdır. Hastalık, yetersiz beslenme ve yoksulluğun etkileri çocukların geleceğini dolayısıyla içinde yaşadıkları toplumların geleceğini tehdit etmektedir. Çocuklarını başarısızlığa uğratmanın topluma maliyeti çok büyük. Sosyal araştırma bulguları, çocukların ilk deneyimlerinin gelecekteki gelişimlerini önemli ölçüde etkilediğini göstermektedir. Gelişimlerinin seyri, yaşamları boyunca topluma katkılarını veya maliyetlerini belirler.

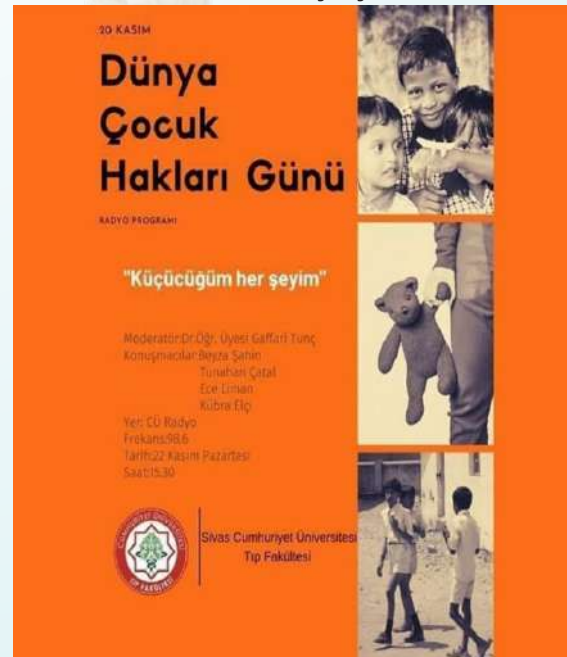
Çocuk hakları ihlalleri

Çocukların maruz kaldığı Temel Hak ihlalleri dünya üzerinde her ne kadar engellenmeye çalışılıp çocuk hakları korunmaya ve geliştirilmeye çalışılsa da her yıl milyonlarca çocuk şiddet, istismar ve çeşitli sömürülere maruz kalmaktadır. Çocuklar temel haklarından mahrum bir şekilde işçi ve asker olarak kullanılmakta, zorla fuhuş yapmaya zorlanmakta, fiziksel, cinsel ve duyuşal şiddete maruz kalmaktadır. Tüm bu yaşananlar çocuklara maddi manevi zararlar vermektedir. Çocuklar bizim geleceğimiz, umudumuzken onlarla beraber hayatımızı da karartmamak için gerekli önlemler alınmıştır ve alınmaktadır. Bunlar gerek dünya gerek ülkemiz çapında olmuştur. Çocuk ihlallerini biraz daha detaylı olarak inceleyelim.

İlk olarak çocuk işçiliğinden bahsetmek istiyorum. Çocuk işçiliğini çocukların çocukluklarını yaşamalarını engelleyen, çocukları potansiyellerinden, saygınlıklarından, eğitimlerinden alıkoyan, fiziksel, zihinsel ve ruhsal gelişimleri açısından zararlı olabilecek işler olarak tanımlayabiliriz. Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları sözleşmesi gibi birçok sözleşmede çocuk işçiliği yasaklanmış olsa da günümüzde her on çocuktan biri çocuk işçi olarak kullanılmaktadır. BM raporlarına göre dünyada 152 milyon çocuk işçi olup 73 milyonu çok ağır denilebilecek işlerde çalıştırılmaktadır. Ülke gelişmişliği azaldıkça ülkedeki çocuk işçi sayısı da artar mı azalır mı diye de düşünenleriniz olursa bu sorunu şu şekilde cevaplayabilirim. Her on çocuk işçiden dokuzu Afrika ve Asya-Pasifik bölgesinde çalışan çocuklardır. Yani sorunuzun cevabını 'çocuk işçi sayısı ile ülke gelişmişliği ters orantılıdır' olarak de-

ğerlendirebilirsiniz. Şimdi bir diğer çocuk hakkı ihlallerinden olan çocuk askere geçelim. Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu 2006 yılında yaklaşık 250 bin çocuğun silahlı çatışmalara sokulduğu ya da bu amaçla silahlı gruplara dahil edildiğini söyleyen veriler elde etti. Çocukların asker olarak savaş alanlarında kullanılması Uluslararası Ceza Mahkemesi tarafından savaş suçu olarak tanımlanmıştır. Çocukların masum olduğu, saf olduğu, temiz olduğu kalben çoğumuzun onayladığı bir durumdur. Peki çocuklar bu caniliği nasıl kabul ediyor? Hamburg Üniversitesi'nin gerçekleştirdiği bir araştırmaya göre çocuklar dövülen, vurulan ve tecavüze uğrayan insanların şiddet sahnelerine tanık olup savaşmaya ve adam öldürmeye teşvik edilmiştir. Bu araştırmada yer alan 169 çocuk ve gencin yaklaşık üçte birinin travma sonrasında gelen stres bozukluğu ile yaşadıkları tespit edilmiştir. Yani çocukları bu kötülüğe sürüklemek için onların bilinçaltılarını karalayıp psikolojilerini bozmayı çözüm bulmuşlar. Bu acınası yöntem çocukların tüm hayatını aynı kaygı, stres ve bozuk psikolojiyle sürdürmesini sağlamıştır.

Şimdi bir diğer hak ihlaline geçelim. Çocukların yaşama hakkının elinden alınması.. Çocukların yaşam hakkının elinden alınması denince aklınıza neler geliyor? İdamlar? Bazı ülkeler çocuk idamlarına izin verirken bazı ülkeler idam edebilmek için büyütüyor. Yani öldürebilmek için yetiştiriyor. Tabiki bunların yanında idamın yasak olduğu ülkeler de var. Peki çocukların yaşam hakkı sadece devlet tarafından mı alınıyor? Buna cevabımız da hayır etrafımıza baktığımızda, olayları incelediğimizde etraftan çocuk cinayetlerini duyuyoruz, kilise altlarından çıkan yüzlerce çocuk kemiklerini duyuyoruz (güncel olduğu için yazdım silinebilir). İdamlar çocuklar için yasal cinayetken bu söylediklerimiz de çocukların yasal olmayan cinayetleridir. Peki yaşama haklarının ihlali sadece onların ölümü müdür? Nefes aldıkları için yaşama ihlali olmaz mı? Elbette nefes alıp birçok imkandan maruz kalan çocuk var. Onların tek hakkı nefes almak değil. Beslenmek, barınmak, eğitim... Daha birçok hakka sahipler. Bu haklarından herhangi biri yerine getirilmezse biz o çocuğun yaşama hakkını ihlal ediyoruz. Açlıktan ölenler, mülteci olanlar ve daha birçok çocuk...



Cinsel Sağlık/AIDS (Radyo Programı)



Cinsel Sağlık Nedir? (Mahmut Kaan Kaya)

Cinsel sağlık sadece beden fonksiyonlarıyla sınırlı bir kavram değildir. Bir kişinin yaşamını bir zorlama olmadan, özgür seçimleri doğrultusunda, mutlu ve zarar görmeden sürdürebilmesidir. Cinsel sağlık; istenmeyen gebeliklerin olmadığı, güç kullanmadan ve sevgi bağlarını kuvvetlendiren bir cinsel yaşam için gerekli tüm koşulları kapsar. Şiddet ve ayrımcılık olmaksızın cinselliği yaşama hali de denebilir. Kısaca aklın, beden, ruhen ve sosyal açıdan bir bütün olarak ele alınmalıdır. Tam bir iyi olma hali ve bu iyilik halinin devamlılığı ile ilişkilidir. Sağlıklı bir cinsel yaşamda bireylerin cinsel davranışlarda birbirlerinin onaylarını aldıkları, bu onay için birbirlerine hiçbir koşulda baskı yapmadıkları, davranışlarının sorumluluklarını aldıkları, birbirlerini gebelikten, hastalıklardan korudukları ve birbirlerinin sınırlarına özen gösterdikleri koşullarda sağlıklı bir cinsel yaşamdan söz edilebilir. Cinsel Sağlığı Olumsuz Yönde Etkileyen Durumlar; Cinsiyet ayrımcılığı, doğru bilgilendirilmeme, hazır olduğundan ve sorumluluk alabileceğinden emin olmadan cinsel ilişkiye girme, hazır olmadan anne-baba olma, korunmasız bir ilişki sonucu enfeksiyon kapma, profesyonel bilgilendirmenin olmadığı gebelikten korunma yöntemleri ya da sonlandırılmak zorunda kalınan gebelik...

Cinsel Yolla Bulaşan Hastalıklar

Birçok enfeksiyon kaynağı olabilen bakteri, virüs, mantar, parazitler bu hastalılara neden olabilir. Bunun nedenleri olarak; Özellikle gelişmekte olan ülkelerde cinsel eğitim programlarının yetersizliği, gelişmiş veya gelişmekte olan ülkelerde cinsel ilişki yaşının küçülmesi, özellikle evlilik dışı ve öncesi cinsel ilişki ve dolayısıyla cinsel eş arayışındaki artış seyahat imkân artması nedeniyle daha da yayılıyor.

Yakalanma riski daha yüksek olan gruplar; sosyokültürel ve eğitim düzeyi düşük olanlar, birden fazla cinsel eşi olanlar, ilaç ve uyuşturucu bağımlıları, para karşılığı ilişkiye girenler... Bu hastalıkların belirtileri; **KADINLARDA:** Akıntının her zamankinden farklı nitelikte olması, kasık bölgesi ağrısı, vajinada yanma ya da kaşıntı, adet dışı kanama, ateş, titreme, boğaz kızarıklığı, cinsel organ etrafında şişlik **ERKEKLERDE:** Penisten akıntı gelmesi, ateş, titreme, boğaz kızarıklığı, cinsel organ etrafında şişlik Hepatit B Virüsü ve Oluşturduğu Hastalıklar

Hepatit B virüsünün neden olduğu hastalık aynı isimle adlandırılmaktadır. Tüm dünyada yaygın olarak görülen ve karaciğer iltihabına neden olan hastalıktır. Enfeksiyonu geçiren yetişkinlerin büyük bir kısmı genellikle tamamen iyileşebilmesine karşın nadiren insanların %1-%2 sinde son derece ölümcül olan bir tablo gelişebilir. Hastalık düzelmeden yaşam boyu kişinin vücudunda olmaya devam edebilir biz buna hastalığın kronikleşmesi diyoruz. Kronik akciğer hastalığı, siroz gibi hastalıklardan her yıl binlerce insan kaybediliyor. En Yaygın Bulaşma Yolları; Kontrol edilmemiş kan ürünlerinin kullanımı, steril edilmemiş araçlarla tıbbi müdahale, kullanılmış enjektör paylaşımı, tıraş bıçağı gibi şahsi eşya paylaşımı, genetik geçebilir.

Nasıl Bulaşmaz?

Aynı kaptan yemek yemek, ortak gıda veya su tüketilmesi, emzirmek, sarılmak, öpüşmek, tokalaşmak, öksürmek, aynı aracı kullanma ile bulaşmaz. Risk Altında Olanlar; Hemodiyaliz hastaları, sık olarak kan ürünü kullananlar, madde bağımlıları, Hepatit B taşıyıcılarının aile içi temaslılarından aşısız olanlar, çok sayıda cinsel eşi olanlar, berber, kuaför, cezaevi çalışanları, güzellik merkezi çalışanları.



Hepatit B Virüs Enfeksiyonlarında Çevreye Bulaştırmacılık Dönemi Ne Kadar Süre? Akut Hepatit B Virüs (HBV) enfeksiyonu geçiren yetişkinlerin büyük bir kısmı genellikle tamamen iyileşebilir ve hastalığa

karşı bağışık hale gelir ve onlar çevreye bulaştırmazlar. Ancak kanda virüsün antijen dediğimiz parçalarını içeren tüm insanlar bulaştırmacı olarak kabul edilirler. Tedavi ile hastalık bazen düzelebilir ya da kanda sessiz taşıyıcı olarak yaşamaya devam edebilir ve çevreye virüsü bulaştırabilir.

Kaynakça

<http://www.pozitifyasam.org/>

<http://www.medicana.com.tr/>

<http://www.acibadem.com.tr/>

<https://saglik.gov.tr/>

HIV'den bahseder misin? (Zeynep Didar Şenkalp)

HIV (Human Immunodeficiency Virus / İnsan Bağışıklık Yetmezliği Virüsü), kan ve korunmasız cinsel temas yoluyla bulaşan ve vücudun çeşitli dokularına yerleşebilen, ancak esas etkilerini bağışıklık sistemi üzerinde gösteren bir virüstür. HIV virüsünün neden olduğu AIDS, bağışıklık sisteminin enfeksiyonlara ve kanserlere karşı savunmasız olduğu evredir ve yaşamı tehdit eder. Yanlış bilinenlerin aksine, HIV pozitif olan her kişide AIDS oluşmamaktadır.

Ülkemizde görülme oranı nedir?

Türkiye, AIDS'in sık görülmediği ülkeler arasında değerlendiriliyor. Sağlık Bakanlığı'nın 1985-2018 yılları arasında yaptığı araştırmaya göre, Türkiye'de HIV taşıyıcısı kişi sayısı 18557 kişidir ve 1736 AIDS vakası mevcuttur. Vakaların en fazla görüldüğü yaş grubu 30-34 ve 25-29 yaş grubudur.

HIV Bulaşma Yolları: Cinsel Temas, Kan Ürünleri, Anneden Bebeğe Bulaşma şeklindedir. Sanılanın aksine; Aynı sosyal ortamda, odada, okulda, iş yerinde bulunma, aynı havayı soluma, hapşırma, öksürük, tükürük, gözyaşı, ter, idrar, dışkı gibi vücut sıvıları, el ele tutuşma, sarılma, deriye dokunma, öpme, sağlam deriye kan teması, aynı kaptan yemek yeme, aynı bardaktan içecek tüketme, ortak çatal, aynı tuvaleti, duş ve musluğu kullanma, aynı yüzme havuzunda yüzmek, deniz, sauna, hamam gibi ortak alanları kullanma ve ortak kullanılan havlular, sıvrisinek ve benzeri böcek sokması, hayvan ısırması, kedi, köpek gibi hayvanlarla yaşanmasında HIV BULAŞMAZ!

Belirtisi ve Tedavisi: Yaygın Görülen Belirtiler Şunlardır; Ateş Boğaz ağrısı ve boğazda iltihaplanma, lenf bezlerinde büyüme, vücutta döküntü, ağızda, yemek borusunda ve genital organlarda yaralar, kas ve eklem ağrısı, bir aydan fazla süren ve tedavi edilmeyen ishal, bulantı ve kusma. Tanı için ELISA testi olarak bilinen kan testi kullanılır.

HIV'nin kesin tedavisi yoktur, yani virüs tamamen vücutta yok edilemez ancak ilaçlar ile kontrol altına alınabilir. Tedavinin amacı; virüsün yeniden oluşmasını önlemektir. Böylece, virüsün, tedaviye dirençli ola-

bilen birçok mutasyon geliştirme olasılığı azaltılır. Tedavi ile kandaki virüs miktarını gösteren viral yük denilen değer en alt düzeye indirilir, bağışıklık sistemini korunur ve HIV pozitif kişinin yaşam kalitesi ve beklentisi artırılır. Tedavi ayrıca HIV virüsünün miktarını azaltacağından bulaş riskini de azaltır.

Kaynakça

www.acibadem.com.tr - hsgm.saglik.gov.tr

Genel Korunma Yöntemleri (Furkan Atıcı)

1) Hap ve Mini Hap

Her gün düzenli alınması gerekir. Kadında yumurtlama ve döllemeyi engeller. Adetin ilk beş günü içinde, tercihen ilk günü alınmaya başlanmalıdır. 35 yaş ve üstünde olup, sigara içen kadınlar hapla korunacaksa sigarayı bırakmalıdır.

2) Aylık İğne

Düzenli olarak ayda bir kez, kas içine enjeksiyonla uygulanır. Kadında doğal olarak bulunan kadınlık hormonlarından ikisini (östrojen ve progesteron) içerir. Yumurtlama ve döllemeyi engeller.

4) Deri Altı Kapsülleri

Kolun iç kısmına yerleştirilen ve kibrit çöpü büyüklüğünde silikon çubuklardır. Kadında doğal olarak bulunan kadınlık hormonlarından yalnızca birini (progesteron) içerir. Yumurtlama ve döllemeyi önler. Türüne göre üç ya da beş yıl boyunca gebelikten korur.

5) Rahim İçi Araç

Rahim içine yerleştirilen küçük plastik bir araçtır. Bakır ve hormon içeren tipleri vardır. Döllemeyi önler. Çok etkilidir. 10 yıla kadar koruyan bakırlı tipleri vardır.

6) Kondom (Prezervatif, Kılıf, Kaput)

Erkekler tarafından kullanılmak üzere bir çeşit lastikten yapılmış çok ince ve esnek bir kılıftır. Cinsel ilişki sırasında, meni içindeki erkek tohum hücrelerinin (sperm) kadının vajinasına geçmesini engeller. Cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlardan korur.

7) Diyafram

İnce lastikten yapılmış, rahim ağzını örten kubbe şeklinde bir araçtır. Cinsel ilişkiden önce yerleştirilir ve ilişkiden en erken altı saat sonra çıkarılır. Bazı cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlara karşı koruyucudur.

Kaynakça

bilkent.edu

Çocuklarda Cinsel Gelişim (Melike Nur Yıldız)

Cinsel gelişim dönemi 2) 5-6 yaş arası gözlenir. Çocuklar genellikle üç yaşından itibaren cinsel konularla ilgilenmeye başlar ve merakla beraber soru sorarlar. Çocukta kız erkek ayrımı ve kendisinin kız mı erkek mi olduğu bilinci iki yaş civarında anlaşılır. 4-6 yaşlar çocuğun



kendi cinsiyetine özgü davranışlarının sergilendiği yaşlardır. 6-11 yaş ilköğretim yıllarının başlaması latent-durağan dönemdir. Çocuğun bedeni ile ilgili uğraşları minimuma inmiştir.10 yaşından sonra ergenlik öncesi dönemde çocuğa ergenlikteki gelişimle ilgili bilgi verilmelidir.

Dikkat Edilmesi Gerekenler

- Çocuğa gerekenden fazla ya da az bilgi vermemeli
- Çocuk hazır olunca sorar, o sormadan açıklama yapılırsa dinleyebilir, soru sorduğunda cevap verilmezse, endişelenilirse bu onda korku yaratır. Aileler çocuğa açıklama yapmanın merakını artıracaklarını ya da öğrendiklerini uygulayacağından korkarlar; ancak giderilmemiş merak farklı sorunlar yaratır.
- Çocuğa hiç cinsel bilgi vermemek, cinselliği ayıp olarak nitelendirip sorularına kızmak ya da yaşına uygun olmayan açıklamalar yapmak, çocuk hazır olmadan ona fazla bilgi vermeye çalışmak olumsuz sonuçlara yol açar.

Çocuklarda Mastürbasyon

Çocuklarda genellikle mastürbasyon 2 ile 6 yaşları arasında ortaya çıkan, çocuğun cinsel organıyla oynaması durumudur. Bu yaş aralığındaki çocuklarda mastürbasyon normal bir süreçtir. Bu süreçte çocuklar kendilerini tanımaya yönelik davranışlar sergiler, cinsiyeti, çocuğun kendi bedenini tanıma davranışlarıdır. Çocuklarda mastürbasyon çocuğun eliyle cinsel organıyla oynaması ya da bir yere sürtünmesi şeklinde olur. Bu durum çocuğun bedenini tanımaya yönelik normal cinsel gelişimin normal parçasıdır. Bu davranışlar ayıplanmamalı, kızılmamalıdır. Ebeveyn olarak sakin olmak bu dönemde çok önemlidir. Aşırı tepkilerde ya da ayıplanıp kızıldığında bu davranışlar çocukları daha çok mastürbasyona itebilir ve normal bir cinsel gelişimi ilerideki yaşantısında da problemlerle karşılaşılabilir. Çocuklar mastürbasyonu kendini rahatlatmak için yapar. Çocuk sevildiği, önemsendiğini ve güvende hissettiğinde kendini rahatlatma ihtiyacı azalacaktır ve bu davranışlarda azalma görülecektir. Çocuğunuz mastürbasyonu uygun olunmayan ortamlarda yapıyorsa çocuğa yaptığı davranışın çok özel bir durum olduğunu ve herkesin içinde yapılmaması gerektiğini oda-sında, tuvalet ya da banyoda yapılması gerektiğini söylenmelidir.

Ergenlik Çağındaki Çocuklarda Cinsel Sağlık Eğitimi (Merve Şahin)

Çocukta başlayan cinsellik kavramı, ergenlik dönemi ile son şeklini alır. Ergenlik döneminden sonra çocuğun cinsel özellikleri kolay kolay değişmez. Önemli olan çocukluktan itibaren temelleri sağlam atabilmektir. Çocuk, birbirleriyle paralel gelişen bazı gelişim boyutlarıyla bir bütündür. Bedensel, ruhsal, sosyal, zihinsel ve cinsel gelişim bu boyutları oluşturur. Bu gelişim alanları içinde, cinsel gelişim dışındaki diğer boyutlar ve yapılması gerekenler belli iken, cinsel gelişim göz ardı edilmekte ve yok sayılmaktadır.

Genel anlamda cinsel eğitim; çocukların ve ergenin bedensel, duygusal, sosyal, zihinsel ve cinsel gelişimlerini takip etmek, kız ve erkek rollerini kabul etmesine, kendi cinsinin özellikleri ve karşı cinsin özellikleri ile bir bütün içinde yaşamasına yardımcı olmak amacıyla verilen bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarıdır. İnsanların toplumsal rollerinin incelenmesi yoluyla karşılıklı sevgi ve güven içinde sorumluluk bilinci geliştirmelerine yardımcı olmaktadır.

Cinsel eğitim doğumdan başlayan ergenlik dönemini de içine alan

uzunca bir süreçtir. Cinsel eğitime başlamak için belli bir yaş bulunmamasına rağmen, anne babalar, çocukları okul öncesi dönemdeyken (3-4 yaş dolaylarında) ilk sorularla karşılaşılır. Açıklamalar sade bir dille ve bilimsel kaynaklardan yararlanarak yapıldığı takdirde gelecekte karşılaşılacak olası zorluklar yaşanmayacaktır.

Prezervatif nedir: Prezervatif; erkekler tarafından kullanılabilen doğum kontrol yöntemlerinden biridir. Bu ürünler ince kauçuktan yapılır. Temel görevi ise spermlerin vajina içine dökülmesini engellemesidir. Bu sayede cinsel ilişki sonrasında gebelik oluşumunu engeller. Cinsel yolla bulaşan hastalıklara karşı tek korunma yöntemi de prezervatif-tir. Bu ürünler kondom ismiyle de bilinir. Cinsel ilişki sırasında penise takılan bu kılıflar vajina ve penis arasında bir bariyer görevi görür. Gebeliğin ortaya çıkmasını engellediği için en çok tercih edilen doğum kontrol yöntemleri arasındadır. Cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar prezervatif sayesinde engellenebilir ve enfeksiyon taşıyan organizmalar partnerlere geçmez.

Cinsel yolla bulaşan hastalıklar: Cinsel temas yoluyla 30'dan fazla farklı bakteri, virüs ve parazitin bulaştığı bilinir. Bu etkenlerden 8 tanesi en yüksek oranda görülmekle birlikte, günümüzde bunlardan dördü tedavi edilebilmektedir. Tedavi edilebilen cinsel yolla bulaşan hastalıklar: Sifiliz, bel soğukluğu, klamidya ve trikomoniyazdır. En sık görülen seksüel geçişli 4 hastalık ise; hepatit B, herpes simplex, HIV (AIDS) ve HPV tam olarak tedavi edilemez. CYBE'ler (cinsel yolla bulaşan enfeksiyonlar) ağırlıklı olarak vajinal, anal ve oral seks de dahil olmak üzere cinsel temasla yayılır. Bazı CYBE'ler kan veya kan ürünleri gibi cinsel olmayan yollarla da yayılabilir. Frengi, hepatit B, HIV, klamidya, bel soğukluğu, uçuk ve HPV dahil olmak üzere birçok CYBE, hamilelik ve doğum sırasında anneden çocuğa da bulaşabilir. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre her gün bir milyon cinsel yolla bulaşan hastalık ortaya çıkar. 500 milyondan fazla insanda herpes simpleks virüsü (HSV) ile genital enfeksiyon olduğu tahmin edilir. 290 milyondan fazla kadın insan papilloma virüsü (HPV) enfeksiyonuna sahiptir. **HIV/AIDS belirtileri:** Hızlı kilo kaybı Tekrarlayan ateş Gece terlemeleri Aşırı ve nedeni bilinmeyen yorgunluk Koltuk altı, kasık veya boyun lenf bezlerinde büyüme Ağız, makat veya genital bölgede oluşan yaralar Akciğer enfeksiyonları Cilt, ağız, burun veya göz kapaklarında lekelenmeler Hafıza kaybı Depresyon Nörolojik bozukluklar.

Kaynakça

Cinsel Sağlık ve HIV/AIDS Psikolojik Danışmanlar Eğitici Eğitimi 2003) Ankara: Türk Eczacılar Birliği Cinsel Sağlık Eğitimi. İnsan Kaynağını Geliştirme Vakfı, 2003) Ceren Yayın Dağıtım

CİNSEL SAĞLIK

06.12.2021

CÜ RADYO
98.6

SAAT
15:30
17:00



MODERATÖR
BETÜL RANA ÇATAL

KONUŞMACILAR
MELİKE YILDIZ
MERVE ŞAHİN
M. FURKAN ATICI
FURKAN ÇETİN
ZEYNEP DİDAR
MAHMUT KAAAN KAYA

Dr.Öğr.Üyesi SANEM NEMMEZİ KARACA

Sigarayı Bırakma Günü (Radyo Programı)



Pasif İçicilik Nedir? (Afzal Haydar)

Sigara, sigara içmeyenlere pasif içicilik yoluyla zarar verir. Pasif içicilik ile kastedilen, sigaradan çıkan duman ile sigara içen kişinin soluğuyla dışarıya verdiği dumanın karışımının solunmasıdır. Pasif içicilik herkes için tehlikelidir. Sigara içmeyen biri sigara içen birinin yakınındayken pasif içici olarak sigara dumanını solumuş olur. Biri sigara içtikten sonra duman saatlerce havada kalır. Pasif içicilikte dumanı sadece kısa bir süre için solumak bile size zarar verebilir ve Sigara içmeyenlerde dahi ciddi sağlık sorunları ile ilişkilidir: Hiç sigara içmemiş olan kişilerde akciğer kanseri, kalp hastalığı, kalp krizi geçi-rip ölmeye olasılığı. Öksürük, balgam, hırlama ve nefes darlığı gibi solunma sorunları. Pasif içicilik özellikle çocuklar, bebekler ve hamileler için tehlikelidir. Anne karnındaki bebekler, küçük bebek ve çocuklar daha büyük risk altındadırlar. Çünkü özellikle gelişmekte olan akciğer, beyin gibi organlar zarar görürler. Maalesef 5 yaşın altındaki çocukların %50 - 67'si en az bir erişkinin sigara içtiği evlerde yaşamaktadırlar. Hamileyken pasif içici olan annelerin bebeklerinin daha küçük doğma riski yüksektir. Doğumdan sonra pasif içiciliğe maruz kalan bebekler, diğer bebeklere göre daha fazla akciğer enfeksiyonu geçirirler. Pasif içicilik öyküsü, astımı olan çocukların ailelerinde daha sıktır ve maalesef daha ağır astım ataklarına neden olur. Pasif içiciliğe maruz kalmış olan çocuklarda bronşit, zatürre ve kulak enfeksiyonu geçirme riski daha yüksektir ve ani bebek ölümü sendromu riski artmıştır.

Üçüncü El Sigara Dumanı Nedir?

Sigara dumanındaki gazlar ve partiküller, kişilerin saçına ya da giysilerine yapışır, yastıklara, perdeler, halılara siner ve oda dumanı temizlense de etkisi uzun süre kalır. Bireylerin bu yüzeylere dokunması sonucunda ağır metal, kanserojen ve hatta radyoaktif malzeme kalıntıları sağlıklarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu kimyasallara "üçüncü el duman" adı verilmektedir. Tütün dumanına maruz kalma, yıllar sonra bile bireylerin sağlığı üzerinde ciddi sağlık sorunlarına yol açmaktadır. Akciğer kanserlerinde artış, yağ ve kolesterol metabolizma bozukluklarında artış, diyabet ve kalp damar hastalıklarına yol açar. Öğrenme yetersizliğine ve davranış bozukluklarına neden

olur. En fazla etkilenenler kimlerdir diye bakacak olursak; Üçüncü el içicilikten en çok bebekler ve yaşlılar etkilenmektedir. Küçük bebekler, özellikle emekleme dönemlerinde, sigara dumanına maruz kalmış halılara ve diğer eşyalara sıklıkla temas etmektedir. 1-6 yaş aralığındaki çocuklar, sigara dumanı ile kirlenmiş yüzeylere daha sık temas ettikleri için, yetişkinlere oranla etkilenmeye daha açıktırlar. Araştırmacılar, bebeklerin idrarında üçüncü el dumana maruz kaldıklarını kanıtlayan değerlere rastlamışlardır. Tütün dumanına maruz kalan çocuklarda; akciğer fonksiyonlarında azalma, astım, zatürre ve bronşit gibi üst ve alt solunum yolu enfeksiyonları, kulak enfeksiyonları gibi ciddi sağlık sorunları görülmektedir. Yaşlıların üçüncü el içicilikten daha fazla etkilenmelerinin nedeni ise, yıpranmış organlarının hastalıklara karşı daha az dirençli olmasıdır.

Sigaranın Zararları (Asiye Nur Çakmak)

Sigaranın içerisinde yer alan maddeler sigaranın ölümcül olmasına neden olur. Sigara içerisinde kanser ve toksik etki yaratan maddeler bulundurulur. Sigara kanser, damar tıkanıklığı, kalp krizi, ses tellerinin zarar görmesi, erken yaşlanma, gırtlak ve nefes borusunda iltihaplanma gibi hastalıklara neden olur. Ayrıca nargile, elektronik sigara, ısıtılmış sigara gibi pek çok tütün ürünü bağışıklık fonksiyonlarını bozmakta, vücut direncimizi düşürmekte ve gerek enfeksiyonlar gerekse başka tüm vücudu etkileyen tiroitler, romatizmal hastalıklar, inflamatuvar bazı hastalıkların oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Ayrıca tütün ürünü kullananların Covid-19'a yakalandığı takdirde hastalık sürecinin daha ağır bir şekilde geçirdiği bilimsel verilerle kanıtlanmıştır. (Virüs vücudumuza girdikten sonra ACE2 adı verilen bir giriş kapısı ile hücrelerimize nüfus eder. Sigara bu giriş kapılarının sayısını artırmaktadır.) bunlar haricinde sigaranın maddi boyutu da son derece düşündürücüdür. Bu zararlı ve ölümcül alışkanlığa ülkemizde ve dünya genelinde ciddi miktarlarda harcama yapılmaktadır. Bu zararlı alışkanlık ayrıca çevre kirliliğine de neden olmaktadır. Sigara izmaritleri dünya çapında bilinen yaygın atıktır. Yani bu alışkanlığı edinmemek ya da en kısa sürede ondan kurtulmak en akıllıcasıdır.

Sigara Gerçekten Bırakılır mı? (İbrahim Akgül)

Sigarayı bırakmak zor gibi görünse de bir planın varsa bırakmak biraz daha kolaylaşır. Bırakma ya hazır olduğun da planını harekete geçirebilmek için atabileceğin bazı adımlar şunlardır:

İlk olarak Sigarayı Neden Bıraktığını Bilmelisin

Sigarayı bırakmadan önce, neden bıraktığını bilmen önemlidir. Daha sağlıklı mı olmak istiyorsun? Tasarruf mu yapacaksın? Aileni mi koruyacaksın?

Bırakma nedenlerini bulduğunda onları her gün kendine hatırlat. Tamamen bırakman konusunda sana ilham verebilirler.

İkinci olarak tetikleyicilerini ve sigara krizlerini nasıl ele alacağını öğrenmelisin. Tetikleyiciler sana sigara içmeyi hatırlatan belli kişiler, yerler ya da aktiviteler olabilir. Sigara içmeni tetikleyenleri bilmek onlarla başa çıkmayı öğrenmene yardımcı olur. Sigara krizleri kısa ama yoğun sigara içme dürtüleridir. Genellikle sadece birkaç dakika sürerler. Yapılan çalışmalarda en uzun 7-10dk sürmektedir. Ama bazen 1 dakika bile insana çok uzun bir süre gibi gelebilir sadece bunu bilmek bile geçeceğini bilmek bile sana iyi hissettirecektir.

Krizleri önleme de yardımcı olabilecek bazı yollar da vardır.

İlki: Destek Almak

Birine telefon edebilir veya mesaj atabilirsin. Bunu tek başına yapmak zorunda değilsin. Seni sevenlerden nasıl destek alabileceğini öğrenebilirsin. Sağlık Bakanlığı sigara bırakma hattını arayabilirsin. Sigarayı bırakmak için ALO171 hattını arayarak bir uzmanla iletişime geçebilirsin. Yoksunluk belirtileri bu süreçte en önemli zorlayıcılardan biridir. Bunlarla başa çıkacak yollar bulabilirsin. Bıraktıktan sonraki ilk birkaç hafta boyunca kendini rahatsız hissedebilir ve şiddetle sigara isteyebilirsin. Bunun nedeni yoksunluk dediğimiz durumdur. Yoksunluk sırasında bedenin Nikotin almamaya alışmaya çalışmaktadır. Çoğu insan için yoksunluğun en kötü belirtileri birkaç günden birkaç haftaya kadar sürebilir. İlk 3 ay bu nedenle en riskli dönemdir. Bu sırada kendini: depresif hissedebilirsin, uyuyamayabilirsin, huysuz veya sinirli olabilirsin. Bu hislerden kurtulmak için yeniden sigara içmeyi isteyebilirsin. Bu hisler ne kadar yoğun olursa olsun, geçici olduklarını unutmamak gerekir. Baktın ki olmuyor bir profesyonelden yardım alabilirsin Sivas'ta bu amaçla hizmet veren önemli merkezler var. Üniversite hastanesi aile hekimliği kliniği 1995 yılından buyana senin gibi bırakmaya niyetli tüm kişilere yardımcı olmakta sayısız kişiye bıraktırdılar. Yeşilay danışmanlık merkezine başvurabilirsin kimlik bilgilerin sicil kaydın bozulmadan destek alabilirsin ya da sağlık bakanlığı adına tedavi birimlerinden de faydalanabilirsin. Tek başına hekimler ile görüşerek olabileceği gibi bazen ilaçlardan da yardım alınabilir. Nikotin yoksunluğu ile başa çıkmanın en iyi yollarından biri nikotin yerine koyma tedavisidir. Uzman kişilerin kontrolünde ilerlendiğinde başarı oranları yüksektir. En yaygın kullanılan sigara bırakma ürünleridir. Hamileler ve hamile kalmayı planlayanlar mutlaka doktorlarına danışmalıdırlar.

Bu ilaçlar dışında reçeteye satılan başka ilaçlar da mevcuttur. Tedavinizi bu ilaçlar ile planlamak için mutlaka bir hekim ile görüşmelisiniz. Ancak sigarayı bırakmak için "en iyi" olduğu söylenebilecek bir sihirli değnek olmadığını aklımızdan çıkarmamak gerekir.

Sigara Hikayesi (Alperen Doğan)

Evet şu an sizlere bir sigara bırakma hikayesi anlatmak istiyorum. Hepimizin özellikle büyüklerimizin daha iyi tanıyacağı Müjde Ar'ın hikayesini onun ağzından anlatacağım. Sigarayı 1984 yılında bıraktım. Sadece sağlığını değil gündelik hayatımı da etkiliyordu. Önce akupunktur tedavisini denedim ama başarılı olamadım. Amerika'ya gittiğimde Amerikalıların sigara içmediğini fark ettim. Oysaki sigarayı üreten kendileriydi. Zararlarını biliyor ve kendileri kullanmıyorlardı. Ancak diğer gelişmemiş ülkelere sigarayı satmaktan geri durmuyor hem onların sağlıklarını bozuyor hem bağımlılık oluşturduğu için onları sürekli müşterileri durumuna getiriyorlardı. Resmen kendilerine bağlıyorlar ve maddi olarak kazanç sağlıyorlardı. Tek düşündükleri para ve kendi sağlıklarıydı. Bundan çok etkilendim. Ve bırakmaya karar verdim. İlk üç gün özellikle sigara içilen ortamlarda çok zorlandım. Bol bol su içtim, kendimi doğaya verdim ve sigara içenlerden uzak durdum. Daha sonra sadece filmlerde rol icabı sigara kullandım. Artık evimde sigara içilmesine bile izin vermiyorum.

Nargile Nedir? (Dilara Kırtıtaş)

Tütünün yerleştirildiği ve genellikle bir köz ya da odun kömürü ile yakıldığı çukur bir hazne (lüle), kısmen su ile dolu bir sürahi ya da duman haznesi (şişe), lüle ile hazneyi birbirine bağlayan boru şeklindeki bir hat üzerinden suya taşıyan uzun gövde (ser), uç kısmında dumanın haznedeki çekilmesini sağlayan bir ağızlığın (sipsi, imame) bulunduğu hortumdan (marpuç) oluşmaktadır.

Nargile dumanında temelde 3 madde bulunmaktadır; nikotin, katran ve ağır metaller (arsenik, krom, kurşun vb.)

Katran: bir nevi kömür, petroldür

Nikotin: Tütünün içinde bulunan bağımlılık yapma riski yüksek olan bir madde ve ağır metaller olduğundan bahsettik. Bir nargile içimi sırasında sigara içimine kıyasla çok daha yüksek miktarlarda arsenik, krom ve kurşun vücuda alınmaktadır.

Nargilenin Zararları

Nargile içmenin vücutta oluşturduğu tehlike, sigara kullananlarda sigaradan meydana gelen tehlike ile aynıdır. Nargile içildiğinde çekilen duman miktarı, sigara kullanırken çekilenden daha fazlasını içerebilmektedir. Nargile tüketicileri, onu sigara kullanımından ayrı gibi düşünse de pek çok yapılan çalışma nargile içiminin vücuda olan hasarlarının sigaradan oldukça yüksek bulunduğunu göstermiştir.

Nargilenin sigaraya benzer bağımlılık yapıcı özelliği vardır ve sağlığı olumsuz yönde etkiler. Yapılan çalışmalarda tek bir nargile tüketimi ile içilen nikotin miktarının, 50 tane tütün içimiyle elde edilen nikotin düzeyi ile aynı olduğunu göstermiştir.

Oluşturduğu bazı hastalıklar: kalp-damar hastalıkları, solunum yetmezliği, akciğer kanserleri, diş eti problemleri, idrar kesesi tümörleri, bronşitler, yemek borusu, gırtlak-yutak kanserleri, ruhsal çöküntüler, yüksek tansiyon, kalp hızında yükselme, Parkinson rahatsızlığı, mide ülseri, düşük doğum ağırlıklı bebek doğurma ve kısırlık gibi hastalıklardır. Ortak kullanıma sunulduğu zaman verem, C tipi hepatit, Herpes Simpleks gibi bulaşıcılığı yüksek olan enfeksiyonlara sebep olmaktadır. Bunların dışında HIV virüsünün bulaşmasıyla AIDS hastalığı da gözlenebilmektedir.

Nargile ile İlgili Doğru Bilinen Yanlışlar

Toksik etkisinin tütün kullanımından daha fazla olmadığını, tütünün sudan geçirildiği için toksik maddelerin engellendiğini düşünüyor ve nargile tüketiminin sağlık için zararlı bir yanının bulunmadığına inanıyor. Oysa Nargile içiminin güvenli bir dozu yoktur. Nargile içenlerin akciğer fonksiyonlarında, tütün kullanmayanlara göre %30 oranında azalma, nargileyle birlikte sigara kullananların ise akciğer fonksiyonlarında %40 azalma olduğu bildirilmekte. Özellikle Covid-19 salgını döneminde Nargile kullanımının çok daha önemli hale geldiğini vurgulayarak bitiriyorum. Onlarca kişinin nefes alıp vermesinden dolayı marpuçun içinde ve duvarlarında oluşan pek çok mikrop ve bakteri tabakası solunum yoluyla, kolayca bir kişiden diğerine geçebilir.

Elektronik Sigara (Nilay Benli)

Elektronik sigara nedir? Elektronik sigaralar, içerisine konulan ve genellikle nikotin içeren bir sıvı çözeltiyi ısıtan ve solunabilecek bir buhar haline dönüştüren cihazlardır. Bu cihazlar çoğu zaman pil yardımıyla çalışır.

-Peki elektronik sigaralar sigarayı bırakmak için bir yol olabilir mi? Hayır. Çıktığı günden bu yana Elektronik sigaraların sigara bağımlılığından kurtulmayı kolaylaştırdığına dair bir bulgu yok. Bir defa sigara gibi dumanının çıkması ya da elde sigara gibi tutulabilmesi bağımlılığı canlı tutmakta ve bireyler hiç fark etmeden sigara kullanımına yeniden dönebilmekte ya da her 2 tütün ürününü de kullanmayı sürdürebilmekte. Amacı dışı kullanım elektronik sigara ile çok daha fazla olabilmekte, buna bağlı yan sorunların ortaya çıkması ayrı bir problem. Elektronik sigarayı cazip hale getirmek için tat koku veren katkı maddelerinde değişiklikler yapılması için içine ekstra kimyasalların girmesi anlamına geliyor ve hiç sigara içmemiş gençler arasında da elektronik sigara kullanımının başlamasına ve kullanım oranlarının artmasına neden oluyor. Bu durum ilk olarak elektronik sigara kullanan gençlerin ilerde sigaraya daha yüksek oranda başlamalarına ve belki başka uyuşturucu uyarıcı maddelerin kullanımına yol açıyor. Bunun nedeni nikotin bağımlılığı. Tütün ürünlerinin hangi formu olursa olsun nikotin içermekte ve Nikotin maddesi de beyinde değişiklikler yaparak oranın yapısını değiştirmekte. Kişiler sigaraya değil de e-sigaraya bağımlı olmakta ve aynı zararlı maddeyi alıp benzer yollarla damar ve diğer sağlık sorunlarına yol açmaya devam etmekte. Ayrıca e-sigara kullanımı ülkemizde yasal da değil. Firmalar bu ürünlerin içine hangi katkı maddesini koyduklarını açık ve net bir şekilde bildirmemekte. Tıpkı sigaranın zararlarının etkisi yıllar sonra çok daha net bir şekilde belirlenmiş olması gibi e-sigaralara bağlı sağlık sorunları kullanımları yaygınlaştıkça ve gün geçtikçe daha net gözlemlenebilecek -Elektronik sigara, normal sigara gibi zararlı mıdır? Uzmanlar aynı sigara gibi, elektronik sigara kullanımının dan da özellikle kaçınılması gerektiğini vurgulamaktadır. Eğer bir elektronik sigara kullanıcısıysanız; öksürük, nefes darlığı ve göğüs ağrısı gibi semptomlara dikkat etmeniz gerekmektedir. Nikotin içeren e-sigaralar, ergenler, genç yetişkinler veya hamile kadınlar için güvenli kabul edilmez. Nikotin, çocuklarda ve genç yetişkinlerde, 20'li yaşların başlarına kadar beyin gelişimine zarar verebilir ve gelişmekte olan fetüsler için toksiktir. Sigara içmeyen genç ve yetişkinlerde, e-sigara kullanımı nikotin bağımlılığı riski taşımaktadır. Bu risk, e-sigaranın etkisi henüz bilinmeyen uzun süreli kullanımına veya sigaraya başlamaya yol açabilir. Peki elektronik sigaralar sigarayı bırakmak için bir yol olabilir mi gerçekten?

Hayır.

Çıktığı günden bu yana Elektronik sigaraların sigara bağımlılığından kurtulmayı kolaylaştırdığına dair bir bulgu yok.

Bir defa sigara gibi dumanının çıkması ya da elde sigara gibi tutulabilmesi bağımlılığı canlı tutmakta ve bireyler hiç fark etmeden sigara kullanımına yeniden dönebilmekte ya da her 2 tütün ürününü de kullanmayı sürdürebilmekte.

Amacı dışı kullanım elektronik sigara ile çok daha fazla olabilmekte, buna bağlı yan sorunların ortaya çıkması ayrı bir problem. Elektronik sigarayı cazip hale getirmek için tat koku veren katkı maddelerinde değişiklikler yapılması için içine ekstra kimyasalların girmesi anlamına geliyor ve hiç sigara içmemiş gençler arasında da elektronik sigara kullanımının başlamasına ve kullanım oranlarının artmasına neden oluyor. Bu durum ilk olarak elektronik sigara kullanan gençlerin ilerde sigaraya daha yüksek oranda başlamalarına ve belki başka uyuşturucu uyarıcı maddelerin kullanımına yol açıyor. Bunun nedeni nikotin bağımlılığı. Tütün ürünlerinin hangi formu olursa olsun nikotin içermekte ve Nikotin maddesi de beyinde değişiklikler yaparak oranın yapısını değiştirmekte. Kişiler sigaraya değil de e-sigaraya bağımlı olmakta ve aynı zararlı maddeyi alıp benzer yollarla damar ve diğer sağlık sorunlarına yol açmaya devam etmekte.

Ayrıca e-sigara kullanımı ülkemizde yasal da değil. Firmalar bu ürünlerin içine hangi katkı maddesini koyduklarını açık ve net bir şekilde bildirmemekte. Tıpkı sigaranın zararlarının etkisi yıllar sonra çok daha net bir şekilde belirlenmiş olması gibi e-sigaralara bağlı sağlık sorunları kullanımları yaygınlaştıkça ve gün geçtikçe daha net gözlemlenebilecek.

SİGARAYI BIRAKMA GÜNÜ



Moderatör
Melih ZEYTUN

Konuşmacılar
Asiye Nur ÇAKMAK
İbrahim AKGÜL
Melih ZEYTUN
Nilay BENLİ
Dilara KIRTIRAS
Mustafa BEREKET
Afzal HAYDAR
Alperen DOĞAN

**7.02.2022
PAZARTESİ**
15.00 - 17.00



CÜ RADYO
98.6

**Dr.Öğr.Üyesi
SANEM
NEMMEZİ
KARACA**



Sokak Hayvanlarına Yardım (Radyo Programı)



Sokak Hayvanları Hakkında Doğru Bilinen Yanlışlar

Sokak hayvanları mikropludur ve hastalık taşırlar denir. Aslına bakılırsa hayvanlar, temas edilen birçok şeyden daha temizdir. Taşıma araçlarındaki tutunma yerleri, yürüyen merdivenlerin kolları, hatta kağıt paralar çok daha fazla mikrop barındırmaktadır. Ayrıca sokak kedilerinin tüylerini temiz tutmak konusunda ne kadar çaba gösterdikleri de gözden kaçmamaktadır.

Bir diğer yanlış ise salyası akan köpekler hemen kuduz damgası vurulur. Ancak bazı köpeklerde salya genetik bir özelliktir. Ayrıca bazı enfeksiyon durumlarında da salya olabilir. Yani her salya kuduz belirtisi değildir. Kedilerin de nankör oldukları söylenir. Aslında bu durum öyle değildir. Kedilerin de nankör oldukları söylenir. Aslında bu durum öyle değildir. Kedilerin de nankör oldukları söylenir. Aslında bu durum öyle değildir. Kedilerin de nankör oldukları söylenir. Aslında bu durum öyle değildir.

Genelde halk arasında sokak hayvanları ile ilgili nasıl olsa yiyecek bulurlar şeklinde bir algı mevcut ; varsa bulur, yoksa bulamazlar tarzında. Ancak bunun aksine sokak hayvanları kapalı çöp konteynırlarını açamaz, sıkı bağlanmış çöp torbalarını çözemezler. İnsanlar bir şekilde açığa yiyecek bırakmazsa aç kalır, zayıflar hatta hastalanırlar. Aynı insanlar gibi onlar da “canlı”dırlar. Bu bağlamda sokak hayvanlarının söz konusu yiyecek olduğunda bizim kadar dışa bağlı olduklarını aklımızdan çıkarmamalıyız.

Sokak hayvanlarının her zaman insanlara saldıracağı yada zarar vereceği düşünülür ancak sokak hayvanları kendilerine saldırılmadığı sürece insanlara saldırmaz. Sadece kendisine kötü davranana ve korktuğuna tepki verir. Aksine yaşam koşulları ve insanlardan gördükleri zulüm neticesinde birçoğu zaten korkaklaşmıştır. İnsanlar hayvanlara iyi davranırsa hayvanlar insanların en büyük dostu olur. Bu nedenle agresif yapıda olanlar dışında sokak hayvanlarından korkmak yanlıştır.

Sokak Hayvanlarının Saldırgan Davranış Göstermelerinin Nedeni

Hepimiz son zamanlarda meydana gelen sokak hayvanları saldırılarını duymuşuzdur. Bu saldırılar bazılarımızın aklında sokak hayvanları hakkında olumsuz düşünceler oluşturmuş olabilir ancak hayvanlar

durduk yere saldırganlık göstermezler. zorlu hava koşulları, açlık, hastalık, koruma içgüdüleri veya daha önce yaşadığı olumsuzluklar gibi nedenlerden dolayı huzursuzlaşıp saldırganlık gösterebilirler. Peki onları saldırgan davranışlar sergilemeye iten durumlar nelerdir? Kedi ve köpeklerin saldırganlaşmasına neden olan bazı durumlardan ve içgüdülerinden bahsetmek gerekirse, özellikle köpekler içgüdüsel olarak yaşadıkları alanı benimser ve korurlar. Bu yaşam alanı bir ev, bahçe, boş bir tarla, ağaçlık bir bölge veya bir sokağın köşesi olabilir. Köpekler yaşam alanlarında bir tehdit gördüklerinde yaşam alanını korumak için saldırgan davranışlar sergileyebilirler. Köpeklerin yaşam sahasına girdiğinizde, köpek size doğru hızla gelip bir yerde durarak havlıyorsa bilin ki köpek yaşam alanına girilmesini istemiyordur. Böyle durumlarda köpeğin üstüne yürümeden, bağırmadan, sakince farklı bir yolu kullanarak uzaklaşmak en doğrusu olur. Hayvanlar içgüdüsel olarak yemeklerini koruma eğilimindedirler. Bu yüzden yemek yerken hayvanlara fazla yaklaşmak, dokunmak veya önlerinden yemeklerini almaya çalışmak onların koruma içgüdülerini harekete geçirecektir ve yemeklerini korumak için savunmaya geçeceklerdir. Hamile olan veya yavruları olan hayvanlar içgüdüsel olarak yavrularını korumaya çalışırlar. Bu yüzden annenin veya yavrularının yanına kendiniz yaklaşmamalısınız çünkü anne yavrularını korumak için savunmaya geçecektir. Eğer size güvenir ve yaklaşmak isterlerse zaten kendileri gelecektir.

Hayvanlar bir durumu kendileri için tehlikeli olarak algıladıklarında veya korktuklarında iki seçenekleri vardır: Ya kalıp mücadele edecekler, ya da kaçacaklardır. Bir şekilde kendilerini tehlikede, köşeye sıkışmış ve kaçamayacak durumda hissederseniz içgüdüsel olarak savunmaya geçeceklerdir. Örneğin onları uzaklaştırmak için bağırarak ve el kol hareketleri yapmak, koşmak, direkt göz teması kurmak, üstüne yürümek hayvanların tehdit olarak algılayıp savunmaya geçebileceği veya korkup kendine kaçış yolu bulmak için saldırgan davranışlar sergileyebileceği bazı durumlardır. Aynı zamanda hayvanlar daha önce zarar gördükleri veya korktukları bir durumla tekrar karşılaştıklarında savunmaya geçeceklerdir. Daha önce insanlar tarafında şiddete maruz kalmış, canı yanmış olan hayvanlar normal olarak insanlardan



korkmaya ve insanları gördüklerinde tekrar aynı durumu yaşamak istemedikleri için kaçmaya ya da saldırganlaşarak kendilerini savunmaya çalışabilirler. Bu saldırganlık davranışı aslında onların hatası değil bizim hatamızdır.

Ayrıca kaza geçirmiş veya yaralanmış bir hayvan canı yandığı için kendisine dokunulmasından hoşlanmayacaktır. Bu yüzden kendi evcil hayvanınız da olsa dışarıdaki bir sokak hayvanı da olsa böyle durumlarda çok dikkatli olmak gerekir. Kedi saldırılarının çoğu çöp konteynerlerine çöp atarken dikkatli davranmadığımız için gerçekleşir. İçinde kedi olan bir konteynere dikkat etmeden çöp attığımızda kedilerin canının yanmasına ve onların korkmasına neden oluruz. Bu durumlarda kedi ya kaçacaktır ya da o anki korku ve acıyla kendini savunmak için saldıracaktır. Bu yüzden çöp atarken dikkatli davranmamız gerekir. Hayvanlar duyguları olan sosyal canlılardır ancak dışarıda kötü şartlarda yaşam mücadelesi verirken içgüdüsel savunma davranışları daha çok ön plana çıkabilir. Sokak hayvanları sorunumuzu onlara zarar vermeden, insanı bir şekilde halletmemiz lazım. Onlara bilinçli yaklaşırsak, zarar vermezsek onlar da bize zarar vermeyecektir. Sokak hayvanlarına bir kap su bir kap mama vererek, onlara barınabilecekleri sıcak ve güvenli yuvalar oluşturarak, onlara sevgiyle yaklaşarak sahip çıkarsak onlar da bizim en sadık ve sevgi dolu dostlarımız olacaklardır.

Sokak Hayvanlarının Hayatlarını Kolaylaştırmak Adına Yapmamız ve Dikkat Etmemiz Gereken Şeyler

Kırık cam ya da jilet gibi kesici atıklarınızı kedi ve köpeklerin çöpleri karıştırma durumunu göz önüne alarak havlu kağıt ya da kullanmadığınız bezlerle sarıp çöpe atmalıyız. Konserve kutularını ise ezerek çöpe atmanızı öneririz. Aksi taktirde sevimli dostlarımız bu konservelerin içerisinde yiyecek ararken konservelerin keskin yerlerinden zarar görebiliyorlar. Bununla birlikte soğuk günlerde özellikle kediler

vücut sıcaklığını stabil tutabilmek için arabaların motor bloklarına girebilirler. Arabayı çalıştırırken girdikleri yerden çıkma fırsatı bulamayabilirler. Bundan dolayı arabalarımıza binmeden kaputa tıklatarak küçük dostlarımızın oradan çıkmasını sağlayabiliriz.

Soğuk Kış Günlerinde Yiyecek Bulmakta Zorlanan Sevimli Dostlarımız İçin Yapabileceklerimiz

Sokak hayvanları aç kalmazlar diye düşünülür. Oysa kapalı çöp konteynirlerini açmaları mümkün değildir. Bazı dükkan sahipleri su ve yiyecek vermezlerse sokak hayvanlarının yiyecek bulmaları sanıldığı kadar kolay değildir. Özellikle kış günleri kar yağışı ve havanın soğukluğu sebebiyle yiyecek bulmaları daha da zorlaşır. Kediler yaklaşık 6 saat , köpekler ise yaklaşık 17 saat aç kalırsa donarak ölebilirler. Bu bağlamda sokak hayvanları için vereceğimiz yemek ve su ile dostlarımızın karınlarını doyururken aynı zamanda onların soğuktan dolayı düşen dirençleri düzeltmelerine de katkıda bulunmuş olacağız. Temel ihtiyaçlarından biri olan suyu verirken dikkat etmemiz gereken önemli bir nokta bulunuyor. Hava sıcaklığının suyun donabileceği seviyelere düşmesi durumunda vereceğimiz suların içine birkaç damla yemeklerde kullandığımız yağlardan damlatmak suların donmasını ve suları içen hayvanların dillerinin yapışmasını önleyebilir. vereceğimiz yemekler konusunda da kuru mama vermek daha doğru olsa da her zaman kuru mama temin etmek pek mümkün olmadığı gerçeğinin de göz ardı edilmemesi gerekiyor. Birçok farklı nedenle sokaktaki dostlarımız için her daim kuru mama bulunamayabiliyor. Bu durumda ise öncelik tüm besin ihtiyaçlarının eksiksiz şekilde karşılanmasından ziyade karınlarını doyurmak oluyor. Sokaktaki köpeklerin beslenmesi için evde hazırlanabilecek pratik tarifler mevcut. Genellikle tek yönlü beslenme sunan bu tariflere zaman zaman başvurulmasında önemli bir sakınca bulunmuyor. Tuz ve baharat içermeyecek şekilde hazırlanan makarnalar, çok yağlı olmayan salçasız yemekler, tavuk eti haşla-



maları gibi alternatifleri değerlendirebilirsiniz.

Bunlar bulyonlu makarna, yemek suyuyla ekmek, köpekler için kedi maması gibi tarifler olabilir. Yapımlarından bahsedecek olursak;

1) Bulyonlu Makarna tarifinden bahsedeyim

Bir paket makarnayı tuz ve yağ kullanmadan sadece bir et bulyonu ile pişirirseniz hayvanlar buna bayılır. Yarım kiloluk makarna paketi 5-6 kedi yada 2-3 köpeği beslemeye yeterli olur. Bu tarifi sıfırdan da hazırlayabilirsiniz veya artan makarnalardan da hazırlayabilirsiniz.

2) Yemek Suyuyla Ekmek alternatiflerimiz arasında

Dışarı çıkıp alışveriş yapmak yerine evde olan yiyeceklerden hazırlamak istiyorsanız bu tarif tam size göre. Islak mamanın yerini tutabilecek lezzetli bir öneri! Ekmekleri minik minik parçalayın ve üzerine et suyu ya da sebze suyu gezdirin. Bir de yoğurt eklerseniz oldukça besleyici bir mama hazırlamış olursunuz.

3) Köpekler İçin Kedi Maması:

Evde kedi besliyor olabilirsiniz ancak dışarıdaki köpeklerle yardımcı olabilmemiz için elinizin altında güzel bir alternatif var. Köpekler kedi maması yiyebiliyor. Evdeki kedi mamalarından köpekler için bir kap ayırabilirsiniz. Ancak burada da belirtmemiz gereken bir nokta var, köpekler ve kedilerin mamalarında besin değerleri günlük ihtiyaçlarına göre hazırlanıyor. Uzun süreli kedi maması vermek köpeklerde kedi/et ilişkisindeki sorunlar gibi sorunlar yaratabiliyor. Tabi köpeklerden ve kedilerden bahsettik ama kanatlı dostlarımızı da unutmamak lazım. Pencerenizin önüne koyacağınız buğday, ıslatılmış ekmek parçaları yada ekmek kırıntıları sevimli küçük dostlarımızın karnını doyurmasına katkıda bulunacaktır. Bunların dışında küçük kaplara koyacağınız sular da su ihtiyaçlarını karşılamaları açısından güzel olacaktır.

4) Ev yapımı sıvı mama

Hasta olan hayvanlar genelde iştahsız olurlar ve yemek yemezler. Bu

gibi durumlarda en azından hayvanların karnını doyurup daha da halsiz düşmelerini önleyecek basit bir tarifimiz var. Unu az miktarda yağ ile biraz kavurduktan sonra içine sıcak su veya süt ekleyerek pişirebilirsiniz. Ek olarak çiğ yumurta da koyabilirsiniz. Un olarak arpa unu kullanmanız daha sağlıklı olacaktır. Aynı zamanda bu tarifi daha dişlerini kullanamayan yavrular ve çenesinde ya da ağzında yara olan hayvanlar için de yapabilirsiniz. Bu besinleri vermek için kullanacağımız kapları yaparken de 5lt'lik yada 10lt'lik şişelerin bir yüzünü kesip, çakmak yardımıyla kestiğimiz yerlerin keskinliğini azaltarak dostlarımıza zararı olmayacak biçimde kare şeklinde kesip içine de yem koyup kabımızı hazırlayabiliriz. Tutma yerlerini kullanarak da dallara asabiliriz veya tutma yerlerini hiç kullanmadan bir zemine de koyabiliriz. Sokak Hayvanlarının Soğuk Hava Şartlarından Korunabilmesi İçin Hazırlayabileceklerimiz.

Sokak hayvanları için yapacağınız kulübeler oldukça kolay bulunan malzemelerden oluşuyor. Kedi ve köpekler kulübe yaparken yapacağınız kulübenin boyutlarına dikkat etmelisiniz. Kediler için yapılan kulübelerin girişlerini veya boyutlarını küçük yapabilirsiniz ama köpeklerin de kullanmasını istiyorsanız girişleri ve boyutları biraz daha büyük tutmalısınız. Yapacağımız kulübeler için öncelikle yukarıda da değindiğimiz gibi uygun boyutlu bir kutu bulmakla başlıyoruz. Daha sonra makas veya maket bıçağı yardımıyla kutumuzun yan taraflarından birine uygun kare bir delik açarak kapımızı oluşturuyoruz. Daha sonra ısı yalıtımı için kutunun etrafını strafor ile kapattıktan sonra yağmur ve kardan korunmak amacıyla bir de büyük poşet geçirip kutuyu hazır hale getiriyoruz. Eğer daha sağlam yapmak isterseniz bu yapımızın etrafını koli bantı ile sabitleştirebilirsiniz.

Bunların dışında kullanılmayan araba lastiklerinden de kedi yuvası yapmak mümkün. Kullanılmayan araba lastiklerinin bir tarafına ke-



dilerin girebileceği büyüklükte delik açtıktan sonra üstünü ve altını da atık, kullanılmayan sert tahtalar aracılığıyla kapatarak yuvamızı oluşturabiliriz.

Hayvan Hakları (Sokak Hayvanlarının Hakları)

Hayvanların da birer canlı olduğunu hatırlatmak ve hayvanlara yapılacak kötü muamelelerin yasal yükümlülüklerinin olacağını belirtmek isterim. 5199 Hayvanları Koruma Kanunu, sahipsiz hayvanların yaşam haklarını, yasal güvence altına almıştır. Kanunun 3) maddesine göre, 'Sokaklar, parklar, hayvansal doğal güdü ve yetenekleri ile girebildikleri özel veya kamuya ait ayırımı olmadan ağaçlı, yeşil bahçeler ve tüm açık alanlar dahil olmak üzere, her yer ve köpeklerin doğal olarak yaşadıkları yerler yaşama ortamlarıdır. Kanun, yaşama ortamını tarif ederken, özel alan veya kamu alanı diye bir ayırım yapmamış, hayvanın doğal yetenekleri ile kendi seçerek yaşayacağı her yeri, yaşam ortamı olarak tanımlamıştır. Kanun kapsamında temel ilke olarak evcil hayvanlar, türüne özgü hayat şartları içinde yaşama özgürlüğüne sahiptir. Sahipsiz hayvanların da sahipli hayvanlar gibi yaşamları desteklenmelidir. Hayvanların korunması, gözetilmesi, bakımı, kötü muameleden uzak tutulması için gerekli önlemler alınmalıdır. Bu önlemlerin dışında, kötü durumda olan, yardıma muhtaç, dostlarımız için de ALO 153'ü arayıp "beyaz masa"yı tuşlamak gerekli. Gelen ihbarlar şoför, yakalamacı ve veterinerden oluşan ambulans ekibine yönlendiriliyor. Alo 153 Beyaz Masa'yı arayarak; olay yerinin adresini ve hayvanın yanında bulunan kişinin iletişim bilgilerini verdiğiniz takdirde, 7 gün 24 saat yaralı ve tedaviye muhtaç sokak hayvanları alınmakta ve sonrasında tedavileri yapılmaktadır.

SİTE GÖREVLİSİ ATAMAZ

5199 Sayılı Kanun'un Uygulama Yönetmeliği 20. maddesi uyarınca; sahipsiz hayvanlara ilişkin her türlü işlem, yasanın uygulayıcısı olan Valilik Orman Su İşleri Müdürlükleri ve Belediyelere verilmiştir. Belediyeler dışında hiçbir kurum veya kuruluş, sahipsiz hayvanlara müdahale edemez, toplayamaz. Site, apartman, resmi ve özel kurum görevlilerinin kedi ve köpeklerin yerini değiştirmesi, başka yerlere

götürmesi, toplaması yasa ihlalidir. Yönetmeliğin 21) maddesine göre belediyelerin de kedi ve köpekleri toplaması, kanunla net bir şekilde belirlenmiştir. Belediyeler sadece kısırlaştırma amacı ile toplar, kısırlaştırır, bakım ve tedavisini yapar ve sonra aldığı yere geri bırakır. Kediler için özel merkezi olmayan belediye kedi toplayamaz. Kedi ya da köpek, hiçbir hayvanın yeri, keyfi olarak kısırlaştırma amacı dışında değiştirilemez, alıştığı yerde yaşamı, kanunlar ile devlet tarafından desteklenir. Bu nedenle, belediyelerin, yönetimler veya kişilerce 'hayvanların alınması, başka yere atılması' talebi ile aranmasının da, belediyeden yasaya aykırı talepte bulunmak demek olduğunu ve yasa ihlaline girdiği bilinmelidir.

SADECE VİCDANİ GÖREV DEĞİL

Kanunun 4/d maddesi 'Hiçbir maddi kazanç ve menfaat amacı gütmeksizin, sadece insanî ve vicdanî sorumluluklarla, sahipsiz ve güçten düşmüş hayvanlara bakan veya bakmak isteyen ve bu Kanunda öngörülen koşulları taşıyan gerçek ve tüzel kişilerin teşviki ve bu kapsamda eşgüdüm sağlanması esastır' diyerek, doyurma faaliyetlerinin, hayvanseverlerin yasal hakkı ve görevi olduğuna işaret etmiştir. Sahipsiz sokak hayvanlarını doyurmak, sadece 'vicdani görev' değil; aynı zamanda 'kanuni hak'tır.

P.tesi
21.02.2022



Sivas Cumhuriyet
Üniversitesi Tıp Fakültesi
Sosyal Sorumluluk Projesi

Sokak Hayvanlarına Yardım Radyo Programı



CÜ Radyo
98.6
15.00

**ONLAR DA
CANLI
YAŞAMLARI
BİZE BAĞLI**

Nuriye SARIAKÇALI
**Moderatör: Yarkın
YILDIZGÖZ**
**Konuşmacılar:
Melisa SİĞİRCİ
Sıla SAYAN
Aytac CEFEROVA**



Kadınlar Günü (Radyo Programı)



Bildiğiniz üzere yarın 8 Mart Dünya Kadınlar Günü ve biz de Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 1 Sosyal Sorumluluk Kadınlar Günü Topluluğu olarak sizlere Sayın Nuriye Sarıakçalı Hocamızın önderliğinde bir radyo programı dinletisi hazırladık, umarım beğenirsiniz. Umarım sıkılıp sesini kırmadığınız bir program hazırlamışızdır sizlere diyorum ve lâfı fazla uzatmadan sizlere kendimi takdim ediyorum: Ben Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Dönem 1 öğrencilerinden Ayşenur Yeşilbaş. Bugün bu radyo programının moderatörlüğünü üstlenmiş bulunmaktayım ve sevgili arkadaşlarım Buse Eser, Çağla Güder, Zehra Baş, Livza Şahan, Firuze İspirioğlu, Nazlıcan İplik, Esra Yakut ile birlikteyiz ve hep birlikte Kadınlar Günü hakkında konuşacağız.

8 Mart ve niçin 9 Mart değil; geçmişte neler yaşanmış?

Aslına bakarsanız Kadınlar Günü; Birleşmiş Milletler tarafından 1977 yılında Kadın Hakları üzerine ilan edilmiş bir gündür. Geçmiş ise çok eskilere dayanmaktadır. Kadınların erkeklerle eşit haklara sahip olmak için verdiği mücadelenin başlangıcı: 8 Mart 1857 yılında Amerika'nın New York kentinde tekstil sektöründe çalışan yüzlerce kadının düşük ücretleri, uzun çalışma saatlerini ve insanlık dışı çalışma koşullarını protesto etmek için grevler yapması olarak kabul edilmektedir. Bu grevler sırasında çıkan yangında işçilerin fabrika önünde kurulan barikatlardan kaçamaması sonucunda çoğu kadın 129 işçi can vermiş, bu olaylardan 52 yıl sonra (1910), Danimarka'nın Kopenhag kentinde düzenlenen II. Sosyalist Enternasyonal toplantısında Clara Zetkin'in önerisiyle, 1857'de başlayan, kadın haklarının kazanılması ve kadınların birlikteliği mücadelesinin her yıl "Kadın Günü" olarak kutlanması kararlaştırılmıştır.

Sene 1911

Birçok Avrupa ülkesinde ve Amerika Birleşik Devletleri'nde kadınlar için bir gün kutlanmaktaydı. Ancak bu kutlama, 1848 devriminin ve "Commune de Paris" in anısına 19 Mart'ta gerçekleşmişti. Oy kullanma ve kamu görevinde bulunma hakkına ek olarak, kadınların çalışma, mesleki eğitim ve iş yerinde ayrımcılığa son verme haklarını talep ettiler.

Emekçi Kadınlar Günü'nün artık resmen 8 Mart olarak belirlenmesi ise 1921 yılında Moskova'da yapılan bir başka Uluslararası Kadınlar Konferansı'nda gündeme geldi. 1921'deki konferansta Clara Zetkin'in de önerisiyle geçmişte yaşanan tüm trajik olaylara ithafen 8

Mart "Dünya Kadınlar Günü" olarak kabul edildi.

Kadınlar sonunda seslerini duyurabildiler ve 1948'de 'İnsan Hakları Evrensel Beyannamesi'nin kabul edilmesiyle kadın erkek eşitliği hukukta ve çeşitli birleşmiş milletler dokümanlarında yer almaya başladı. Kadın haklarını güvence altına alan bir sözleşmenin gerekliliği yetkililerce konuşulmaya başlandı ve birleşmiş milletler genel kurulu 1967'de kadınlara karşı ayrımcılığın önlenmesi bildirgesini ya da kısaltılmış sekiyle DEDAW'ı kabul etti. Bu bildirge basitçe şu maddeleri içermektedir:

- Kadına karşı ayrımcılık adaletsizdir ve insan onuruna aykırı bir suç teşkil eder.
- Kadına karşı ayrımcılık yapılan uygulamalar kaldırılmalıdır ve taraf devletler bunu uygulamakla yükümlüdür
- Kadınlar seçme ve seçilme hakkı dâhil olmak üzere tüm seçim haklarından yararlanmalıdır
- Ceza kanunlarında cinsiyet ayrımcılığı yapılmamalıdır

Tabi burada bildirgenin bütün maddelerini söyleyemeyiz ama fikir vermesi açısından 4 maddesini sizlerle paylaştım fakat tabii ki daha geniş çaplı bir bildirge. Lakin bu bildirgeyi Birleşmiş Milletler o kadar geniş çaplı bulmamış olacak ki 1979 yılında daha da ayrıntılı bir bildirge olan kadına karşı her türlü ayrımcılığın önlenmesi bildirgesini CEDAW kabul etmiştir ve taraf devletlerin uygulamasını şart koşmuştur taraf devletler CEDAW komitesine düzenli rapor sunmak zorundadır. Türkiye bu bildirgeyi 1985 yılında imzalamış ve bu sözleşme günümüzde hala geçerliliğini sürdürmektedir.

Kadınlar Günü'nün mazisinden dünyadaki kadın hakları hareketlerinden bahsettik. Peki tüm bunlar olurken Türkiye'de neler oluyordu, Ülkemizde nasıl gelişmeler yaşıyordu Sevgili Çağla bize biraz bahsedermisin?

Merhaba ben Çağla, Tıp Fakültesi 1. Sınıf öğrencisiyim. Bugün sizlere Türkiye'deki kadın haklarının tarihinden bahsedeceğim. Türkiye'de kadın hakları batı dünyasındaki gelişmelere paralel olarak 19yy. Ortalarından itibaren gündeme gelmiştir. İlk kadın hakları savunucusu Halide Edip Adivar olmuştur. İlk dönemlerde daha çok eğitim hakları üzerinde düzenlemeler yapılmıştır. Kadınların özel hukuktaki konumuna ilişkin reformlar Türkiye'de II. Meşrutiyet Döneminde gündeme gelmiştir. Çok eşlilik ilk kez 1977'de çıkarılan bir yasayla Avrupa normları doğrultusunda düzenlenmiştir. Özel hukukta kadın erkek eşitliği 1926 tarihli Medeni Kanunla gerçekleşmiştir. Kadınların siyasi ve mesleki yaşamında hak iddia etmelerinin örneklerine 1908-1914 yıllarından itibaren rastlansa da bu alanda önemli gelişmeler ancak Cumhuriyet Dönemi'nde gerçekleşme fırsatını bulmuştur. Türkiye'de kadınlar gerçek siyasi seçimlerin henüz yapılmadığı bir dönemde 1930-1934 yıllarında bu hakka kavuşmuştur. Genel itibarıyla geçmişe baktığımızda Türkiye kadın haklarında önde gelen ülkelerden olmuştur.

Türkiye'de durum böyleyken Dünya'da kadın haklarının nasıl olduğunu öğrenmek için sözü Buse arkadaşşıma bırakıyorum.

Türkiye, kadın hakları konusunda, birçok Avrupa ülkesinden daha önce bazı önemli kazanımları elde etmiş bir ülke. Türkiye'de kadınlar, seçme ve seçilme hakkını İsviçreli kadınlardan 36, Fransız kadınlardan 11, Belçikalılardan 14 yıl önce elde ettiler.

Türkiye'de, kadınlara milletvekili seçme ve seçilme hakkını veren yasal düzenleme, 1934 yılında, Anayasa ve Seçim

Kanunu'nda değişiklik yapılması sonucu gerçekleşti. Kadınlar, 22 yaşında seçme, 30 yaşında seçilme hakkına sahip oldu.

Böylelikle, Siyasal ve sosyal haklarını kullanan kadının, insanlığa mutluluk ve saygınlık getireceğine inanan Atatürk, kadınlara çok sayıda Avrupa ülkesinden daha önce bu demokratik hakkın verilmesini sağladı.

Evet şimdi Kadın erkek eşitliği konusuna gelirsek Ipsos Türkiye Barometresi Araştırmasına göre, Türkiye'de toplumun %75'i Kadın ve erkeklerin, hayatın her alanında eşit olması gerektiğine inanıyor.

Ipsos araştırmasına göre, küresel ortalama olarak, her 10 bireyden sadece 1'i kadın olmanın daha avantajlı olduğunu düşünüyor. Araştırmaya Türkiye'den katılan bireylerin %57'si, toplumda erkek olmanın daha avantajlı olduğuna inanıyor, %27'si ise bir fark olmadığını düşünüyor.

Küresel kamuoyunun hemen hemen yarısı evde çocuk bakımında kadın ve erkeklerin eşit haklara sahip olması konusunda yeterli aksiyonun alınmadığını düşünüyor.

Bizler ayrımcılığın biteceği konusunda iyimseriz.

Aslında bakarsanız Türkiye kadın hakları hareketlerinde öncü bir ülke konumundaymış. Ülkemiz kadınlara karşı ayrımcılığın kalkması konusunda ilk adım atan ülkelerden olmuş ama maalesef bugün hala kadına şiddet ülkemizde çözülebilmüş bir konu değil. Her gün yeni bir kadın cinayeti haberiyle derinden sarsılıyor. Haccetepe Üniversitesi'nin TBMM'ye sunduğu rapora göre: Türkiye'deki her 10 kadından 4 ü yaşamının bir döneminde şiddete maruz kalmış; boşanmış veya ayrı yaşayan kadınlarda ise yüzde yetmiş beşi fiziksel şiddet mağduru. Sevgili Livza bize bu konu hakkında biraz bilgi verebilir misin?

Merhaba Livza ben. Tıp fakültesi dönem 1 öğrencisiyim. Kadına şiddet ve kadın cinayetleri hakkında söylemek istediğim birkaç şey var.

Kadına yönelik şiddet, kadınların cinsiyetleri nedeniyle maruz kaldık-



ları fiziksel, cinsel, psikolojik acı veya ıstırap veren ya da verebilecek olan her türlü eylem, uygulama ya da bu tür eylemlerle tehdit edilme, zorlanma veya keyfi olarak özgürlükten yoksun bırakılmalarıdır.

Dünyanın pek çok yerinde sıklıkla rastlanan bir insan hakları ihlalidir. Mağdurların doğumla birlikte, hatta doğum öncesinde maruz kalmaya başladıkları bir şiddet türüdür.

Ülkemizde kadına şiddet sebepleri arasında doğacak kız çocuğunu cinsiyeti sebebiyle aile içinde ve yakın çevrede iyi karşılamama; kız çocuklarını cinsiyetleri sebebiyle okula göndermeme, aile içinde veya dışında fiziksel, cinsel saldırılara maruz bırakma, zorla evlendirme, kadını erkek çocuk doğurmadığı için aşağılama, kadına yönelik tecavüz tehdidi, evlilik içi tecavüz, namus cinayetleri, çalışma yaşamına girmenin engellenmesi, düşük ücretle çalıştırılma, iş yaşamına erkeklere kıyasla alt pozisyonlarda başlama, ev içi emeklerinin göz ardı

edilmesi, insan ticareti gibi birçok sebep sayabiliriz.

Kadın Cinayetlerini Durduracağız Platformu'nun yayınladığı rapora göre, Ocak ayında 26 kadın erkekler tarafından öldürüldü, 28 kadın ise şüpheli şekilde ölü bulundu.

Rapora göre, Ocak ayında öldürülen 26 kadının 13'ü evli olduğu erkek, 5'i tanidik, 3'ü eskiden birlikte olduğu erkek, 2'si oğlu, 1'i birlikte olduğu erkek ve 1'i de akrabası tarafından öldürüldü. Bu ay öldürülen kadınların yüzde 58'i evlerinde öldürüldü. Kadınların yüzde 50'si ateşli silahla öldürüldü.

İstanbul'da aile sağlık merkezinde hemşire olarak görev yapan bir çocuk annesi 33 yaşındaki Ömür Erez'i öldüren Rahmi Uygün, çıkarıldığı mahkemece tutuklanarak cezaevine gönderildi. İfadesinde "Bana borcu vardı" dediği Ömür Erez'in dayısı katilin iddialarını yalanladı. Haberlere göre, dayı Gündüz "Ömür'ün parayla bir derdi yoktu, tek derdi kızydı" dedi.

Kartal 10 Numaralı Aile Sağlık Merkezi'nde görevi başındayken Konya'dan gelen saplantılı belalı Rahmi Uygün'un silahlı saldırısıyla başından vurularak katledildi. Cinayetin ardından kayıplara karışan Rahmi Uygün ve kendisine saldırıyı gerçekleştirmesinde yardım eden Musa Teymur İstanbul Asayiş Şube Müdürlüğü Cinayet Büro Amirliği ekiplerince yakalanarak gözaltına alındı.

İstanbul'a eğitim için gelen 28 yaşındaki Başak Cengiz, samuray kılıcı ile saldırıya uğradıktan sonra tüm müdahalelere rağmen hayatını kaybetti. Hiç tanımadığı biri tarafından öldürüldü.

Olayın ardından gözaltına alınan şüpheli Can Göktuğ Boz Gayrettepe'deki Asayiş Şube Müdürlüğüne götürüldü.

Şüphelinin daha önce psikolojik tedavi gördüğü bildirildi. Zanlıın emniyetteki ilk ifadesinde, maktulü tanımadığını ve şiddet filmlerinden etkilenecek kılıçla bu olayı gerçekleştirdiğini söylediği öğrenildi.

Şu an öldürülen kadınların hepsini anlatmam mümkün değil ama Şule Çet, Pınar Gültekin, Sıla Şentürk, Emine Bulut, Özgecan Aslan, Cansel Buse, Ceren Damar gibi bir sürü kadın bu ülkede katledildi. Biz bunları sosyal medya sayesinde duyduk lakin göz ardı edilen, kimsenin ruhunun duymadığı bir sürü kadın cinayeti olduğu gibi hâlâ kurtarabileceğimiz, gördüğü şiddetten kurtarılmayı çaresizce bekleyen kadınlar ve kız çocukları var.

Sekiz Mart yaklaşırken ayrıca eklemem gereken bir şey var ki bütün bu şiddetler bitmeden kadınların kadınlar gününü kutlamak hiçbir anlam ifade etmiyor, sözlerin değil icraatlerin güzel olduğu Dünya Kadınlar Günlerini yaşamayı temenni ederek konuşmamı sonlandırıyorum.

Maalesef son zamanlarda kadına yönelik şiddet vakaları ülkemizde artmakta dedik. Ben burada bir parantez açmak istiyorum öncelikle neden kadın cinayetleri maktulleri kadın diye mi? Hayır kadınlar kadın olduğu için öldürüldüğünden dolayı kadın cinayetleri kadın sırf ona biçilen toplumsal role uymadı diye şiddet görüyor ve hatta öldürülüyor. Kadınlar öldürülüyor çünkü kadın yemek yapmamış; kadınlar öldürülüyor çünkü kadın kahkaha ile gülmüş, kadın ona çizilen kalıba uymamış taşmış ve uzmanlara göre kadın cinayetleri ile sıradan bir cinayetin ki cinayetin sıradanı nasıl olur bilinmez ama bu iki cinayet vakasının psikolojisi uzmanlarca farklı şekilde ele alınıyor peki Firuze bize bu şiddetin psikolojisinden bahsedebilir misin?

Merhaba ben Firuze Melisa. Ben de arkadaşlarım gibi tıp fakültesi dönem 1 öğrencisiyim

Livza son yıllarda artan şiddet olaylarından bahsetmişken ben de şiddetin psikolojisinden bahsetmek istiyorum. Öncelikle şiddetin temel sebebi insanda doğuştan var olan saldırganlık içgüdü. Bu güdü tıpkı hayvanlarda olduğu gibi tehlike oluşturan durumlarda kendimizi korumamız, yaşamızın devam etmesi için var olan bir güdü. Yani aslında etrafımızdaki canlılara zarar verelim diye değil kendimizi zarardan korumak için olan bir güdümüz. Peki durum böyleyken bu güdüyü şiddete çeviren ne? Tabii ki bu güdümüzü kontrol edememek.

Ruhsal ve zihinsel zekâsı gelişmemiş insanlar ilkel beynin komutlarına uyarlar ve böylece saldırganlık dürtüsünün kontrol bozukluğu ortaya çıkar.

Bu bozukluğa sahip insanlara baktığımızda başlıca kendini gösteren karakteristik özellikleri vardır. Örneğin Eleştiriye kapalıdırlar çünkü bunu kendi yaşamlarına, otoritelerine tehdit olarak görürler. Bu yüzden onları eleştirdiğinizde sinirlenerek şiddet eğilimi gösterebilirler.

Eleştiriye tehdit görmelerinin sebebi ise kendilerini eksik ve yetersiz görmeleri yani özünde büyük bir özgüvensizlik. Bu yüzden en ufak eleştiri onlara büyük bir alan ihlali gibi geliyor, korkuyorlar. Sinirlenip şiddet uyguladıklarında aslında hiç olmayan özgüvenleri varmış gibi hissettiriyor. Kendilerini tatmin etmek, güçlü göstermek, eksik değil tam hissetmek için başkalarına zarar vererek yalancı bir özgüvene sahip oluyorlar.

Aynı zamanda iletişime de kapalı olan bu insanlar için şiddetin başka bir anlamı da var. İsteklerini sağlıklı bir iletişimle söyleyemeyen bu insanlar şiddeti isteklerinin yaptırımcısı olarak görüyorlar. Kendilerini, isteklerini kabul göstermenin tek yolu şiddetmiş gibi geliyor.

Tüm güçleriyle birine zarar verirken kendilerini ne kadar baskın görsele de elbette öyle değiller. Bunun aksine aciz insanlar. Ve biz etrafımızda daha fazla bu insanları görmek istemiyoruz.

Şiddet uygulayan kişinin psikolojisi böyleyken şiddet gören kişinin nasıl?

Şiddet tabii ki de insan ruhuna büyük zararlar veriyor. Travma sonrası bozukluk, stres bozukluğu, depresyon, çaresizlik, umutsuzluk, anksiyete ve buna benzer bir çok soruna sebep oluyor

Biz Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi ailesi olarak şiddetin her türlüünü kınıyoruz ve bitmesini diliyoruz.

Şiddeti önlemek için neler yapılabilir?

-En önemli çözüm hukuki düzenlemelerle kadına, çocuğa, yaşlıya, hayvana şiddete, tacize, tecavüze gereken cezaları hafifletici sebepleri işletmeden, affı olmadan verilmesini sağlamak olmalıdır.

-Hiçbir şiddet olayını normalize etmemek veya üstünü örtmeye çalışmamak oldukça önemlidir.

-Çocukları şiddetten uzak bireyler olarak yetiştirmek için eğitim sistemi buna göre düzenlenmeli, eğitimde öncelikle iyi bir insan olma konusuna odaklanılmalıdır. Çocuklara suç işleyen değil suça sürüklenen çocuk olarak bakılmalıdır. Çocukların, şiddete maruz kaldıklarında veya şahit olduklarında işinde uzman psikolog ve sosyolog kadroların bulunduğu, arayabilecekleri kurumsal hatlar oluşturulmalıdır.

-Şiddet, taciz, tecavüz mağduru kadın ve çocuklar için mutlaka des-

tek grupları oluşturulmalı ve bu kişiler bu gruplara yönlendirilmelidir. -Şiddetle mücadelede ailesel faktörler göz ardı edilmemelidir. Görevli kuruluşlarca kişilere çocuk yetiştirme becerileri kazandırılmalıdır. Bireylerin gelişiminde ebeveynlerin rolünün çok önemli olduğu düşünüldüğünde; ebeveynler çocuklarına zaman ayırmalı, sevgilerini onlardan esirgememelidir.

-Basın, medya, sosyal medya mağdurları değil faileri teşhir etmeli böylelikle mağdur kişinin toplum içerisinde kendisini daha fazla kötü hissetmesine engel olunmalıdır.

Herkese merhabalar, ben de tıp fakültesi dönem 1 öğrencilerinden Esra. Ben de diğer arkadaşlarımdan geçtiği konular üzerine ek olarak dünya emekçi kadınlar günündeki emekçiyi açmak istiyorum. Nedir bu emekçi kadın? Birçok meslek grubunda yer edinmiş ve halen emeğini sürdüren kadınlarımız ve evinde de yaptığı işleri göz ardı edilmemesi gereken kadınlarımızdır emekçi kadın.

Erkek işi nedir? Kadın işi nedir? Erkek her şeyi yapabilir de kadın yapamaz mı? Yüzyıllardır süren erkek işi ve kadın işi olarak ayırım yapılan, küçüklükten beri dayatılan olguyu kırıp, aslında her şeyin üstesinden gelebileceklerini kanıtlamış kadınlarımız, her geçen gün artmakta.

Son yıllarda, kadınların, çalışma hayatına büyük oranda katılması ve daha aktif rol alarak girişimcilik faaliyetlerinde bulunmaları, gelişen ekonomiler için "stratejik" bir öneme sahiptir. Çünkü iş dünyasında zengin olmanın, kullanılmayan potansiyeli etkin hale getirmenin ve yeni iş sahaları oluşturmanın yolunun, kadınların girişimciliğinin teşvik edilmesinden geçtiği ifade edilmektedir. Yapılan çalışmalarda kadın girişimcilerin kişisel karakteristikleri; dinamik, bağımsız, özgüvenli, ortama daha uyum sağlayıcı, çalışanlarına karşı daha teşvik edicilik, daha geniş bir stratejiye sahiplik, rekabetçi ve amaç yönelimli olarak tanımlanmaktadır. Uluslararası rakamlara bakıldığında, kayıtlı ekonomi içindeki şirketlerin yüzde 25-33'ünün sahiplerinin kadın olduğu görülmektedir. Yine Dünya Bankası'nın yedi Orta Doğu ülkesinde yapmış olduğu bir çalışmada, toplam 4000 şirketin sahiplerinin %13'ünün kadın olduğu belirlenmiştir. Araştırmalar, dünya çapında kadın işgücündeki en yüksek artışın endüstrileşmiş ülkeler olduğunu gösterirken, en düşük artış sergileyenlerin ise zaten işgüçlerinde büyük sayıda kadın bulunan Doğu Avrupa ülkeleri olduğunu belirtmektedir. Dolayısıyla yalnızca profesyonel anlamda çalışan kadınlarda değil, kadın girişimciliğinde de artışların olduğu söylenebilir.

Her ne kadar kadınların erkeklere göre işgücüne katılımı ve girişimcilik faaliyetleri konusunda istenen seviyede olamadığı bir gerçek olsa da, kadınların her geçen gün ekonomik hayatta daha etkin hale gelmeye başladığı ise bilinen bir gerçektir.

Bu bağlamda günümüzde kadın; yalnızca belli bir mesleğin uygulayıcısı veya çeşitli kesimlerde kol gücü ile görev alan bir emekçi olarak değil, aynı zamanda bir girişimci olarak da varlığını ortaya koymaktadır.

Son yıllarda medyanın da yardımıyla kadın girişimcilere olan ilgi artmıştır. Kadın girişimciliğine yönelik olan bu ilgi, özellikle gelişmekte olan ülkelerde benimsenen ihracata yönelik kalkınma stratejileri ile yakından ilişkilidir.

Bununla birlikte kadınların, girişimcilik faaliyetlerinde önemli engel-

lerle karşılaştıkları ve oldukça zorlandıkları bilinmektedir.

Kadın girişimciler genel olarak girişimcilerin karşılaştıkları sorunların yanı sıra bir de sadece kadın olmaktan dolayı sorun yaşarlar. Yapılan araştırmalara göre kadın girişimcilerin genel olarak yaşadıkları sorunlar; rol çatışması, güvensizlik, cinsel beklentiler, tecrübe yetersizliği, geleneksel baskı, başarısızlık beklentisi, cinsiyet ayrıımıyla birlikte gelen erkek işi ve kadın işi olan ayrımcılıklardır.

Bugün hala çoğu yerde kadının yerinin ev olduğuna inanılmakta birçok erkek egemen ataeril toplumda kadının, erkeğinin izni olmaksızın herhangi bir girişimi yasaklamış bulunmaktadır. Diğer taraftan kadının çalışıp para kazanması erkeğin aileyi geçindiren aile reisi konumuna karşı bir tehdit olarak algılandığında da kadına çalışma izni verilmemektedir.

Kadınların iş yaşamlarını etkileyen en önemli unsurlardan birisi de erkeklerden farklı olarak toplum içerisinde benimsedikleri cinsiyet rolüdür. Cinsiyet rolü, hangi meslek kadın işi, hangilerinin erkek işi olduğunun belirlemektir. Böylece kadının toplumdaki cinsiyet rolünden dolayı onun ev hayatı ve iş hayatı arasında denge kurmak zorunda olması, anne ve eş olma rolünün bir uzantısı gibi değerlendirilen öğretmenlik, hemşirelik, sekreterlik gibi daha çok kadınların çalıştığı mesleklerle yönelmesine yol açmıştır. Özellikle kadınların sanayi sektöründeki varlıkları erkeklere kıyasla çok düşüktür. Dolayısıyla toplumda "erkeksi" ve "kadınsı" meslek ayrımı ortaya çıkmıştır.

İş yaşamında cinsiyete dayalı basmakalıp yargılar kadınların kariyerlerinde en önemli engel olarak görülmektedir. Bu basmakalıplar kadınların üst düzey işleri yapamayacaklarıdır. Kadınlar; kişilik, kararlılık, azim ve risk alma açısından yetersiz görülmektedir, bir diğer basmakalıp yargı ise, kadınların bağımlı, duygusal davrandıkları ile rekabet, hırs, liderlik gibi özellikler açısından "yetersiz" oldukları söylenmesidir.

Günümüzde kadının çalışma yaşamında, her geçen gün etkinliğini arttırması, hem kendisi hem de toplum açısından oldukça önemli görülmektedir. Özellikle kadının daha eğitilmiş, azimli, hırslı ve kararlı duruşu onu, erkeğe bağımlı olmaktan kurtararak ekonomik anlamda bağımsızlığını ve toplumdaki konumunu güçlendirmesine olanak sağlamaktadır.

Kadının girişimci olarak çalışma yaşamına katılmasının, kadın açısından getirdiği zorluklar dikkate alınarak değerlendirilmesi daha gerçekçi olacaktır. Çünkü kadın, gerek kadın olmanın, gerekse iş ve toplumsal yaşamın "Erkek Egemen Kurgulanmış Düzeni"nde oldukça güç şartlar içerisinde girişimcilik faaliyetini sürdürme çabasındadır. Fakat kadının çalışma yaşamındaki bu zorluklar kadını ekonomik hayatta pasifleştirme anlayışına ittiğini söyleyemeyiz. Çünkü son yıllarda, kadınların iş yaşamında, karşı cinse göre, daha başarılı oldukları gözlemlenmektedir. Bunun nedeni ise; önceden erkeklere özgü olduğuna inanılan işlerde başarılı olmaları, erkeklerle aralarındaki girişimcilik konusundaki bilgi ve deneyim farkının giderek azalması, olaylara karşı daha duyarlı, daha sakin, daha yoğun insan ilişkilerine sahip olmalarıdır. Kadınlar bu şartlar altında hem iş yaşamındaki başarısıyla hem de evindeki başarısıyla aslında daha zor şeyleri başarmaktadır. Biz kadınlar günü topluluğu olarak bir anket yaptık ve farklı sonuçlar

elde ettik ulaşabildiğimiz herkese anketi ulaştırmaya çalıştık. Anketimize katılan katılımcılarımıza teşekkür ediyoruz ve bizlere sonuçları açıklaması için sözü Çağla'ya bırakıyoruz.

Erkekle kadının toplumdaki konumu hakkında gençlerin görüşlerini belirtmek için Toplumsal Cinsiyet Eşitliği Ölçeği anketi hazırladık. Şimdi sizlerle yaptığımız anket sonuçlarını paylaşacağım. Anketimize 125 kişi katıldı %74'ü kadın %26'sı erkekti. Katılanların çoğu 18-24 yaşlarındaki üniversite öğrencilerimiz oluşturdu. Anketimiz 13 sorudan oluşup; -Siyaset erkeksi bir alan mıdır?

-İş yaşamında erkeğe öncelik verilmeli midir?

-Ev işleri kadının görevi midir?

Gibi sorulardan oluşuyordu. Anketimize katılan kişilerin büyük bir çoğunluğu sorularımıza kadın-erkek eşitliğini destekleyen olumlu cevaplar vermiştir. Anket sonuçlarımız bu şekildedir.

Umarız biz de bu konuda sizlere hatırlatıcı vazifesi görebilmişiz ve günün anlam ve önemini ifade edebilmişizdir.



**SİVAS CUMHURİYET
ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
SOSYAL SORUMLULUK PROJESİ**

7 MART 2022 • 15.00
KADINLAR GÜNÜ SOSYAL SORUMLULUK PROJESİ



*"Dünyada her şey kadının
eseridir."*
M. KEMAL ATATÜRK

NURİYE SARIAKÇALI
MODERATÖR:
Ayşenur YEŞİLBAŞ
KONUŞMACILAR:
Buse ESER
Çağla GÜDER
Zehra BAŞ
Leyl Livza ŞAHAN
Firuze Melisa İSPİRLİOĞLU
Nazlıcan İPLİK
Esra YAKUT





Orman Haftası (Radyo Programı)



Ben Ceren Şener, Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi dönem 1 öğrencisiyim. Bugün 5 arkadaşım ile beraber bu haftanın önemi hakkında konuşacağız. Öncelikle bu haftanın ortaya çıkışından bahsedeyim: 1971 yılında Avrupa Tarım Federasyonu (CEA); 21 Mart gününü kuzey yarım kürede ilkbaharın, güney yarım kürede de sonbaharın başlangıç günü olarak kabul etmiş ve Birleşmiş Milletler Gıda Örgütü (FAO) kanalı ile bunun bütün dünya ülkelerine tavsiye edilmesini sağlamıştır. O günden bu yana 21 Mart, “Dünya Ormancılık Günü”, 21 Mart’ı içerisine alan hafta da “Orman Haftası” olarak kutlanmaya başlanmıştır. Türkiye ise Dünya Ormancılık Günü’nü ilk defa 1975 yılında kutlamıştır. Ayrıca ülkemizde 21-26 Mart tarihleri arasında Orman Haftası kutlanır ve bu haftanın bir günü Ağaç Bayramı olarak kabul edilir ve uygun alanlar ağaçlandırılır. Belki de bu yayını dinlemeden önce çoğunuz böyle bir haftanın varlığından bile bihaberdi. Ancak artık bildiğinize göre belki 1 fidan bağışlamak gibi ormanlara küçük katkılarda bulunabilirsiniz. İşte orman haftasını önemli yapan asıl şey de bu. Ormanların insan ve tabiat için önemi üzerinde durularak evrensel duyarlılığın artırılması amaçlanıyor. Çevre kuruluşları, devletlerin ilgili birimleri, basın - yayın organları (bizim de şu an yaptığımız gibi) çeşitli etkinliklerle orman haftasının önemi üzerinde durmaya, insanların bilinç düzeylerini artırıp farkındalık yaratmaya çalışıyorlar.

+TDK’de orman kelimesi “Ağaçlarla örtülü geniş alan” olarak tanımlanmış. Peki ormanlar gerçekten de sadece ağaç bütünü müdür? Şu an yanımda İclal Şeker var ve bize ormanların öneminden bahsedecek. -Ormanlar, dünyadaki tüm toprakların üçte birini kaplar ve gezegenin en yoğun, en çeşitli yaşam biçimleri için hayati bir organik altyapı sağlar. Aynı zamanda çok yönlü işlev ve değeri ile yeryüzünde yaşa-

mın temel taşlarından birisidir. Ormanlar, sayısız türün yaşama alanı ve milyarlarca insanın geçim kaynağıdır. Ülkemizde doğa korumanın duayenlerin Tansu Gürpınar, “içinde ağaçkakanın yuva yapmadığı yer orman sayılmaz” der. Belki de orman ekosistemini tanımlayan en kısa ve en anlamlı ifadedir bu.

Peki yaşamamız için bu kadar önem arz eden ormanların faydaları nelerdir bir de bunlara göz atalım.

ORMANLAR OKSİJEN KAYNAĞIDIR.

Kuşkusuz ormanların en önemli faydası oksijen kaynağı olmasıdır. Havada % 21 oranında oksijen bulunmaktadır. Bu miktarın % 56’sını ormanlar üretir.

SU VARLIĞINI KORUR VE DÜZENLER.

Ormanlar, bitkiler ve hayvanlar için doğal bir su şebekesi gibidirler. Kar ve yağmur biçimindeki yağış ağaçlar; yaprakları, dalları, gövdesi ve kökleri ile tutarak taşkınların olmasını önler. Ayrıca yeraltı sularının oluşmasına yardım eder, barajların ekonomik ömrünü uzatır, doğal afetleri önler, ülke ekonomisine katkıda bulunur.

EROZYONU ÖNLER

Erozyon tanım olarak bitki örtüsü tahrip olmuş eğimli arazilerdeki toprağın, bulunduğu yerden; yağışlar, sel suları, çığ, rüzgar gibi etkenlerle aşınması ve taşınmasına denir. Ve ülkemizde her yıl 500 milyon ton toprağımız erozyonla kaybolmaktadır. Bu durumda ormanlar toprağa sahip çıkar. Toprak kaymaları ve toz fırtınaları kaynaklı rüzgar erozyonu gibi hayati tehlike içeren sorunları engeller.

YARARLI BİRÇOK İKİNCİL ÜRÜN VERİR.

Ayrıca tıp, kozmetik, kimya ve boya sanayinin hammaddesini oluşturan birçok ürün; ormandaki ağaçların kökünden, gövdesinden, dalından,

yaprağından elde edilmektedir.

SAĞLIĞIMIZ ÜZERİNDE OLUMLU ETKİLERİ VARDIR

Çok sayıda tıbbi ve aromatik bitkiye ev sahipliği yapan ormanların sağlık sektörüne ekonomik katkısı her yıl yüz milyarlarca dolar düzeyinde. İlaçların dörtte birinden fazlası tropikal orman kaynaklı. Bozulmamış ormanlar, böcek ve hayvan kaynaklı salgın hastalıkların etkisini azaltabiliyor. Ormansızlaşmış alanlarda yaşayan insanlar ile sağlıklı orman yapısını koruyan alanlar arasında sıtma enfeksiyonu ve diğer bulaşıcı hastalıklar bakımından önemli farklar vardır.

DÜNYAYI SERİN TUTARLAR

Ağaçların gölge yaparak ısınmaya karşı korumasının yanında, küresel ısınma olarak adlandırılan günümüz problemini besleyen karbondioksiti emmesi yani karbonu depolaması önemli bir durumdur.

YAĞMUR YAĞMASINA YARDIMCI OLURLAR

Büyük ormanlar bölgesel hava olaylarını etkileyebilir ve hatta kendi mikro-klimalarını da oluşturabilirler. Ayrıca su döngüsü üzerinde de etkileri tartışmasız bir gerçektir.

SELLERE KARŞI MÜCADELE EDERLER

Ağaç kökleri, şiddetli yağmurda anahtar bir konumdur. Toprağın daha fazla sel suyunu emmesine yardımcı olur, akışı yavaşlatarak toprak kaybını ve maddi hasarı azaltırlar.

+Şimdi biraz ülkemizdeki ormanlar hakkında konuşalım. Acaba ülkemizde ne kadar ormanlık alan var, çeşitlilik yönünden zengin mi, Enes Çakmak bu konuda bizi bilgilendirecek.

-Hepimiz biliyoruz ki okullarda bizlere Türkiye'nin orta kuşakta yer aldığı, 4 mevsimin de yaşandığı cennet bir vatan olduğu söylendi ki gerçekten de öyle bir ülke de yaşıyoruz. Bunun gibi birden fazla iklime ev sahipliği yapmamız yükseltinin çok olması aniden artıp azalması gibi faktörler çeşitliliği fazla bitki hayvan topluluklarını barındıran çok çeşitli orman toplulukları oluşturmuş. Ülkemizin %27 sini ormanlar oluşturmaktadır. Dünyada orman büyüklüğü bakımından 32. sırada yer alan ülkemizde en çok orman varlığı Karadeniz Bölgesi'nde bulunmakta iken en az Güneydoğu Anadolu Bölgemizde bulunmaktadır. Ülkemizdeki orman türleri;

Sert Yapraklı Ormanlar: Akdeniz Bölgesi'nde, bu tür içinde yer alan ağaçlar: defne, yabani zeytin, fıstık çamı, kızılçam [kızılçam ülkemizde en çok yayılış gösteren ağaç türüdür], Halep çamı, sakız ağaçları
Yazın Yeşil Ormanlar: Türkiye'de denizden çok yüksek olmayan yerlerde yaygındır. Kayın, meşe, ıhlamur, huş, gürgen, kestane ceviz ağaçları bu orman topluluğunun içerisinde.

Galeri Ormanları: İç Anadolu'nun yağmurca fakir bölgelerinde nehir kenarlarında oluşur

İğne Yapraklı Ormanlar: Kışı sert geçen yüksek bölgelerde her mevsim yeşil olan köknar, sedir, servi gibi ağaç türlerini barındıran orman çeşididir.

Bunlar ülkemizde yer alan belli başlı orman türlerinden elbette birkaçı.

+Hepimizin bildiği gibi özellikle son yıllarda ülkemizde de dünyada da birçok canlının yaşam yerinden olduğu çok fazla ve gerçekten büyük orman yangınları oldu. Bu orman yangınlarının nedenleri neydi, ne kadarlık bir kayba sebep oldu ve bunlar gibi aklımızdaki bir çok soruya İkra Nur Çalışkan'ın konuşması cevap olacaktır.

-En önemli doğal kaynaklarımızdan birisi olan ormanlar artan nüfus ve

giderek genişleyen tarım arazileri, kentleşme ve sanayileşme gibi nedenlerle yoğun bir baskı altındadır. Ülkemizde ormanların azalması ya da ekonomik olarak verimsizleşmesi artık güncel bir sorun oldu.

Orman azaltıcı faktörlerden birisi de, orman yangınlarıdır.

Ülkemizde görülen orman yangınlarına sayısal verilerden bakacak olursak 2011-2020 dönemleri arasında yanan orman verileri orman bölge müdürlükleri bazında incelendiğinde toplam 90 bin 956 hektar kadarlık bir alanın yandığı görülmüş. Ve 3 bin 413 tane orman yangını çıkmış. Bu dönemde yıllık ortalama kayıp miktarı 9 bin 96 hektar olarak hesaplandı. Yine bu yıllar arasındaki yanan orman miktarları bölgesel olarak hesaplandığında yılda ortalama 1456 hektar ile İzmir 1389 hektar ile Kahramanmaraş 862 hektar ile Antalya ilk 3 sırada yer aldı. Ülkemizdeki büyük orman yangınlarına bakacak olursak maalesef ki çok büyük kayıplar yaşanmış.

Örneğin 2008 yılında Antalya Manavgat'ta 16 bin hektarlık bir alan yanmıştı, maalesef ki yine 2021 yılında hepimizin de hatırlayacağı bir orman yangını meydana gelmişti. 2021 yılında yine Antalya Manavgat'ta ortaya çıkan ve Türkiye'nin daha birçok şehrine de yayılan orman yangınları Akdeniz, Ege, Marmara gibi

birçok bölgeyi etkilediği gibi 49 ilimizde yangına neden olmuştu. Bu olay hepimizin de hatırlayacağı gibi ülkemizi epey etkilemişti ve birçok canlının maalesef ki ölümüne neden olmuştu. Yine başka bir örnek olarak 2013 yılında 3 bin 399 orman yangını yaşandı. Aslında ülkemizde yaşanan orman yangınlarını ne yazık ki saymakla bitmez, bunlar sadece bazı örneklerdi. Umarız ki orman yangınları ülkemizde bir daha yaşanmaz.

+Az önce son yıllardaki orman yangınlarından bahsettik. Peki bu yangınların etkileri nelerdir? Ve elbette orman yangınlarının da doğal bazı nedenleri olduğunu biliyoruz. Ancak İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Orman Fakültesi'nden Prof. Dr. Doğanay Tolunay, Türkiye'de orman yangınlarının %89'unun insan kaynaklı olduğunu belirtmiş. Öyleyse yangınları önlemek için bizlere neler düşüyor? Ömer arkadaşımız bizi bu konularda bilgilendirecek.

-Orman yangınları bilindiği üzere ulusal değil küresel bir problem ve son yıllarda etkisini giderek daha fazla hissettiriyor. Dünyada orman bulunan hemen her yerde büyük veya küçük çaplı orman yangınları çıkabiliyor. Dünyada başlıca orman yangını çıkan ülkeler ABD, Kanada, Avustralya ve Akdeniz ülkeleri. Türkiye'de genelinde her ne kadar Karasal iklim hakim olsa da bir Akdeniz ülkesi. Türkiye'de 2019 bakanlık verilerine göre her yıl ortalama 1111 adet orman yangını oluyor. Bu rapor 80 yıllık. Ancak son 10 yıla baktığımız zaman bu ortalama 2063. Neredeyse 2 katı. 94.000 hektar alan 2009-2019 yılları arasında yandı. Buna sebep olan birçok etken var: küresel ısınma, vatandaşların bilinçsizliği, denetimsizlik vs. şeklinde sıralayabiliriz. Ben sizlere orman yangınlarının daha çok ülkemizdeki etkilerinden bahsedeceğim. Türkiye'deki orman varlığı 22,7 milyon hektar. Bu orman varlığının 12,5 milyon hektarı ise yangına hassas. Yangına hassas orman alanları Maraş'tan başlayıp Adana, Osmaniye, Mersin, Antalya, İzmir, Muğla, Çanakkale, Trakya'ya kadar uzanıyor. Bu bölgeler yangına hassas çünkü Kızılçam ağaçlarından oluşuyor. Bilindiği üzere Kızılçam ağaçları özellikle yaz aylarına yanmaya oldukça müsait ve kozalaklarının patlayıp etrafa yayılması sebebiyle yangını yayabiliyor. Akdeniz

ekosisteminde en çok yangına hassas ormanlar Antalya, İzmir, Aydın ve Muğla'da. Geçen sene yaşadığımız cumhuriyet tarihinin en büyük çaplı orman yangını da bu bölgelerde yaşandı. Yangının söndürülmesi ve yaraların sarılması için binlerce köylü, hem Antalya ve ilçeleri hem de Türkiye'nin birçok ilinden bölgeye gelen gönüllülerle büyük bir seferberlik örneği sergiledi. Başta orman ve itfaiye ekipleri olmak üzere hem çalışanlar hem de gönüllüler günlerce uykusuz veya birkaç saatlik uykuyla yorgun bir şekilde mücadeleyi bırakmadı. 2'si orman işçisi 8 vatandaşımız ne yazık ki hayatını kaybetti. Binlerce insanımızın evi, meyve bahçeleri, tarım arazileri yandı, hayvanları telef oldu. Toplamda 60 bin hektar alan küle döndü. 126 bin futbol sahası büyüklüğünde bir alandan bahsediyoruz. Bakanlık verilerine göre en az 1 milyar TL'lik bir ekonomik kayıp yaşandı. Dünya'da üretiminin %90'ına sahip olduğumuz çam balı üretimi bu sene neredeyse yapılamadı ve uzun yıllar daha böyle devam edecek. Milyonlarca canlı yok oldu. Bölgeye özgü endemik bitki ve hayvan türlerinin nesli tükenme tehlikesiyle karşı karşıya kaldı. Peki kaybettiğimiz bunca ağacı nasıl geri kazanacağız? Buna ortalama insan ömrü maalesef yetmiyor. Kaybedilen ekosistemin tekrar kazanılması çok uzun bir süreç.

Bu kadar uzun bir süreci yaşamamak bir daha aynı hüznü tatmamak için ormanlarımızı korumalıyız ve orman yangınlarını önlemeliyiz. Peki nasıl? Pek çok fikir pek çok çözüm önerisi var, ben sadece birkaçından bahsedeceğim. İlk olarak Türk mühendisler tarafından geliştirilen orman kapsüllerinden dem vuralım. Bu orman kapsülleri ormandaki sıcaklık, karbondioksit ve dumanı ölçüyor. Sensörleri aracılığıyla topladığı verileri yapay zeka yardımıyla işleyerek yangın risklerinin önceden belirlenmesini ve orman kayıplarının engellenmesini hedefliyor.

Bu kapsüllere konuşmam ı n b a -

şında belirttiğim, orman yangınlarıyla her yıl uğraşan Kanada büyük ilgi gösteriyor. Vatandaş olarak bizler de orman yangınlarını önleyebiliriz. Mangal ya da kamp yaptıktan sonra yaktığımız ateşi tamamen söndürdüğümüzden emin olmadan alandan ayrılmamalıyız. Külleri soğuyana kadar karıştırmalı veya üzerine su döküp öyle ayrılmalıyız. Sigara izmaritlerini piknik yaptığımız yerlere atmamalıyız. Cam şişelerini veya cam kırıklarını bırakmamalıyız. Kısacası ormanı doğal halinde olduğu gibi bırakmalıyız.

+Yangınlar sonucu birçok ormanlık alanın yok olduğu doğru. Ancak bu kaybı telafi etmemiz gerekiyor. Öyleyse ormanların çoğaltması için nasıl çalışmalar yapılabilir? Ebru Özdamar'ı dinliyoruz. Temiz hava, besleyici gıdalar, temiz su kaynakları, doğa sporları... Dünya çapında yaklaşık 1 milyar insanın temel ihtiyaçlarını karşılayabilmesinin orman ekosistemine bağlı olduğunu biliyor muydunuz? Hem kentsel hem de kırsal bölgelerde yaklaşık 2.4 milyar insan ısınma ve ateş ihtiyacını odun ve odun kömürü gibi ormanlardan sağlanan enerji kaynaklarından karşılıyor. Herhangi bir doğal afetin yaşanması durumunda ya da mahsuller tahmin edilenden erken tükendiğinde, insanoğlunun ilk koştuğu yer ormanlar oluyor. Karada yaşayan canlı türlerinin önemli bir bölümü ormanlarda barınıyor ve ormanlar sadece ağaçlardan oluşan bir topluluğu değil, birbirine bağlı ve bağımlı olan, yüzlerce yıldır bir arada yaşayan, milyonlarca canlının oluşturduğu bir ekosistemi temsil ediyor. Peki, dünyada her yıl yaklaşık 10 milyon hektar ormanın (Türkiye'nin yaklaşık 7'de biri) yok olduğunu ve bu rakamın iklim değişikliğinin etkileriyle birlikte her yıl katlanarak artacağını öngörüldüğünü biliyor muydunuz? Dünya üzerindeki ormanların bir kısmı daha fazla tarım ve imar arazisi yaratmak için ve iklim değişikliği nedeniyle yaşanan toprak kaymalarında, sellerde ve aşırılaşan doğa olaylarında kaybedilirken; çok büyük bir kısmı da kontrol altına alınamayan yangınlar nedeniyle yok oluyor. Sadece hava sıcaklığının artmasıyla birlikte kontrol edilmesi her geçen gün daha da zor hale gelen yangınlar nedeniyle orman ekosistemine ait bitki türlerinin en az %8'i, hayvan türlerininse %5'i yok olma tehlikesiyle karşı karşıya. Geçtiğimiz yıl Amazonlarda ve Avustralya'da yaşanan büyük çaplı orman yangınlarını uzaktan korkarak izlemişken, bu yıl kendi ülkemizde daha önce eşi benzeri görülmemiş olan orman yangınlarıyla mücadele etmeye çalışıyoruz. İhtiyaç Haritasının NASA Isı Haritası üzerinden elde ettiği tahmini verilere göre bugüne kadar toplamda 223.341 hektar alan, 2647 yapı ve 1202 ev yanarak kül oldu. Ormanları korumak için neler yapmalı(yız)?

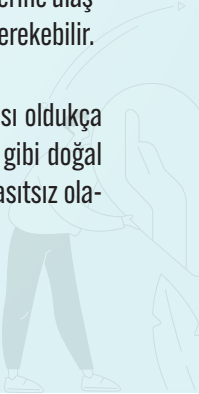
Orman Ağaçlarının Düzenli ve Planlı Kesimi

Ormansızlaşmanın temel sebeplerinden biri, ağaçların ticari olarak kesilmesidir. Ağaçlar çok yıllık bir kaynak olarak kabul edilmekle birlikte, çok büyük çapta sömürüldükleri zaman eski hallerine ulaşmaları ya asla gerçekleşmez yada onlarca yıl beklemek gerekebilir.

Orman Yangınlarının Kontrolü

Yangın nedeniyle ormanların tahrip olması veya yok olması oldukça yaygındır. Bazen yangın, şimşek çakması veya sürtünme gibi doğal süreçler ile başlar, çoğu durumda ise kasıtlı olarak veya kasıtsız olarak insan tarafından da orman yangınları başlatılabilir.

Yeniden Ağaçlandırma ve Ormanlaştırma



Yapılan kesimler sonrası o bölgenin tekrardan ağaçlandırılması gerekmektedir. Bu, doğal veya yapay yöntemlerle yapılabilir. Benzer şekilde, yangın veya madencilik faaliyetleriyle tahrip olmuş ormanlık araziler yeniden ağaçlandırılmalı ve bölgenin tekrardan ormanlaşması sağlanmalıdır. Engebeli arazide hava tohumlama tercih edilen bir yöntemdir. Ağaçlandırma için ağaç seçimi yerel coğrafi koşullara göre yapılmalı ve ağaçların ilk gelişmesinde özen gösterilmelidir.

Şimdi Enes arkadaşımız tıp fakültesi öğrencilerine yönelik yapmış olduğumuz orman haftası farkındalık anketi sonuçlarını bizimle paylaşacak. Öncelikle belirtmeliyim ki bunlar anket sonuçlarına göre kendi yorumlarıdır.

- 1) Ülkemizde Orman Haftası ne zaman, biliyor musunuz? Katılanların %65,9 u bilmediğini söyledi.
 - 2) Daha önce hiç Orman Haftası etkinliğinde bulundunuz mu? Ankete katılanların %70.5 bulunmadığını aktardı.
- Bu iki sorudan da anlıyoruz ki orman haftası ile ilgili toplumda bir bilgisizlik var. Sebebi ilgili kurum kuruluşların “orman bak eğitim bak” gibi çevre örgütlerinin yerel yönetimlerin bu işin üzerine yeteri kadar düşmemesinden veya duyuru reklam, broşür gibi halka yönelik faaliyetlerin yeteri kadar uygulanmıyor oluşundan kaynaklanabilir.
- 3) Daha önce hiç fidan diktiniz mi? Bu soruda gayet güzel ve gururlandıracak bir sonuçla karşılaştık %77,3'ünün fidan diktğine dair.
 - 4) Daha önce hiç fidan bağışında bulundunuz mu? %61,4 bağışta bulunduğunu söyledi. 3 ve 4 e baktığımızda katılımcıların (bireysel olarak olabilir) ağaçlandırmaya duyarlı olduğunu fakat orman haftası ile ilgili bir bilgisi olmadığı anlaşılıyor
 - 5) Türkiye’de kamu kurum ve kuruluşların, çevre ve doğa örgütlerinin yaptığı Orman Haftası ve ağaçlandırma etkinliklerinin yeterli olduğunu düşünüyor musunuz? [1:Hiç yeterli değil - 5:Çok yeterli] %43 hiç yeterli değil ya da yeterli değil, %45,5 ne yeterli ne yetersiz (3), %10 yeterli ya da çok yeterli olarak düşünmüş. (Bu soruyu üniversitemiz ve Sivas bazında sorduk)
 - 6) Üniversitemizdeki Orman Haftası ve ağaçlandırma etkinliklerinin yeterli olduğunu düşünüyor musunuz? [1:Hiç yeterli değil - 5:Çok yeterli] %59 yetersiz, %36 ne yeterli ne yetersiz olarak düşünmüş.
 - 7) Sivas Belediyesi, Sivas Valiliği ve Sivas’taki çevre örgütleri tarafından yapılan Orman Haftası ve ağaçlandırma etkinliklerinin yeterli olduğunu düşünüyor musunuz? [1:Hiç yeterli değil - 5:Çok yeterli] %61 hiç yeterli değil ya da yeterli değil, %31,8 ne yeterli ne yetersiz, %8 yeterli olarak düşünmüş.

Bu 3 soruya bakacak olursak başta sorunun kurum çevre örgütü vs. bazında olduğu seklindeki yorumum tıp fakültesi öğrencileri açısından doğruluğu anlaşılmakta. Yani orman haftası ile ilgili faaliyetler öğrencilerce yetersiz görülmekte. Faaliyetler az yapılırsa da, halka yeteri kadar ulaşmasa da var. Ancak bu doğru bir şekilde yapılıyor mu bunu merak ettik ve şu şekilde bir soru yönelttik:

- 8) Ülkemizdeki ağaçlandırma faaliyetlerinin doğru bir şekilde yapıldığını düşünüyor musunuz? %63,8 i doğru bir şekilde yapılmadığını aktarmakta.
- 9 ve 10) soruları ülkemizdeki bu sorunların eğitimsizlikle alakalı olup olmadığını merak ettik ve sonuçlar baya ilginç:
- 9) Orman Haftası ile ilgili halka yeterli eğitimin verildiğini düşünüyor musunuz? %100’ü yetersiz olduğunu düşünmekte.
- 10) Orman yangınlarıyla ilgili halka yeterli eğitimin verildiğini düşünüyor musunuz? Katılımcılar bunda da %100 yetersiz olduğunu düşünmekte.

Bu iki soru bize sorunun en büyük kaynağını göstermekte. Tabi ki bu da ülkemizdeki sıkıntılı noktalardan biri olan eğitim.

- 11) Ülkemizdeki ormanlık alanların yeterli olduğunu düşünüyor musunuz? -1:Hiç yeterli değil - 5:Çok yeterli] %59)1 hiç yeterli değil ya da yeterli değil
- 12) Sivas’taki ormanlık alanların yeterli olduğunu düşünüyor musunuz? %86)4 hiç yeterli değil yada yeterli değil. %12 ne yeterli ne yetersiz.
- 13) Üniversitemizdeki ormanlık alanların yeterli olduğunu düşünüyor musunuz? %35 yetersiz, %30 ne yeterli ne yetersiz olarak düşünmüş.

Anket sonuçlarımız ve çıkarımlarım bu şekilde. Ormanların korunması için çıkarılan yasalar, verilen eğitim, alınan önlemler bir noktaya kadar başarı sağlamakta ancak o noktadan sonra insanlar vicdanlarıyla baş başa kalmaktadır. Bu yüzden umuyoruz ki orman haftasında konunun önemini kalplerinize seslenebildiğimiz bir program olmuştur.

Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Sorumluluk Projesi

ORMAN HAFTASI
RADYO PROGRAMI

CÜ
RADYO
98.6

KONUŞMACILAR:
Ceren Şener
İkra Nur Çalışkan
Ebru Özdamar
Ömer Unal
İclal Şeker
Enes Çakmak

Prof. Dr. Hatice Reyhan Eğilmez
Prof. Dr. Hatice Özer

SEN ORMAN DERSİN
İKİ HECE.
BEN NEFES ALMAK,
YAŞAMAK
DERİM.

Ruh Sağlığı Haftası (Radyo Programı)



1 Kasım 2021 tarihinde Dr. Öğretim Üyesi Tülay Koç ve öğrencilerle birlikte "Ruh Sağlığı Haftası" radyo programı yapıldı.

İnsan Hakları ve Engelliler Haftası (Radyo Programı)



20 Aralık 2022 Tarihinde Prof. Dr. Ünal Özüm ve öğrencilerle birlikte 'İnsan Hakları ve Engelliler Haftası' Radyo programı gerçekleştirildi.

Çevre Farkındalığı Haftası (Radyo Programı)



Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Sosyal Sorumluluk Projesi

Çevre Farkındalığı

Prof.Dr. HATİCE ÖZER
MODERATÖR
MUHARREM ESAT DAĞLI

KONUŞMACILAR
SENA CANTÜRK
EDA CEREN ŞAHİN
UMUT TUNA AVAN

DOĞA İLE SAVAŞ HALİNDEYİZ KAZANIRSAK KAYBEDECEĞİZ

CÜ RADYO 98.6
23 Mayıs 2022 Pazartesi
SAAT: 11.00

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ

Cumhuriyet UNİ SOSYAL SORUMLULUK

23 Mayıs 2022 Tarihinde Prof. Dr. Hatice Özer ve öğrencilerle birlikte 'Çevre Farkındalığı Haftası' kapsamında 'Doğa ile Savaş Halindeyiz Kazanırsak Kaybedeceğiz' adlı radyo programı gerçekleştirildi.



Açık Düşünce Topluluğu (ADÜT)

Merhaba arkadaşlar,
Biz fakültemizin aktif kulüplerinden Açık Düşünce Topluluğu'uz (ADÜT). Hayata daha büyük bir pencereden bakan, donanımlı ve kültürlü hekimler olmayı istiyoruz. Birlikte eğlenerek öğrendiğimiz, beraber gelişip birbirimizin ufkunu genişlettiğimiz bir çok etkinlik yapıyoruz. Bunlardan bazılarını sizlerle paylaşmak isteriz. Gelenekselleşmiş olan "Meme Kanseri Farkındalık Etkinliği"nde önlüklerimiz ile kent meydanına inerek KETEM ve meme kanserinin erken teşhisi hakkında insanları bilgilendiriyoruz. Bu sayede hem toplumun meme kanseri konusundaki bilincini artırmayı hedeflerken bir yandan da geleceğin hekimleri olarak ifade gücümüzü artırıyoruz.



Bir başka etkinliğimiz "Bilgi Yarışması" ise cevapları sayısal veriler olan ilginç soruların sorulduğu eğlence dolu bir ekip yarışmasıdır.



Birbirimizin bakış açısını genişlettiğimiz "ADÜT Kitap Okuyor" etkinliğinde her ay birlikte seçtiğimiz bir kitabı okuyup toplanarak birbirimizle duygu ve düşüncelerimizi paylaşıyoruz.



"Acile(n) Gelin" etkinliğimizde acil servise ekipler halinde giderek nöbete katılıyoruz. Bu sayede EKG, alçıya alma, dikiş atma, muayene gibi birçok şeyi gözlemliyoruz.



"Dramadüt" isimli drama kolumuz ile video içerikleri hazırlayarak ve tiyatro oyunları sahneleyerek özel deneyimler elde ediyoruz.



"14 Mart Tıp Bayramı Anıtkabir Ziyareti" nde Türkiye'nin dört bir yanından hekimler ve tıp fakültesi öğrencileri ile bir araya gelerek Tıp Bayramımızı kutluyoruz.



En özel etkinliğimiz olan "Köy Okullarına Kütüphane Açma Etkinliği"nde ise kütüphane imkanı olmayan köy okullarına temin ettiğimiz kitaplar ve zeka oyunları ile donanımlı bir kütüphane hazırlıyoruz. Böylece geleceğin umudu olan çocuklarımıza kendilerini geliştirebilmeleri ve ufuklarını açabilmeleri için destek oluyoruz.



Ve buraya koymadığımız daha birçok etkinliğimiz var. Etkinliklerimize @adutcutip etiketiyle Instagram ve Twitter'dan ulaşabilirsiniz.

ADÜT olarak, Atatürk'ün "Beni Türk hekimlerine emanet ediniz" sözündeki alternatifi düşünülmeden "Türk hekimleri" olmayı hedefliyoruz. Bu amaçla toplumun farkında, bilge, etkin ve üretken bireyleri olmaya çalışıyoruz.

CUMHURİYET ÜNİVERSİTESİ BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR TOPLULUĞU (CÜTBAT)



Herkese merhabalar,

Biz Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Bilimsel Araştırma Topluluğu (CÜTBAT)'yuz. Tıp fakültesi öğrencileri tarafından kurulmuş Ulusal bir kulübüz. Ülkemizdeki çoğu üniversitede olduğu gibi bizim üniversitemizde de çok güzel etkinliklere imza atan bir öğrenci topluluğuyuz. Danışman hocamız Doç. Dr. Ahmet Karadağ hocamızın da yardımlarıyla etkinliklerimizi yürütüyoruz. Kulübümüz 2013'den beri aktif olarak çalışmalarını yürütmektedir. Bu yola çıkarken her fırsatta dile getirdiğimiz ve gerçekleştirmek için elimizden geleni yaptığımız, çaba sarf ettiğimiz bize yol gösteren asıl amacımız "Eğlenmek, öğrenmek, öğrenerek eğlenmek, eğlenerek öğrenmek". Biraz daha açacak olursak amacımız bilime yönelen, çağa ayak uyduran, toplum için çalışan, ülkesine faydalı olabilmek için çabalayan, bilgiye ve öğrenmeye açık, Ata'mızın açtığı yolda gösterdiği hedefte onu ilke ve inkılaplarını benimseyerek ilerleyen hekimler olabilmek. Bunun için uğraşıyoruz, sürekli neler yapabiliriz diye kafa yoruyoruz ve güzel etkinlikler yapmaya çalışıyoruz.

Örneğin geçen sene yapmış olduğumuz "Acil'in Ben Doktorum" adındaki etkinliğimiz bunlardan biriydi.

Bu etkinlikte çok değerli hocalarımız öncülüğünde Acil durumlarda müdahale ve ilk yardım konulu uygulamalı ve interaktif çalışmamızı gerçekleştirdik. Hekim adayı olmamızdan da öte her şeyden önce insan olarak her an karşılaşabileceğimiz acil durumlarda insanların hayatlarını kurtarabilmek ya da yardımcı olabilmek için neler yapmamız gerektiğini iyice kavradık.

Bunun dışında yapmış olduğumuz Kızılay etkinliğimizde Sivas Türk Kızılay'ı müdürü Sayın Dr. Ahmet Günaydın hocamızdan kan bağışının önemi, kan verebilmemiz için aranan kriterler, Kızılay'ın çalışma prensibi ve daha birçok konu hakkında çok değerli bilgiler aldık.



Yine bu sene yapmayı planladığımız Textbook okuma etkinliğimiz ile öğrenim hayatımız ve hekimlik hayatımız boyunca her zaman ihtiyaç duyacağımız makaleler hakkında yine çok değerli hocalarımızdan makale nedir, makale nasıl yazılır, makale nasıl okunur gibi çok çeşitli konularda bilgi alıp makaleler hakkında geniş çaplı bir çalışma yapmayı planlıyoruz. Bu yazıya sığmayan yapmış olduğumuz ve yapacağımız daha birçok etkinliğimizle amacımızı gerçekleştirmek için çabalıyoruz ve çabalamaya da devam edeceğiz. Mustafa Kemal Atatürk'ün de dediği gibi "Bilim ve fen nerede ise oradan alacağız ve ulusun her bireyinin kafasına koyacağız. Bilim ve fen için kayıt ve şart yoktur."

Cumhuriyet Tıp Öğrencileri Birliği (Turkmsic)

Herkese Selamlar,

Cumhuriyet Tıp Öğrencileri Birliği, Türk Tıp Öğrencileri Birliğine bağlı ulusal bir kulüptür.

Türk Tıp Öğrencileri Birliği (TurkMSIC), 1952 yılında kurulmuş; bağımsız, siyasi olmayan ve kâr amacı gütmeyen Türkiye'deki tıp öğrencileri arasında oluşturulmuş en köklü kuruluştur. Ülke çapında 92 tıp fakültesinde üye yerel temsilcileri mevcut ve bu sayı artmaktadır. Üye tıp fakülteleri ile Türkiye'deki 30.000'den fazla tıp fakültesi öğrencisinden oluşan bir ağa sahip olmakla birlikte, uluslararası çapta ise kurulduğu yıldan beri üyesi olduğu IFMSA (Uluslararası Tıp Öğrencileri Birlikleri Federasyonu) dahilinde 131 ülkede bulunan 140 Ulusal Üye Kuruluşu arasında Türkiye'yi temsil etmektedir.

Kulübümüz 6 adet çalışma kolundan oluşmaktadır. Bunlar Tıp Eğitimi, Halk Sağlığı, Cinsel Sağlık ve Üreme, İnsan Hakları ve Barış, Araştırma Değişim ve Staj Değişim çalışma kollarıdır. Bu çalışma kollarımız bünyesinde çeşitli etkinlikler, afiş çalışmaları, toplumsal konularda bilgilendirici yazılar yazma, araştırma projeleri, farklı fakültelerde staj imkânı gibi etkinliklere katılma fırsatına erişebilirsiniz. Aşağıda ise geçmiş senelerde yaptığımız birkaç etkinliği sizlere açıkladık.

Kulübümüzde sağlık hizmetlerine ulaşım açısından dezavantajlı olan ilçelere mahallere 'Sağlık Turnesi' düzenlenmesi, bulunduğumuz ilde 'Şeker Ölçümü' yapılması, 'Meme Kanseri Farkındalığı' için halkın bilgilendirilmesi, temel tıp öğrencilerinin ameliyatları yakından gözlemleyebilmeleri için 'Ameliyathane Günlükleri', 'HIV/AIDS' konusunda halkın bilgilendirilmesi, ilkokul-ortaokul-lise ziyaretleri yapılarak çeşitli konularda sunumlar gerçekleştirilmesi, tıp fakültesine yeni başlayan dönem 1 in öğrencilerin adaptasyonunu hızlandırmak amacıyla yapılan 'Nasıl Çalışır Etkinliği' ve birçok başka etkinlik düzenlenmektedir. Ayrıca geniş staj imkanları sunan 'Yurt içi ve Yurt dışı Staj Değişim Programları' yürütülmektedir.



Genç Yeryüzü Doktorları (Genç YYD)

Herkese Selamlar,

Biz Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Genç Yeryüzü Doktorları Topluluğuyuz. Topluluğumuz tıp fakültesi merkezli kuruldu fakat üye kadromuzda başta sağlık fakülteleri olmak üzere her fakülteden öğrenci bulunabilecek. Bizim esas amacımız toplumda iyiliği yaymak ve yaygınlaştırmaktır. Bu bağlamda öğrencilerin çeşitli eğitimler aracılığı ile mesleki ve kişisel olarak kendini geliştirmesi ve insani yardım alanında belli bir bilgi ve farkındalık kazanmış olarak mezun olması önceliğimizdir. Tanışma ve kaynaşma amacıyla geziler ve tanışma yemekleri, bilgi artırma amacıyla seminerler ve paneller, toplumsal refahı arttırmak için okul ve huzurevi ziyareti, mesleki ve bilimsel gelişim için makale yazma atölyeleri, yaptığımız başlıca etkinliklerdir. İyiliği yaymak adına "İyilik için gençlik!" mottosuyla çıktık bu yola.



"TIBBİYELİLER YARIŞIYOR"

Etkinliğimizde 100 tıbbiyeliye sorduk 5 popüler cevap aradık. Birinci olan takım üyelerine 250 ₺ değerinde hediye çeki verdik.



"MİNİK KALPLERE MİNİK DOKUNUŞLAR"

Etkinliğimizde otizmli çocukları ziyaret ettik. Onlara küçük hediyeler götürdük, birlikte oyunlar oynayıp keyifli vakit geçirdik.



"GELENEKTEN GELECEĞE"

Etkinliğimizde fakültemizde bulunan çeşitli branşlardaki hocalarımla sohbet edip tecrübelerini dinleme fırsatı bulduk. Eğitim sürecimiz için tavsiyeler aldık.



"KLİNİK GÜNLERİ"

Etkinliğimizde hastanedeki hocalarımla birlikte çeşitli polikliniklerde vizite çıktık, ameliyatlara girdik.



"SAĞLIK SOKAĞI"

Etkinliğimizde şehir meydanında şeker ölçümü, tansiyon ölçümü, beden kitle indeksi vb. stantlar açıp aldığımız teorik eğitimleri deneyimleme fırsatı bulduk.

BİR ÇOCUK BİR DİLEK CUMHURİYET (LEYLADAN SONRA)

Merhaba,

Ben Leyla'dan Sonra kulübü eş başkanı İlayda. Okulumuzun dergi girişiminde biz de Leyla'dan Sonra kulübümüzle buradayız dedik. Şimdiye sizlere kulübümüzü tanıtmak istiyoruz. Bizler hastanede yatan kronik hastalıklı çocuklarımızla kaliteli vakit geçirip, bizler için belki çok küçük ama onlara eşsiz bir hayal dünyası ifade eden en büyük dileklerini öğrenip bu dileklerini gerçekleştirmek isteyen gönüllülerimizle birlikte miniklerimizin tebessümü için çalışan tıp fakültesi öğrencileriyiz. Ülkemizde 53 fakülte, 7017 tıp fakültesi öğrencisi, 9838 kan bağışçımızla birlikte 100000'den fazla takipçiye sahibiz. Fakültemiz 'de 2019 yılından beri aktif olmakla beraber birçok çocuğun dileğinin gerçekleşmesine vesile olmanın huzuruyla etkinliklerimize devam etmekteyiz. Merhaba ben Burak Demirdağ, Leyla'dan Sonra kulübü mail sorumlusuyum. "Leyla'dan Sonra senin için ne ifade ediyor?" deseler; hayat, umut hatta yenilenme diyebilirim.

Çünkü gerçekten okul hayatı içinde sıkışan ruhumuz çocukları ziyaret ettiğimizde ve onlarla yaptığımız birçok etkinlikte yeniden hayat buluyor. Gönül isterdi ki yaptığımız ve planladığımız bütün etkinlikleri burada anlatabileyim. Örnek olması açısından pediatri bölümünün duvarlarını boyadığımız günden biraz bahsedeyim. Hiçbir çocuk vaktini bir odada, gün boyu uzanarak veya etrafta beyaz önlüklü birilerini görerek geçirmek istemez. Çocuktur; hoplayıp zıplamak, deliler gibi koşmak, parklarda oynamak, özgürce dolaşmak, küçücük kalplerine sığdıramadıkları dünyayı bir nebze de olsa yaşamak ister. Ama bu hayatın bazı gerçekleri var ve kronik hastalığı olan çocuklarımız bu gerçeklerle biraz erken tanışıyor. Biz de çocuklarımızın yüklendiği bu ağırlığı az da olsa hafifletmek için ve yüzlerinde küçük bir tebessüm oluşturabilmek için sevdikleri çizgi film karakterlerini hastane koridorlarına çizmeye karar verdik. Bütün arkadaşlarımızla beraber çok güzel bir iş başardık, bir o kadar da yorulduk. Ama sonuçta niyetimiz güzeldi, değmez mi bu kadar yorgunluğa? Değdi. Çocukların hastane koridorunda yürürken duvarlara bakıp tebessüm etmesini sağladık ya, yorgunluğumuzu alıp götürdü bu sevimli gülüşler. Velhasıl küçük Leyla'dan sonra nice Leylalara, Eliflere, Ahmetlere, Mehmetlere uzandı bu kulüp. Bundan sonra da aynı heyecan ve azimle devam etmesi temennisiyle... İyi ki Leyla'dan Sonra!

Merhaba ben İclal Şeker, Leyladan Sonra kulübü kargo sorumlusuyum. Bu kulübün ismini daha okula gelmeden önce duymuştum, çıkış yeri çok anlamlı ve duygusaldı benim için. Bir kulüp sizin için en fazla ne anlam ifade edebilir ki, diyebilirsiniz. Umut... Hem bir küçük avuç dolusu hem içine bir dünya sığdırabilecek kadar büyük bir umut... Bir çiçek can buluyorsa, bir kuş uçuyorsa sevinçle, bir gökkuşağı çıkıyorsa gökyüzünden, dünya sanki yeniden hayat buluyorsa çocukların gözlerinde beliren saf bir tebessüm değil midir sebebi? Böylesine kötülüklerle dolu bu dünyada çocuklardan başka kim kaldı ki masum bir çift göz, saf bir yürek? Sıcacık bakışları dünyayı ısıtır, kalpleri yumuşatır, bir dünya değişir di belki... Ama bazen hayat bizlere hiç adil davranmıyor. Bir çocuğa en çok yemyeşil parklar, doyasıya oynayacakları bahçeler yakışır soğuk duvardan hastaneler yerine. Çocukluklarını bir pencere ardından izlemek hangi minik yüreğe kolaydır ki? Mecbur kaldıkları gerçekler arasına sıkışır küçük bedenleri. Elbette her birinin hakkıdır özgürlük. Koşmak, oynamak bir dilek olmalı mıydı sahi?..

Bizler de servisteki miniklerimiz için, yaşadıkları bu zorluklardan birazcık uzaklaştırabilmek; yüzlerindeki kocaman gülümsemeyi, bakışlarındaki tarifsiz mutluluğu, seslerindeki o tatlı cıvıltıları tekrar yeşertebilmek için birçok etkinlik yapmaya çalışıyoruz. Mesela sevdikleri çizgi film karakterlerini pediatri servisine çizmek, 23 Nisan için süslemeler kutlamalar yapmak, palyaço eğlencesi düzenlemek, yüz boyaması, servis ziyaretleri yapmak... Tüm etkinlikler sonundaki mutluluklarını görseydin ne kadar paha biçilemez bir anlam ifade ettiğine şahit olurdu. Bizler sadece gönüllü olmadık bu işe. Bir çocuğun sıcacık tebessümü olmaya; bir Leyla'nın bir Ahmet'in bir Kader'in sesi, umudu, dileği olmaya gönül verdik. Bu bayrak yarışımızın kazananı aslında hepimiz ve inanıyorum ki bu yarış hiç bitmeyecek... Bir Leyla ile başlayan bu serüven, binlerce Leyla için sonsuza kadar devam edecek...

Hep Leyla'dan Sonra...





*Beni
Türk Hekimlerine
emanet ediniz.*

K. Atatürk