

İÇİNDEKİLER

Sıra	Tarih	Yayın	Başlık	Sayfa
1	01.12.2015	Akdeniz Gerçek	HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'	4
2	03.12.2015	Akdeniz Gerçek	İNMEDE İLK 5 SAAT ÖNEMLİ	5
3	02.12.2015	Akdeniz Güncel	HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	6
4	04.12.2015	Akdeniz Güncel	ÖZTÜRK: YÜZDEKİ SİMETRİ BOZULURSA 5 SAAT İÇİNDE	7
5	06.01.2016	Ana Haber	UYKU BOZDDUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR'	8
6	03.12.2015	Antalya Ekonomi	PROF DR ÖZTÜRK YÜZDEKİ SİMETRİ BOZULURSA 4.5	9
7	03.12.2015	Antalya Ekspres	HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	10
8	02.12.2015	Antalya Gazetesi	40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	11
9	04.12.2015	Antalya Gazetesi	ALZHEİMER KARŞI YABANCI DİL ÖĞREN!	12
10	01.12.2015	Antalya Gündem	NÖROLOJİ KONGRESİ BAŞLADI	13
11	02.12.2015	Antalya Hilal	'HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	15
12	03.12.2015	Antalya Hilal	NÖROLOGA BAŞVURAN	17
13	02.12.2015	Antalya Toros	HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'	18
14	05.12.2015	Antalya Toros	YÜZDEKİ SİMETRİ BOZULURSA 5 SAAT İÇİNDE NÖROLOGA	20
15	08.01.2016	Avrupa Gazetesi	UYKU LABORATUVARLARINDAKİ TEŞHİS ÖNEMLİ	21
16	06.01.2016	Avrupa Yakası	UYKU LABORATUVARLARINDAKİ TEŞHİS ÖNEMLİ	22
17	07.01.2016	Avrupa Yakası	WÜ	23
18	07.01.2016	Balıkesir Merhaba	UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR	24
19	02.11.2015	Bizim Kocaeli	CHP Lİ ADAYA SALDIRI	25
20	06.01.2016	Bolu Köroğlu	UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR	26
21	02.12.2015	Bursa Olay	İNME' DE KORKUTAN GERÇEK	27
22	06.01.2016	Bursa Olay	UYKU BOZUKLUĞU DEYİP GEÇMEYİN	28
23	06.01.2016	Büyük Zafer	AŞIRI UYKU HASTALIĞIN HABERCİSİ	29
24	02.11.2015	Çankırı da Yeni	GEÇİRİRKEN 6 MİLYON	30
25	06.01.2016	Doğuş (Gaziantep)	AŞIRI UYKU HASTALIĞIN HABERCİSİ	31
26	07.01.2016	Dokuz Sütun	AŞIRI UYKU HASTALIK HABERCİSİ	32
27	06.01.2016	Eskişehir Sakarya	UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR	33
28	03.12.2015	Gazete Bir	YÜZDE SİMETRİNİN BOZULMASI İŞARET	34
29	23.12.2015	Gazete İstanbul	FELÇTE KRİTİK SÜRE İLK 4 BUÇUK SAAT DÜNYADA	35
30	06.01.2016	Gaziantep Telgraf	UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR	36

Sıra	Tarih	Yayın	Başlık	Sayfa
31	19.01.2016	Güneş	DÜZENLİ UYKU	37
32	04.12.2015	Haber Ekspres	İNMEDE İLK 4 SAAT ÇOK ÖNEMLİ	38
33	11.01.2016	Haber Ekspres	UYKU BOZUKLUĞU HASTALIK HABERCİSİ OLABİLİR TÜRK	39
34	02.11.2015	Haber Kütahya	HER 40 SANİYEDE BİR KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	40
35	01.12.2015	Haber Türk	'HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'	41
36	02.12.2015	Hürses Gazetesi	MS HASTALIĞI ÖLDÜRÜCÜ DEĞİLDİR	42
37	02.12.2015	İstanbul Gazetesi	HER 40 SANİYEDE1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'	43
38	04.12.2015	İstikbal (Eskişehir)	YUZUNUZ EĞER BÖYLEYSE SADECE	44
39	07.01.2016	İstiklal Gazetesi	UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR*	45
40	02.11.2015	Karatekin Gazetesi	HER 40 SALIMLE HİR LEL İNME GEÇİRİYOR	47
41	03.11.2015	Konya Takip	HER 40 SANİYEDE BİR KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	48
42	02.11.2015	Medi Magazin	HER 40 SANİYEDE BİR KİŞİ İNME GEÇİRİYOR	49
43	12.01.2016	Mersin Kadın	AŞIRI UYKUO HASTALIĞIN HABERCİSİ	50
44	06.01.2016	Milat	TEŞHİS ÇOK ÖNEMLİ	51
45	23.12.2015	Milli İrade	ÇOK ÖNEMLİ	52
46	03.12.2015	Milliyet	YÜZDE ASİMETRİ FELÇ HABERCİSİ OLABİLİR	53
47	03.12.2015	Milliyet Akdeniz	HER 40 SANİYEDE 1 KİŞİYE İNME İNİYOR	54
48	03.12.2015	Özgür Düşünce	İTİ	56
49	07.01.2016	Son Dakika	UYKU LABORATUVARLARINDAKİ TEŞHİS ÖNEMLİ	57
50	03.12.2015	Star	İNMEDE İLK SAATLER ÇOK ÖNEMLİ	58
51	07.01.2016	Tekirdağ Şafak	UYKU LABORATUVARLARINDAKİ TEŞHİS ÖNEMLİ"	59
52	03.12.2015	Ticaret Gazetesi	DÜNYANIN NÖROLOJİ UZMANLARI TÜRKİYE DE BULUŞTU	60
53	07.01.2016	Ticaret Gazetesi	UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR1	61
54	12.01.2016	Trakya da Yeşilyurt	TEŞHİ	62
55	03.12.2015	Vatan	YÜZÜNÜZE BAKIN BÖYLEYSE YALNIZCA 4.5 SAATİNİZ VAR	63
56	07.01.2016	Yeni Asya	UYKU BOZUKLUĞU KAZALARA SEBEP	64
57	02.12.2015	Yeni Çağrı	SI. ULUSAL NÖROLOJİ KONGRESİ" BAŞLADI	65
58	11.01.2016	Yeni Çağrı	Yİ	66
59	24.12.2015	Yeni Emel	FELÇTE İLK 4.5 SAAT ÇOK ÖNEMLİ	67
60	23.12.2015	Yenigün (Eskişehir)	FELÇTE İLK5W	68

'Her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor'

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi. TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı Şerefur Öztürk, bu yılki kongrenin ana temasının nöromüsküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

'40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu. Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıkta ki nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirilmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

AKRABA EVLİLİKLERİ ÖNLENMELİ

Nöromüsküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu.

KAS HASTALIĞINDAN HENÜZ KÖK HÜCRENİN YERİ YOK

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra için sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

DEMANS HASTALIĞI

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçaer ise 'demans' hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alışverişte para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, çatal bıçak tutamamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokçaer, "En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu. Prof. Dr. Bülent Elbol ise parkinson hastalığı hakkında bilgi verdi. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yetmediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elbol, "Bu kişilerin hayatla iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyrederen hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi. DHA

İnmede ilk 4,5 saat önemli



Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" dedi. Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. Şerefur Öztürk, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

İNMEDE İLK 4.5 SAAT ÖNEMLİ

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatıta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları ya-

pabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

ALZHEİNERA KARŞI YABANCI DİL ÖĞREN, FARKLI MÜZİK ALETİ ÇAL

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından alzheimerin kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi.

Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulmadığına değinen Prof. Dr. Şerefur Öztürk şunları söyledi: "Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimlerimiz olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmamış değiller. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir."DHA

'Her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor'

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi.



TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı **Şerefur Öztürk**, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi. **'40 SANİYDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'** Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık

yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu. Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıktaki nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir"

dedi. **AKRABA EVLİLİKLERİ ÖNLENMELİ** Nöromusküler hastalıkları nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinisel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinisel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu. **KAS HASTALIĞINDAN HENÜZ KÖK HÜCRENİN**

YERİ YOK Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra için sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi. **DEMANS HASTALIĞI** TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçer ise 'demans' hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alışverişte para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, çatal bıçak tutamamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokçer, "En sık görülen demans"

nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu. Prof. Dr. Bülent Elbol ise parkinson hastalığı hakkında bilgi verdi. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yetmediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elbol, "Bu kişilerin hayatla iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyreden hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi. **MIGRENDE HASTA HİKAYESİ ÇOK ÖNEMLİ** Polikliniğe baş ağrısı

şikayetiyle gelen hastaların genellikle beyinde tümör çıkacağı korkusuyla tedirgin olduklarını anlatan Prof. Dr. Neşe Çelebisoy da şikayetlerin çoğunluğunun belirli bir nedeni olmayan ağrılardan oluştuğunu söyledi. Asıl başvuru grubunu migren hastalarının oluşturduğunu dile getiren Prof. Dr. Çelebisoy, "Migren hastanın günlük yaşam aktivitelerini bozuyor ve işgücü kaybına neden oluyor. Migren halkın yüzde 16'sında görülen bir rahatsızlık. Bu oran kadınlarda yüzde 25'e çıkıyor. Hem atak siddetinin hem de atak sıklığının azaltılabildiği bir hastalık" diye konuştu. **MS ZEKA HASTALIĞI DEĞİL** Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi verdi. Merkezi sinir sistemi hastalığı olan

MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini aktaran Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını açıkladı. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edilmektedir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" dedi. - DHA

Öztürk: Yüzdeki simetri bozulursa 4.5 saat içinde nöroloğa başvurun

TÜRK Nöroloji
Derneği (TND)
Başkanı Prof. Dr.

Şerefnur Öztürk, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" dedi. Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. **Şerefnur Öztürk**, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. **Şerefnur Öztürk**, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi. **İNMEDE İLK 4.5 SAAT ÖNEMLİ**

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığını deñinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı



alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

ALZHEİNERA KARŞI YABANCI DİL ÖĞREN, FARKLI MÜZİK ALETİ ÇAL

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından alzheimerin kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi. Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulamadığına değinen Prof. Dr. **Şerefnur Öztürk** şunları söyledi: "Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde

birtakım girişimlerimiz olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmış değiller. Koruyucu

anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir." -DHA

'Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor



Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefür Öztürk, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuk-

lukları inmeye sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

'UYKU BOZUKLUĞU BİRÇOK FARKLI NEDENLERDEN OLABİLİR'

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti: "Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yeter-sizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir.">>AA

Prof. Dr. Öztürk: “Yüzdeki simetri bozulursa 4.5 saat içinde nöroloğa başvurun”

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" dedi.

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi.

Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

İNMEDE İLK 4.5 SAAT ÖNEMLİ

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu.

İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

ALZHEİNERA KARŞI YABANCI DİL ÖĞREN, FARKLI MÜZİK ALETİ ÇAL

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından alzheimerin kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi.

Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulmadığına değinen Prof. Dr. **Şerefur Öztürk** şunları söyledi:

"Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimlerimiz

olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmış değil. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir."





'Her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor'

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi

TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenilen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı **Şerefur Öztürk**, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

'40 SANİYDE 1 KİŞİ INME GEÇİRİYOR'
Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu.

Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıkta nedeni nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

AKRABA EVLİLİKLERİ ÖNLENMELİ

Nöromusküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim

Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu.

KAS HASTALIĞINDAN HENÜZ KÖK HÜCRENİN YERİ YOK

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra işin sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

DEMANS HASTALIĞI

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokcaer ise "demans" hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alisveriste para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, catal bıçak tutamamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokcaer, "En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu.

Prof. Dr. Bülent Elbol ise parkinson hastalığı hakkında bilgi verdi. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yetmediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elbol,

"Bu kişilerin hayatla iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyreden hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi.

MİGRENE HASTA HİKAYESİ ÇOK ÖNEMLİ

Polikliniğe baş ağrısı şikayetiyle gelen hastaların genellikle beyinde tümör çıkacağı korkusuyla tedirgin olduklarını anlatan Prof. Dr. Neşe Çelebisoy da şikayetlerin çoğunluğunun belirli bir nedeni olmayan ağrılardan oluştuğunu söyledi. Asıl başvuru grubunu migren hastalarının oluşturduğunu dile getiren Prof. Dr. Çelebisoy, "Migren hastanın günlük yaşam aktivitelerini bozuyor ve işgücü kaybına neden oluyor. Migren halkın yüzde 16'sında görülen bir rahatsızlık. Bu oran kadınlar da yüzde 25'e çıkıyor. Hem atak siddetinin hem de atak sıklığının azaltılabildiği bir hastalık" diye konuştu.

MS ZEKA HASTALIĞI DEĞİL

Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi verdi. Merkezi sinir sistemi hastalığı olan MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini aktaran Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını açıkladı. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekereleli sandalyeye mahkum edilebilmektedir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" dedi. DHA

ADALYA SAĞLIK, EĞİTİM VE KÜLTÜR VAKFI BAŞKANLIĞI

SAYIN ÜYEMİZ

Vakfımızın Olağan Genel Kurul Toplantısı Aşağıdaki Gündem Maddelerini Görüşmek Üzere 12 Aralık 2015 Cumartesi Günü Saat 12:00 De Şirinyalı Mahallesi Lara Caddesi No: 48 Muratpaşa - ANTALYA Adresinde Bulunan Adalya Vakfı Engelsiz Cafe' De Yapılacaktır. Çoğunluk Sağlanamaması Durumunda, Toplantı 19 Aralık 2015 Cumartesi Günü Aynı Yer Ve Saatte Yapılacaktır.

Genel Kurul Toplantısına Şahsen Veya Temsilen Katılmanızı Rica Ederiz. Saygılarımızla.

GÜNDEM

1. Açılış Ve Yoklama
2. Divan Heyetinin Oluşturulması Ve Saygı Duruşu
3. Yönetim Kurulu 2016 Yılı Çalışma Programının Görüşülmesi Ve Onaylanması
4. 2016 Yılı Tahmini Bütçesinin Görüşülmesi Ve Onaylanması
5. Vakıf Üye Yapısının Görüşülmesi Ve Onaylanması
6. Yeni Yönetim Kurulu Ve Denetim Kurulu Üye Seçimlerinin Yapılması
7. Dilek, Temenniler Ve Kapanış

Not : Adres Ve Telefon Değişikliklerinizi Vakfımıza Bildirmenizi Önemle Rica Ederiz.

ADALYA SAĞLIK, EĞİTİM VE KÜLTÜR VAKFI BAŞKANLIĞI

Adres: Şirinyalı Mahallesi, Lara Caddesi No: 48 Muratpaşa - ANTALYA Telefon: 316 79 99 Faks: 345 60 65

Resmî İlanlar www.ilan.gov.tr Basın(ANT) 197561 www.bik.gov.tr

40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi

TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı **Şerefur Öztürk**, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

'40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu.

Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıktaki nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

AKRABA EVLİLİKLERİ ÖNLENMELİ

Nöromusküler hastalıkların nörolojik hastalık



lar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran demenin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu.

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra işin sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

DEMANS HASTALIĞI

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçer ise 'demans' hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alışverişte para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, çatal

bıçak tutamamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokçer, "En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu.

Prof. Dr. Bülent Elibol ise parkinson hastalığı hakkında bilgi verdi. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yetmediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elbol, "Bu kişilerin hayatla iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyreden hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi.

MS ZEKA HASTALIĞI DEĞİL

Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi verdi. Merkezi sinir sistemi hastalığı olan MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini aktaran Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını açıkladı. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edilmektedir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" dedi. ■ DHA

Alzheimer'a karşı yabancı dil öğren!

TND Başkanı Prof. Dr. Şerefnur Öztürk, "Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir" dedi

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. Şerefnur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. Şerefnur Öztürk, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

İNMEDE İLK 4.5 SAAT ÖNEMLİ

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnme erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurusu gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına

değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saatte kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından alzheimerın kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi.

Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulamadığına değinen Prof. Dr.

Şerefnur Öztürk

şunları

söyledi:

"Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimlerimiz olabiliyor. Aş gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmamış degiller. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir."

■ DHA



Nöroloji Kongresi başladı

Bu yıl 51'inci düzenlenen Nöroloji Kongresi, 27 Kasım-3 Aralık tarihleri arasında Antalya'da gerçekleştiriliyor. Türk Nöroloji Derneği'nin (TND) düzenlediği kongreye yurtiçi ve yurtdışından bin 500 sağlık çalışanı katılıyor. **Ceren KAYA ● 5'te**



MS hastalığı kadınlarda sık görülüyor



Türk Nöroloji Derneği Yönetim Kurulu Üyesi Cavit Boz, MS hastalığının kadınlarda 2 kat daha sık görüldüğünü ifade ederek, "Yüzde 70'ini kadınlar oluşturuyor" dedi. 51'nci Ulusal Nöroloji Kongresi, 27 Kasım-3 Aralık tarihleri arasında Antalya'da gerçekleştiriliyor. Türk Nöroloji Derneği (TND)'nin Belek'te Maritim Pine Beach Resort Otel'de düzenlediği kongreye yurtiçi ve yurtdışından bin 500 sağlık çalışanı katılıyor. 'Nöromusküler Hastalıklar (Kas ve Sinirucu Hastalıkları)'nın tartışıldığı kongrede, alzheimer, ilaç kullanımı, inme, baş ağrısı ve tedavi yöntemleri gibi konular da görüldü. Kongreye, Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk ve yönetim kurulu üyeleri katıldı. Başkan Prof. Dr. Şerefur Öztürk, nöromusküler hastalıkların çok yaygın bir hastalık olduğunu kaydederek, hastaların yaşam kalitesini önemli derecede etkilediğini belirtti. Öztürk, "Nörolojik hastalıklardan ölüm tüm dünyadaki ölümlerin yüzde 12'sini oluşturmaktadır ve bu ölümlerin büyük kısmı önlenemez" dedi. Öztürk, beyin damar hastalıklarının dünyada en fazla fonksiyon kaybına neden olan, yaşam kalitesini en fazla etkileyen ve ölüm nedeni olarak da ikinci sırada yer alan hastalık grubu olduğunu vurguladı.

'Gençlerin hastalığı'

İnme hastalığının ise beyin damar hastalıklarının ani olarak ortaya çıkan ve çok hızlı tedavi gerektiren bir durum olduğunu söyleyen başkan Öztürk, inme belirtilerinin toplum tarafından ta-

nınmasının, hastaların tedavi olanaklarına vakit kaybetmeden ulaşmasında en önemli faktör olduğunu belirtti. Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Cavit Boz ise, merkezi sinir sistemi hastalığı olan Multipl Skleroz'un (MS) kadınlarda 2 kat daha sık görüldüğünü ifade ederek, yüzde 70'inin kadınlarda görüldüğüne dikkat çekti. Boz, "MS'in başlangıcı çoğu hastada 20 ile 40 yaşlar arasındadır. Yani hastalık gençlerin hastalığıdır. Daha erken ve geç yaşlarda da hastalığın başlaması olasıdır" şeklinde konuştu.

'4 kadından birisi migren hastası'

Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Neşe Çelebisoy da, nörolojik anlamda en yaygın olan hastalıklardan birisinin de baş ağrısı olduğunu vurguladı. Çelebisoy, en sık karşılaşılan baş ağrılarının gerilim tipi ve migren olduğunu altını çizerek, "Gerilim tipi baş ağrısının 20-40 yaş arasında başladığını ve kadınlarda daha sık görüldüğünü belirtti. Gerilim tipi baş ağrıları çok daha sık görülüyor. Ancak çok şiddetli olmadığı ve çok ciddi bir özürlü oluşturmadığı için çoğu kez asıl başvuru grubunu migren hastalığı oluşturuyor" şeklinde konuştu. Migren oranının yüzde 16 gibi bir sıklıkla görüldüğünü belirten Çelebisoy, her 4 kadından birisinin migren hastası olduğunu kaydetti. Ağrının tedavisinde ağrı kesiciler ve non steroid anti inflamatuvar ajanların her zaman yeterli olmadığını dile getiren Çelebisoy, spesifik ajanlar olarak adlandırılan triptanların kullanılması gerektiğini söyledi. **Ceren KAYA**

'Her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor'

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefür Öztürk**, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi.

Ayrıntılar 2'de



'Her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor'

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefür Öztürk**, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi.



TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı **Şerefür Öztürk**, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

'40 SANİYEDE 1 KİŞİ INME GEÇİRİYOR'

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamalarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu. Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıkta nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

AKRABA EVLİLİKLERİ ÖNLENMELİ

Nöromusküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubu-

nun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliriz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu.

KAS HASTALIĞINDAN HENÜZ KÖK HÜCRENİN YERİ YOK

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra işin sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

DEMANS HASTALIĞI

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçaer ise 'demans' hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alışverişte para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, çatal bıçak tutamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokçaer, "En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu.

Prof. Dr. Bülent Elbol ise parkinson hastalığı hakkında bilgi verdi. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yet-

mediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elbol, "Bu kişilerin hayatla iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyreden hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi.

MİGRENE HASTA HİKAYESİ ÇOK ÖNEMLİ

Polikliniğe baş ağrısı şikayetiyle gelen hastaların genellikle beyinde tümör çıkacağı korkusuyla tedirgin olduklarını anlatan Prof. Dr. Neşe Çelebisoy da şikayetlerin çoğunluğunun belirli bir nedeni olmayan ağrılardan oluştuğunu söyledi. Asıl başvuru grubunu migren hastalarının oluşturduğunu dile getiren Prof. Dr. Çelebisoy, "Migren hastanın günlük yaşam aktivitelerini bozuyor ve işgücü kaybına neden oluyor. Migren halkın yüzde 16'sında görülen bir rahatsızlık. Bu oran kadınlarda yüzde 25'e çıkıyor. Hem atak şiddetinin hem de atak sıklığının azaltılabildiği bir hastalık" diye konuştu.

MS ZEKA HASTALIĞI DEĞİL

Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi verdi. Merkezi sinir sistemi hastalığı olan MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini aktaran Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını açıkladı. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edilebilir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" dedi. DHA

Nöroloğa başvurun

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" dedi

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümelerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

İNMEDE İLK 4.5 SAAT ÖNEMLİ

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk

4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

ALZHEİMER KARSİ YABANCI DİL ÖĞREN, FARKLI MÜZİK ALETİ ÇAL

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından alzheimerin kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürmemesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi.

Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş

yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulamadığına değinen Prof. Dr. **Şerefur Öztürk** şunları söyledi:

"Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimlerimiz olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmış değil. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek,



müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir." DHA

'Her 40 Saniyede 1 Kişi İnme Geçiriyor'

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefınur Öztürk, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi. 11'de

'Her 40 Saniyede 1 Kişi İnme Geçiriyor'

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefür Öztürk, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi.

TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı Şerefür Öztürk, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

'40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu.

Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıktaki nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir.

Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

AKRABA EVLİLİKLERİ ONLENMELİ

Nöromusküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmalar olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu.

KAS HASTALIĞINDAN HENÜZ KÖK HÜCRENİN YERİ YOK

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra işin sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

DEMANS HASTALIĞI

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçer ise 'demans' hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorlu-



ğu ya da alışverişte para hesabını yapmama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, çatal bıçak tutamamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokçer, "En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu.

Prof. Dr. Bülent Elbol ise parkinson hastalığı hakkında bilgi verdi. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yetmediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elbol, "Bu kişilerin hayatları iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyreden hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi.

MİGRENDE HASTA HİKAYESİ ÇOK ÖNEMLİ

Polikliniğe baş ağrısı şikayetiyle gelen hastaların genellikle beyinde tümör çıkacağı korkusuyla tedirgin olduklarını anlatan Prof. Dr. Neşe Çelebisoy da şikayelerin çoğunluğunun belirli bir nedeni olmayan ağrılardan oluştuğunu söyledi. Asıl başvuru grubunu migren

hastalarının oluşturduğunu dile getiren Prof. Dr. Çelebisoy, "Migren hastanın günlük yaşam aktivitelerini bozuyor ve işgücü kaybına neden oluyor. Migren halkın yüzde 16'sında görülen bir rahatsızlık. Bu oran kadınlarda yüzde 25'e çıkıyor. Hem atak şiddetinin hem de atak sıklığının azaltılabildiği bir hastalık" diye konuştu.

MS ZEKA HASTALIĞI DEĞİL

Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi verdi. Merkezi sinir sistemi hastalığı olan MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini aktaran Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını açıkladı. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edilmektedir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" dedi. **DHA**

05 Aralık 2015 Cumartesi

“Yüzdeki Simetri Bozulursa 4.5 Saat İçinde Nöroloğa Başvurun”

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şeref Nur Öztürk, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" dedi.

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. Şeref Nur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. Şeref Nur Öztürk, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

İNMEDE İLK 4.5 SAAT ÖNEMLİ

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim

seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

ALZHEİMER KARSİ YABANCI DİL ÖĞREN, FARKLI MÜZİK ALETİ ÇAL

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından alzheimerin kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdü-

rememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi.

Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulmadığına değinen Prof. Dr. Şeref Nur Öztürk şunları söyledi: "Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimlerimiz olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmamışlardır. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir." **DHA**



"Uyku laboratuvarlarındaki teşhis önemli"

"Gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığına hala kendini uykusuz, yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis oldukça önemli"

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefür Öztürk, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol

edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede işi

maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisinde uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücudtaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

- "Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu:

"Bu laboratuvarlarda



araştırılan, kişinin uyku bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki dümler, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı

uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde ölüyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir."

Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir.

Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

- "Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli"

Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi.

Uykıyla ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratuvarında hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti.

Laboratuvarında vücudun uykusu sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok

parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastaları tedavi için çok tedavî yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi.

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toplamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulurlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüğe neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor."

AA



"Uyku laboratuvarlarındaki teşhis önemli"

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrite olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıklarının birçoğu kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşılaşma gelebilir. Bağışıklık sisteminin etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu. Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti: "Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir." Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi: "Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücudtaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlamış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir, ilaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku

bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

"UYKU BOZUKLUKLARI GÜN İÇİNDE KAZALARA NEDEN OLABİLİR"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu: "Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır." Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti: "Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam



kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirilmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

"AŞIRI UYKULULUK YAŞAYANLAR, UYKU HASTALIĞINDAN ŞÜPHELENMELİ"



Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoglu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi. Uykuya ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoglu, laboratuvarda hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti. Laboratuvarda vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve



kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoglu, "Pek çok parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımız olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi. Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulmaları uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoglu, şunları kaydetti: "Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüreceğinden dolayı, O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdığımız tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor." (AA)

'Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'



Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefınur Öztürk**, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

'UYKU BOZUKLUĞU BİRÇOK FARKLI NEDENDEN OLABİLİR'

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeyi ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa

neden olabilir çünkü beynin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

'UYKU BOZUKLUKLARI GÜN İÇİNDE KAZALARA NEDEN OLABİLİR'

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı

uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüğe neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor." (AA)



'Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

BİRÇOK kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefniur Öztürk**, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen

şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşıma gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

'UYKU BOZUKLUKLARI GÜN İÇİNDE KAZALARA NEDEN OLABİLİR'

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uyku halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşıma çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına

varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden

değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüğe neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor." (aa)

CHP'li adaya saldırı

Gölcük'lüler, erken seçim için sabahın erken saatlerinden itibaren sandığa koştu. CHP'nin milletvekili adayı Turan Dumlulu ve ilçe başkanı İsmet İleri gittikleri bir okulda saldırıya uğradı, olayın büyümesini polis engelledi



Emrah Taştan

Gölcük'te seçim hareketliliği dün sabahın erken saatlerinde başladı. Gölcük'lüler, 26. Dönem Milletvekili Genel Seçimleri için vakit kaybetmeden sandık başına gitti. Sandıkların saat 08.00'de açılmasıyla birlikte çok sayıda vatandaş, zaman kaybetmeden oylarını kullandı. Saat 09.00'u gösterdiğinde hemen her sandığa 30'dan fazla oy atıldığı görüldü. Vatandaşların seçime ilgili yüksek olurları, erken saatlerde oy kullanmaya gelenlerin çoğunluğunun emekli olması dikkat çekti.

TERÖR SONA ERSİN

Değirmendere Atatürk Ortaokulu'nda oy kullanan vatandaşlar, seçmelerin terörün sona ermesi için vesile olması istedi. Emekli Galip Gürkan ve eşi Emel Gürkan birlikte oylarını kullanarak, "Seçimler, vatan için hayırlı olsun. Biz bu seçimin, artık son seçim olmasını istiyoruz. Terörün yok olması ve ekonominin düzelmesi, işsizliğin azalması, milli eğitim bir istikrara kavuşmasını istiyoruz" dediler.

KAVGA OLMASIN

Emekli işçi İsmet Kasar ise "Doğru, demokratik bir seçim olsun. Demokrat, özgür, doğru, dürüst herkesin kavgaya etmeden yaşadığı, doğru işlerin yapıldığı insanların birbirini kırmadığı bir ülke istiyorum" dedi. Emekli Ahmet ve Şerife Dalkılıç çifti de erken saatlerde sandığa koşanlar arasında



ASANSÖRLÜ ÖNLEM

Yaşlı ve engelli vatandaşların oy kullanabilmesi için Turgut Özal İlkokulu'ndaki asansörü önlemleri alınması dikkat çekti. Yaşlılar, asansörü kullanarak oylarını kullanmak istedikleri kate yorulmadı çıktı.



DUMLU'YA EŞİ EŞLİK ETTİ
CHP'nin dördüncü sıradan aday gösterdiği emekli Turan Dumlulu ve eşi Hatice Dumlulu, oylarını kullanmak için birlikte Turgut Özal İlkokulu'na geldi. Dumlulu'ya vatandaşlar da büyük ilgi gösterdi.



ROZET TARTIŞMASI ÇIKTI
CHP İl Kadın Kolları Başkanı Hülya Yolcubal (solda) ile MHP milletvekili adayı Derya Çavdar arasında rozet tartışması yaşandı. MHP'li Çavdar, Yolcubal hakkında suç duyurusunda bulunacağını söyledi.



7 Haziran seçimlerinde birbirlerini tanımayan iki turuncu kalem kullanacak AK Parti'li, bu seçimde ise beyaza döndü. AK Parti görevlileri yakalarında beyaz kalem taşıdı.



KARI KOCA BİRLİKTE GELDİ
Değirmendere Atatürk Ortaokulu'nda oylarını kullanan Galip ve Emel Gürkan çifti; terörün sona ermesi, ekonominin iyileşmesi, işsizliğin azalması ve milli eğitimin istikrara kavuşmasını istediklerini söylediler.

yer aldı. Dalkılıç çifti, "Daha huzurlu, müreffeh daha varlıklı içinde yaşamak için oy kullandık" ifadelerini kullandı.

TORUNUYLA GELDİ

Emekli Halis Şentürk ise 1 yaşındaki torunu Aydan Kahrman ile birlikte oyunu kullanmaya geldi. Şentürk, "İyi bir Türkiye için oy kullanıyoruz. Terörün bir an önce bitmesini istiyoruz. Türkiye'de terör tehdidi var. Terörün bir an önce bitip, milletin işine gücüne bakması lazım. Seçimler, vatan için hayırlı olsun. Biz bu seçimin, artık son seçim olmasını istiyoruz. Terörün yok olması ve ekonominin düzelmesi, işsizliğin azalması, milli eğitim bir istikrara kavuşmasını istiyoruz" dediler.

CHP HÜKÜMETTE OLMALI

CHP'nin 4. sıradan aday gösterdiği ve ilçede herden hemen herkes tarafından sevilen milletvekili adayı Turan Dumlulu, oyunu Topçular'da bulunan Turgut Özal İlkokulu 1251 No'lu sandıkta kullandı. Turan Dumlulu, eşi Hatice Dumlulu ile birlikte öğleden önce oy kullanacağı okula geldi. Milletvekili adayı Dumlulu, "Seçim, ülkemiz için hayırlı olsun. Ülkemizin bir an önce düzelmesi için, kardeşliğin ve demokrasinin tam anlamıyla işlenmesi için yolsuzlukların ortadan kalkması için CHP'nin tek başına iktidarı olması, en azından hükümette yer alması gerekiyor" dedi.

DUMLU'YA YOĞUN İLGİ
CHP milletvekili adayı Turan Dumlulu, oyunu kullandıktan sonra ilçe başkanı İsmet İleri ile birlikte; Değirmendere, Halidere, Ulaşlı ve ilçe merkezindeki okullarda incelemelerde bulundu. Dumlulu ve İleri, tek tek seçmenlerle tokalaşarak sohbet etti. Dumlulu'ya tepkiler edenler ve destek verenlerin sayıca fazlalığı dikkat çekti. Dumlulu da tek tek görüştüğü isimlerle

CHP HÜKÜMETTE OLMALI
CHP'nin 4. sıradan aday gösterdiği ve ilçede herden hemen herkes tarafından sevilen milletvekili adayı Turan Dumlulu, oyunu Topçular'da bulunan Turgut Özal İlkokulu 1251 No'lu sandıkta kullandı. Turan Dumlulu, eşi Hatice Dumlulu ile birlikte öğleden önce oy kullanacağı okula geldi. Milletvekili adayı Dumlulu, "Seçim, ülkemiz için hayırlı olsun. Ülkemizin bir an önce düzelmesi için, kardeşliğin ve demokrasinin tam anlamıyla işlenmesi için yolsuzlukların ortadan kalkması için CHP'nin tek başına iktidarı olması, en azından hükümette yer alması gerekiyor" dedi.



BBP'LI ADAY DA SANDIĞA KOŞTU
BBP'nin ikinci sıradan aday gösterdiği Remzi Kaya da dün sabah saatlerinde sandık başına gitti. Kaya, oyu Gölcük Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı.



HALİDERELİLER SANDIĞA KOŞTU
Halidereliler, seçime yoğun ilgi gösterdi. Taş ocağı sorunlarıyla boğuşan Halidereliler, tepkilerini sandıkta gösterdiklerinin altını çizdi.



GÖREVLİLERDEN YARDIM
Gölcük Değirmendere Atatürk Ortaokulu'nda sandık kurulu görevlileri vatandaşlara oy kullanma işlemlerinde yardımcı oldu, tüm sorularına cevap verdi.

yakından ilgilendi. Büyükşehir Belediye Meclisi CHP Grup Başkan Vekili Hüseyin Yılmaz da oyunu Turgut Özal İlkokulu'nda kullandı.

OTOBÜS TARTIŞMASI

Sabah saatlerinde Kocatepe Ortaokulu önünde AK Parti'li CHP'li arasında otobüs tartışması yaşandı. Gölcük Belediyesi'ne ait otobüsün Gölcük Huzurevi'nden okula seçmen taşıdığına gören CHP Gölcük İlçe Başkanı İsmet İleri ve beraberindekiler, uygulamayı itiraz etti. Belediye başkan yardımcısı Levent Değirmenci, ilçe seçim kurulundan izinleri olduğunu söyleyerek izninin geldiğini vatandaşlarla ilgili olduğunu ve huzurevini kapsadığını anlaşıldı. CHP'li avukat Gökhan Bayraktar, uygulamayı ilçe seçim kuruluna şikayet etti.

TAŞ OCAĞI TEPKİSİ

Taş ocağı nedeniyle zor günler geçiren Halidereliler, bu durumu unutmadı. Bazı seçmenler, seçimlerinde taş ocağı konusunun da etkili olduğunu kaydedti. Halidere Taksim Kalkınma Kooperatifi Başkanı Necmi Kurtuluş, "Seçime katılım yüksek. Taş ocağı meselesinin seçmenler üzerinde etkisi olduğunu düşünüyoruz. Ülkemize hayırlı olsun" dedi. Halidere Ortaokulu'nda oy kullanan Bilal ve Esra Türkmen, kızları 5 yaşındaki Nisanur ile oy kullanmaya geldi. Türkmen ailesi, "En büyük beklentimiz ekonomik sorunların çözülmesi. Taş ocağı meselesi karnamıza ekildi oldu" dedi.

ULAŞLI DA YOĞUN İLGİ

Ulaşlı Nuri Berek İlkokulu'nda da seçime katılım yoğun oldu. Vatandaşlar oy kullanmak için ilkokulun önünü doldurken, herhangi bir gerginlik yaşanmadı. Ulaşlı seçmen Şerif Ali Büyükbaz, "Türkiye'nin düzleşti giden yolunda daha düzleşmesi için oy kullanımdır" dedi. Halidere Ortaokulu'nda oy kullanan Bilal ve Esra Türkmen, kızları 5 yaşındaki Nisanur ile oy kullanmaya geldi. Türkmen ailesi, "En büyük beklentimiz ekonomik sorunların çözülmesi. Taş ocağı meselesi karnamıza ekildi oldu" dedi.

KAYA DA OYUNU KULLANDI
Büyük Birlik Partisi (BBP)'nin ikinci sıra milletvekili aday gösterilen Remzi Kaya da dün sabah saatlerinde sandık başına gitti. Kaya, oyu Gölcük Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı. Kaya, seçiminin herkes için hayırlı olmasını diledi. Gölcük'te bir dönem ilçe başkanlığı görevinde de bulunan Kaya, oyunu Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı. Kaya, seçiminin herkes için hayırlı olmasını diledi. Gölcük'te bir dönem ilçe başkanlığı görevinde de bulunan Kaya, oyunu Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı.



BBP'LI ADAY DA SANDIĞA KOŞTU
BBP'nin ikinci sıradan aday gösterdiği Remzi Kaya da dün sabah saatlerinde sandık başına gitti. Kaya, oyu Gölcük Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı.



HALİDERELİLER SANDIĞA KOŞTU
Halidereliler, seçime yoğun ilgi gösterdi. Taş ocağı sorunlarıyla boğuşan Halidereliler, tepkilerini sandıkta gösterdiklerinin altını çizdi.



ULAŞLILAR SANDIĞA KOŞTU
Şerif Ali Büyükbaz ve Şerefur Öztürk, Ulaşlı Nuri Berek İlkokulu'nda oylarını kullandı. Büyükbaz ve Öztürk, Türkiye'nin mutlu ve huzurlu bir ülke olması için oy kullandıklarını belirttiler.



CHP'LİLER BİRLİKTE GEZDİ
CHP milletvekili adayı Turan Dumlulu, Büyükşehir Belediyesi CHP Grup Başkan Vekili Hüseyin Yılmaz ve ilçe başkanı İsmet İleri, ilçedeki tüm okulları gezdi, vatandaşlarla sohbet etti. Turan ve İleri akşam saatlerinde ise saldırıya uğradı.

cük'te sabah saatlerinde başlayan oy kullanma işleminin ilerleyen saatlerinde ise gerginlik yaşandı. İddiaya göre; MHP milletvekili adayı Derya Çavdar'ın yakasındaki parti rozetini gören CHP İl Kadın Kolları Başkanı Hülya Yolcubal, arasında tartışma çıktı.

TARTIŞMA ÇIKTI

Bir anda ortak gerginliğe çevredekiler tarafından sakinleştirilmeye çalıştı. Çavdar, yaşanan olayla ilgili şunları söyledi: "Akşam giydiğim cekette sabah oy kullanmaya gittim. MHP rozeti de üzerinde kalmış. Okuldayken o kadın yanıma geldi, 'Rozeti çıkar-tın' dedi. Benim rozeti çıkarmama fırsat bile vermeden bağırmağa başladı. Ne olduğunu anlamadım. Ayrıca, bahsedildiği gibi tartışmada ağzımdan 'Sen de Atatürk rozetini çıkart' gibi bir cümle de çıkmadı. Bu daha önce MHP üzerinde planlanmış bir olaydır. O bayan hakkında suç duyurusunda bulunacağım."

ROZETİMİ ALMAK İSTEDİ

CHP'li Yolcubay ise olayı şu sözlerle anlattı: "Sandık görevlilerine Derya Çavdar da 3 hilal rozeti olduğunu söyledim. Sandık görevlisi Çavdar'ı uyardı. Çavdar da sonra yanıma gelip 'Sen de çeketindeki Atatürk rozetini çıkart' dedi. Bende bunu siyasi bir simge olmadığını söyledim. Bunun üzerine elini uzatıp üzerime rozeti çekip almak istedi. Daha sonra Çavdar bana 'Ben MHP milletvekili adayım. Sen kimsin? Sen de o zaman rozetini çıkart' dedi."

DUMLU SALKIRIYA UĞRADI

CHP milletvekili adayı Turan Dumlulu, saat 15.30 sıralarında Gölcük Endüstri Meslek Lisesi'nde AK Parti'li saldırısına uğradı. Okullardaki partili sandık görevlilerini gezen Dumlulu ve ilçe başkanı İsmet İleri, okul girişinde seçmenleri yönlendirmeye çalıştıkları sırada Kavalı Mahallesi Muhtar Muzehher Değer'i uyardı. Değer'in yakasında AK Parti'li simeleyen beyaz kalem bulundugunu belirten Dumlulu ve İleri, muhtar Değer'e yaptığının yasal olmadığını belirtti.



BBP'LI ADAY DA SANDIĞA KOŞTU
BBP'nin ikinci sıradan aday gösterdiği Remzi Kaya da dün sabah saatlerinde sandık başına gitti. Kaya, oyu Gölcük Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı.



HALİDERELİLER SANDIĞA KOŞTU
Halidereliler, seçime yoğun ilgi gösterdi. Taş ocağı sorunlarıyla boğuşan Halidereliler, tepkilerini sandıkta gösterdiklerinin altını çizdi.



ULAŞLILAR SANDIĞA KOŞTU
Şerif Ali Büyükbaz ve Şerefur Öztürk, Ulaşlı Nuri Berek İlkokulu'nda oylarını kullandı. Büyükbaz ve Öztürk, Türkiye'nin mutlu ve huzurlu bir ülke olması için oy kullandıklarını belirttiler.

YARA ALMADAN KURTULDU

Dumlulu ve İleri, bu uyarıdan kısa bir süre sonra 15-20 kişilik bir grubun taşı ve şişeli saldırısına maruz kaldı. Okuldaki polisler de olaya müdahale etmekte yetersiz kalınca, olay yerine takviye ekip sevk edildi. Dumlulu ve İleri, polis müdahalesi sayesinde saldırıdan yara almadan kurtuldu. İlçe başkanı İleri, yaşanan olayı şu şekilde anlattı: "Endüstri meslek lisesi zaten gün boyu gergindi. Vatandaşlardan seçmenlerin yönlendirildiğine ilişkin şikayetler alıyorduk. Milletvekili adayımız Turan Dumlulu ile birlikte okula kontrole gittik."

ŞİŞELER HAVADA UÇUŞTU

Bu sırada okulun girişinde Kavalı Mahallesi Muhtar Muzehher Değer'in gelenlere yol gösterdiğini gördük. Bunu yapamazsınız, yasal değil, karar var dedik. O da herkese yardımcı olduğumu söyledim. Ama yakasındaki AK Parti'li kullandığı beyaz kalem vardı. Uyarıdan hemen sonra okulun içinde ve çevresinde bekleyen 15-20 kişilik AK Troller bir anda saldırı. Polis de yetersiz kaldı. Bir anda ortak karıştı. Şişeler havada uçtu. Sonra talebimiz üzerine polis takviye kuvvet gönderdi. Bu durumu protesto ediyoruz."



TORUNUNU DA GETİRDİ
Halis Şentürk, 1 yaşındaki torunu Aydan Kahrman ile oy kullanmaya geldi. Halis Şentürk, terörün sona ermesi temennisinde bulundu.



BBP'LI ADAY DA SANDIĞA KOŞTU
BBP'nin ikinci sıradan aday gösterdiği Remzi Kaya da dün sabah saatlerinde sandık başına gitti. Kaya, oyu Gölcük Barbaros Hayrettin Lisesi 1158 No'lu sandıkta kullandı.



HALİDERELİLER SANDIĞA KOŞTU
Halidereliler, seçime yoğun ilgi gösterdi. Taş ocağı sorunlarıyla boğuşan Halidereliler, tepkilerini sandıkta gösterdiklerinin altını çizdi.



ULAŞLILAR SANDIĞA KOŞTU
Şerif Ali Büyükbaz ve Şerefur Öztürk, Ulaşlı Nuri Berek İlkokulu'nda oylarını kullandı. Büyükbaz ve Öztürk, Türkiye'nin mutlu ve huzurlu bir ülke olması için oy kullandıklarını belirttiler.

'UYKU BOZUKLUĞU BÜYÜK KAZALARA SEBEP OLABİLİR'

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

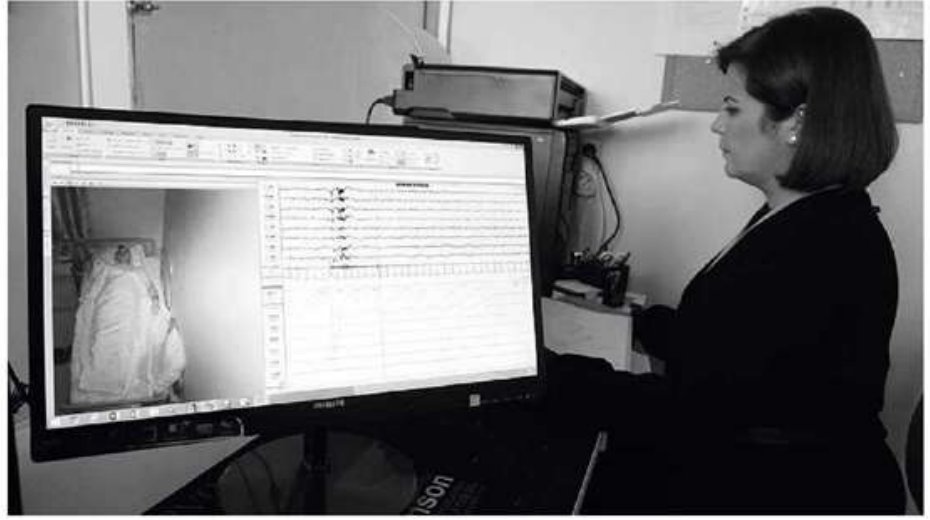
Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

'Uyku bozukluğu birçok farklı nedenden olabilir'

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beynin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek



şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

'Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir'

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir

başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

«Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüştüğü için olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor.»

■ ANADOLU AJANSI



'İnme'de korkutan gerçek

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şeref-nur Öztürk, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi.



Uyku bozukluğu deyip geçmeyin

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefür Öztürk**, birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarlarının önem taşıdığını söyledi.



Aşırı uyku o hastalığın habercisi



Uzmanlar, uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini belirtiyor.

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefür Öztürk, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beynin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

- "Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu:

"Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün"

Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirilmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

- "Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli" Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi.

Uykuyla ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratuvarında hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti.

Laboratuvarında vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımız olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi.

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyunmadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüğe neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor."

Her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, dünyada bir yılda 17 milyon kişinin inme geçirdiğini belirterek, "6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor" dedi.

Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji Anabilim Dalı Başkanlığı görevini de sürdüren Prof. Dr. Öztürk, inmenin beyin damar hastalıklarından ani olarak ortaya çıkan ve çok hızlı tedavi gerektiren bir durum olduğunu söyledi.

Tedaviye çabuk ulaşabilmenin, inme tedavisindeki önemine dikkati çeken Öztürk, kaybedilen her dakikanın beyinde milyonlarca hücrenin ölümü anlamına geldiğini ifade etti.

Inme belirtilerinin toplum tarafından tanınmasının, hastaların tedavi olanaklarına vakit kaybetmeden ulaşmasında en önemli faktör olduğunu vurgulayan Öztürk, "Inme tedavisi günümüzde etkin olarak uygulanabilmektedir. Ancak, bu tedavi imkanlarının daha yaygın uygulanabilmesi için inme konusunda özelleşmiş ünitelerin sayısı ve olanakları artırılmalı, yeterli insan gücü sağlanabilmesi için eğitimler sürdürülmelidir" diye konuştu.

Yaşam tarzı değişiklikleri önemli

Öztürk, inme hastalarının risk faktörlerini azaltacak yaşam tarzı değişiklikleri konusunda aydınlatılmaları ve bu konuda toplumun bütün organlarının uygun ortamı hazırlamasının, ilaç tedavileri kadar etkili olduğunu anlattı.

Okullardan başlamak üzere sebze ve meyveyi yeterince içeren doğru beslenme alışkanlıklarının edindirilmesi, fiziksel aktiviteyi artıracak ortamların sağlanması gerektiğinin altını çizen Öztürk, şunları kaydetti:

"Hipertansiyon, şeker hastalığı, kalp hastalıklarının düzenli kontrolü ve uygun tedavisi ile obeziteyi önleyecek stratejiler, bir bütün olarak ele alınmalıdır. Beyin damar hastalıkları dünyada en fazla fonksiyon kaybına neden olan, yaşam kalitesini en fazla etkileyen ve ölüm nedeni olarak da ikinci sırada yer alan hastalık grubudur. Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybetmektedir. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor. Son açıklanan TÜİK raporlarına göre Türkiye'de beyin damar hastalıkları nedeniyle hayatını kaybeden kişi sayısı 2013 yılında 35 bin 977 iken, 2014 yılında 37 bin 403'e ulaşmıştır. Bu rakamlar, bütün kazaları dikkate alırsak, kazalar nedeniyle hayatını kaybedenlerin yaklaşık iki katıdır."

"Küresel İnme Beyannamesi"

Öztürk, inme sonrası hastaların uygun ve yeterli rehabilitasyon tedavisi alabilmesi, inme tekrarından korunması için ülke çapında etkin program ve projeler yürütülmesi önerisinde bulundu. İnme hastalarının korunma ve tedavilerine yönelik hazırlanan, ilk olarak 2014 yılında İstanbul'da yapılan "Dünya Strok Kongresi"nde oluşturulan "Küresel İnme Beyannamesi"nde bazı kararlar alındığına değinen Öztürk, "Kongrede, inme hastalarının beyin damar hastalıklarından korunma, risk faktörleri konusunda bilgilendirme, hızlı ve etkin tedaviye ulaşabilme, inme sonrası rehabilitasyon konularında hakları ilan edilmiştir. Bu haklar, sağlık stratejileri oluşturulurken mutlaka dikkate alınmalıdır" ifadelerini kullandı.

<http://www.haber7.com/>

Aşırı uyku o hastalığın habercisi

Uzmanlar, uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini belirtiyor.

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Demeği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşılaşabiliyor. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir." Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmez-

likleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

- "Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu:

"Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır." Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir



başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

- "Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli" Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi.

Uykuya ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratu-

varda hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti. Laboratuvarında vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımız olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi. Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, diikatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyunmadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüştüğüne neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor." AA

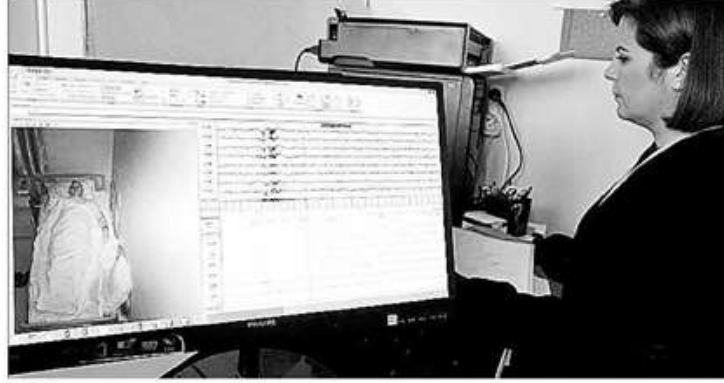
Aşırı uyku hastalık habercisi

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şeref-nur Öztürk, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

ILAÇ BAĞLI UYKU SORUNU

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi: "Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı

Uzmanlar, uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uyku haline, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini belirtiyor



madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozuk-

luğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

"KAZALARA NEDEN OLABİLİR"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu:

"Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uyku haline, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti: "Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir."



Uyku bozukluğu büyük kazalara sebepe olabilir

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin,gün içinde bir takım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Prof. Dr. Şeref-nur Öztürk "Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir. Gün içinde aşırı uyku hissetmek,isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli." dedi.

Yüzde simetrinin bozulması işaret

Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrinin 'inme' habercisi olabileceğini söyledi

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

İlk 4.5 saat çok önemli

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir

tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurmaya gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinde bulunan tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

Alzheimer'a karşı dil öğren

En önemli beyin ve sinir hastalıklarından

alzheimerın kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi.

Diyabet kontrol altında olmalı

Prof. Dr. Şerefur Öztürk şöyle devam etti: "Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimleriniz olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmış değil. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçın-

mak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir." **DHA**



Şerefur Öztürk

Felçte kritik süre ilk 4 buçuk saat

Dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedenleri incelendiğinde ikinci sıraya yerleşen felç ya da halk arasındaki ismiyle inme için uzmanlar ilk 4 buçuk saatin çok önemli olduğunu belirtiyor



NÖROLOJİ Kongresi Antalya'da geniş bir katılımı gerçekleştirildi. Uzmanlar felç, Alzheimer ve demans hastalıklarına dikkat çekti, tedavilerini anlattı. Dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedeni olarak ikinci sırada yer alan felçle ilgili önemli uyarılarda bulunan Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefniur Öztürk, felç belirtilerinin; konuşmada bozulma, bir tarafta kuvvet kaybı veya uyuşma, yüzde asimetri şeklinde ortaya çıkabildiğini söyledi. Erken tanının çok önemli olduğunu vurgulayan Prof. Öztürk, "Eğer belirtiler erken tanınırsa ve hastalarımız tedavi edilebilecekleri merkezlere 4,5 saat içinde başvurulursa tedavi şansı giderek artıyor" dedi. Prof. Dr. Ayşe Bora Tok-

çer ise Alzheimerla mücadelede beslenme ve fiziksel aktivitenin önemine vurgu yaptı. Tokçer, "Beslenmeye çok önem göstermiyoruz. Hipertansiyon ve diyabet hasta sayımız yüksek. Bunlar küçük damar yapılarını bozarak, nokta nokta damar tıkanıklıklarıyla beyin dokusunda belli bir rezervin kaybına

yol açtığında hastalarda ne yazık ki bir demans tablosu gelişebiliyor" şeklinde konuştu.

Kök hücre tedavileri

NTV'nin yer verdiği habere göre, kongrede uzmanların özellikle dikkat çektiği bir konu ise kök hücre tedavisiydi.

Kök hücrenin, nörolojik vakalar için kanıtlanmış bir tedavi şekli olmadığı açıklandı. Bu tedavinin bazı organlarda başarılı olduğunu dile getiren Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın, "Ama şunu bilmiyoruz; bu hücreye 'sen git karaciğerin şu kısmını tamir et, sen o hücre ol.' Bu komutu nasıl vereceğimizi bilmiyoruz. Dolayısıyla rastgele bunları insanlara verip 'ya tutarsa' demek mantıklı değil. Bunların yan etkileri de oluyor" dedi.



Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

'Uyku bozukluğu birçok farklı nedenden olabilir'

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışıığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına

na neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beyin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

'Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir'

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu ha-



lin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor.

Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir.

Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoglu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüştürebilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor."AA

DÜZENLİ UYKU hastalıklardan koruyor



Uykusuzluk, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde dikkat azalmasından dolayı büyük kazalara da neden olabilir.

Uyku bizi sağlıklı tutan en önemli unsur. Bir yenilenme, tamir, ve onarım süreci. Eğer düzenli bir uykunuz yoksa düzenli beslenmeniz, spor yapmanız ve stresinizi kontrol etmeniz faydası yok.

■ UYKU bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini olumsuz etkilediğine vurgu yapan Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, "Kişinin uyuyacağı oda da başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir. Çünkü beyin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması

bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir" dedi. Uyku bozukluğunun önlem alınmazsa ciddi sonuçlara sebep olacağını söyleyen Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hipertansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşı karşıya kalıyor. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" dedi.

İnmede ilk 4 saat çok önemli



Türk Nöroloji Demeği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk

Türk Nöroloji Demeği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, 'Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir' dedi

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. Şerefur Öztürk, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi. TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

En önemli beyin ve sinir hastalıkları

rından alzheimerin kişinin en az kendisi kadar yakınlarını da etkileyen bir beyin hastalığı olduğunu aktaran Prof. Dr. Öztürk, kişinin günlük aktivitelerini yerine getirememesi, mesleğini sürdürememesi ya da ailesine katkısının kesilmesinin büyük kayıplara neden olduğunu söyledi. Sağlık adına dünyada en fazla yatırım bu alana yapılmasına karşın yaşamı boyunca biriktirdiği tüm mental kaynağını yavaş yavaş kaybetmeye başlayan hastanın tedavisi için henüz etkin bir tedavi oluşturulmadığına değinen Prof. Dr. Şerefur Öztürk şunları söyledi: Hastalığın daha yavaş ilerlemesi ve duraklaması yönünde birtakım girişimlerimiz olabiliyor. Aşı gibi birtakım çalışmalar var ama henüz sonuçlanmış değil. Koruyucu anlamda sağlıklı bir vücut, sağlıklı bir beyin için en önemli faktör. Beyin damar hastalıkları için geçerli risk faktörleri alzheimer için de geçerli. Obeziteden ve hipertansiyondan kaçınmak, diyabetin kontrol altında olması, yeterli egzersizin yapılması, sebze ve meyve tüketimi çoğu ilaçtan daha faydalı. Bunun yanı sıra beyindeki hücreleri zenginleştirecek mental aktiviteler gerekli. Gençlik çağından itibaren yeni bir dil öğrenmek, müzik aletlerini çalmaya çalışmak, yeni hobiler edinmek, yeni yerler görüp okumak gibi aktivitelerin alzheimer gibi hastalıkları geciktirdiği kesin olarak gösterilmiştir. ■ DHA

Yaşla birlikte risk artıyor

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu. Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıktaki nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

Uyku bozukluğu, hastalık habercisi olabilir

Türk Nöroloji Demegi Başkanı Prof. Dr. Şerefür Öztürk, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlama da zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri

gibi sonuçlarla da karşınıza gelebilir. Bağırsıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu. Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti: Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgi-

sayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beynin belli bir seviyede ısıya maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir. Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi: Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hi-

per tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir.



Prof. Dr. Şerefür Öztürk

Her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor



Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

hayatını kaybeden kişi sayısı 2013 yılında 35 bin 977 iken, 2014 yılında 37 bin 403'e ulaşmıştır. Bu rakamlar, bütün kazaları dikkate alırsak, kazalar nedeniyle hayatını kaybedenlerin yaklaşık iki katıdır."

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, dünyada bir yılda 17 milyon kişinin inme geçirdiğini belirterek, "6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor" dedi.

Tıp Fakültesi Nöroloji Anabilim Dalı Başkanlığı görevini de sürdüren Prof. Dr. Öztürk, inmenin beyin damar hastalıklarından ani olarak ortaya çıkan ve çok hızlı tedavi gerektiren bir durum olduğunu söyledi.

Tedaviye çabuk ulaşabilmenin, inme tedavisindeki önemine dikkati çeken Öztürk, kaybedilen her dakikanın beyinde milyonlarca hücrenin ölümü anlamına geldiğini ifade etti.

Inme belirtilerinin toplum tarafından tanınmasının, hastaların tedavi olanakla-

rına vakit kaybetmeden ulaşmasında en önemli faktör olduğunu vurgulayan Öztürk, "inme tedavisi günümüzde etkin olarak uygulanabilmektedir. Ancak, bu tedavi imkanlarının daha yaygın uygulanabilmesi için inme konusunda özelleşmiş ünitelerin sayısı ve olanakları artırılmalı, yeterli insan gücü sağlanabilmesi için eğitimler sürdürülmelidir" diye konuştu.

Yaşam tarzı değişiklikleri önemli

Öztürk, inme hastalarının risk faktörlerini azaltacak yaşam tarzı değişiklikleri konusunda aydınlatılmaları ve bu konuda toplumun bütün organlarının uygun ortamı hazırlamasının, ilaç tedavileri kadar etkili olduğunu anlattı.

Okullardan başlamak üzere sebze ve

meyveyi yeterince içeren doğru beslenme alışkanlıklarının edindirilmesi, fiziksel aktiviteyi artıracak ortamların sağlanması gerektiğinin altını çizen Öztürk, şunları kaydetti:

"Hipertansiyon, şeker hastalığı, kalp hastalıklarının düzenli kontrolü ve uygun tedavisi ile obeziteyi önleyecek stratejiler, bir bütün olarak ele alınmalıdır. Beyin damar hastalıkları dünyada en fazla fonksiyon kaybına neden olan, yaşam kalitesini en fazla etkileyen ve ölüm nedeni olarak da ikinci sırada yer alan hastalık grubudur. Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybetmektedir. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor. Son açıklanan TÜİK raporlarına göre Türkiye'de beyin damar hastalıkları nedeniyle

"Küresel İnme Beyannamesi"

Öztürk, inme sonrası hastaların uygun ve yeterli rehabilitasyon tedavisi alabilmesi, inme tekrarından korunması için ülke çapında etkin program ve projeler yürütülmesi önerisinde bulundu.

Inme hastalarının korunma ve tedavilerine yönelik hazırlanan, ilk olarak 2014 yılında İstanbul'da yapılan "Dünya Strok Kongresi"nde oluşturulan "Küresel İnme Beyannamesi"nde bazı kararlar alındığına değinen Öztürk, "Kongrede, inme hastalarının beyin damar hastalıklarından korunma, risk faktörleri konusunda bilgilendirme, hızlı ve etkin tedaviye ulaşabilme, inme sonrası rehabilitasyon konularında hakları ilan edilmiştir. Bu haklar, sağlık stratejileri oluşturulurken mutlaka dikkate alınmalıdır" ifadelerini kullandı.

**'Her 40
saniyede
1 kişi inme
geçiriyor'**

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi. Öztürk, dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıkların oluşturduğuna dikkat çekerek

fonksiyon kaybının ilk nedeninin nörolojik hastalıklar olduğunu belirtti. Öztürk, "Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar Euro" dedi. Konferansta konuşan Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı ile ilgili "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Türkiye'de 40 bin MS hastası olduğu tahmin edilmekte" bilgisini verdi.

**40 BİN**

Türkiye'de
40 bin MS hastası
olduğu tahmin
edilmekte...

MS HASTALIĞI öldürücü değildir

Ulusal Nöroloji Kongresi'nde konuşan Prof. Dr. Cavit Boz, MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi vererek, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edebilmektedir" dedi

TND tarafından bu yıl 51'incisi düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Prof. Dr. Cavit Boz da MS (multipl skleroz) hastalığı hakkında bilgi verdi. Merkezi sinir sistemi hastalığı olan MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini aktaran Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını açıkladı. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edebilmektedir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" dedi.

'40 SANİYEDE 1 KİŞİ İNME GEÇİRİYOR'

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren TND Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti,



bir de insanların yaşamlarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu. Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıkta nedeni nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirilmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

AKRABA EVLİLİKLERİ ÖNLENMELİ

Nöromüsküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran demerin



ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Parman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu. ■ DHA

‘Her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor’

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, dünyada her yıl 17 milyon kişinin beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğradığını, 6 milyon kişinin de öldüğünü, her 40 saniyede 1 kişinin inme geçirdiğini söyledi.

TND tarafından bu yıl 51'inci düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde başladı. Kongre öncesinde düzenlenen basın toplantısında konuşan bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı **Şerefur Öztürk**, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını dile getiren Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamlarını etkile-

yen, parayla ölçülemeyen maliyeti var" diye konuştu.

Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'inci sıkkındaki nedeninin nörolojik olduğunu belirten Prof. Dr. Öztürk, "Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi ise ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir" dedi.

Nöromusküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Farman ise "Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşüncemiz ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliriz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir" diye konuştu.

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın ise kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra işin sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini savundu. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçar ise demans' hastalığıyla ilgili bilgi verdi. Kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alışverişte para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp çatal bıçak tutamamaya kadar giden bir durum olduğunu belirten Prof. Dr. Tokçar, "En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır" diye konuştu.



Yüzünüz eğer böyleyse sadece 4 5 saatiniz var!

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, vücudun yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi hemen nörolojiye başvurursa damar açılmasıyla felçten kurtulur" dedi.

Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamaya ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıra-

daki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. Şerefur Öztürk, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissi-

dir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nörolojiye bulunduğu merkeze başvurulması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.

■ İHA



'Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'



Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. // **2'DE**



'Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen **uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.**

"Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefcan Öztürk, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşamı kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili

yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de

primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beyin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

'Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir'

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük

performansını yaşamı kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemlidir."

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlanırlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulurlar uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozzoğlu, şunları kaydetti: "Kaliteli bir gece uykusu uyunmadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşürecektir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor."

Her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefür Öztürk**, dünyada bir yılda 17 milyon kişinin inme geçirdiğini belirterek, "6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor" dedi.

Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji Anabilim Dalı Başkanlığı görevini de sürdüren Prof. Dr. Öztürk, inmenin beyin damar hastalıklarından ani olarak ortaya çıkan ve çok hızlı tedavi gerektiren bir durum olduğunu söyledi.

Tedaviye çabuk ulaşabilmenin, inme tedavisindeki önemine dikkati çeken Öztürk, kaybedilen her dakikanın beyinde milyonlarca hücrenin ölümü anlamına geldiğini ifade etti.

Inme belirtilerinin toplum tarafından tanınmasının, hastaların tedavi olanaklarına vakit kaybetmeden ulaşmasında en önemli faktör olduğunu vurgulayan Öztürk, "Inme tedavisi günümüzde etkin olarak uygulanabilmektedir. Ancak, bu tedavi imkanlarının daha yaygın uygulanabilmesi için inme konusunda özelleşmiş ünitelerin sayısı ve olanakları artırılmalı, yeterli insan gücü sağlanabilmesi için eğitimler sürdürülmelidir" diye konuştu.

Yaşam tarzı değişiklikleri önemli

Öztürk, inme hastalarının risk faktörlerini azaltacak yaşam tarzı değişiklikleri konusunda aydınlatılmaları ve bu konuda toplumun bütün organlarının uygun ortamı hazırlamasının, ilaç tedavileri kadar etkili olduğunu anlattı.

Okullardan başlamak üzere sebze ve meyveyi yeterince içeren doğru beslenme alışkanlıklarının edindirilmesi, fiziksel aktiviteyi artıracak ortamların sağlanması gerektiğinin altını çizen Öztürk, şunları kaydetti:

"Hipertansiyon, şeker hastalığı, kalp hastalıklarının düzenli kontrolü ve uygun tedavisi ile obeziteyi önleyecek stratejiler, bir bütün olarak ele alınmalıdır. Beyin damar hastalıkları dünyada en fazla fonksiyon kaybına neden olan, yaşam kalitesini en fazla etkileyen ve ölüm nedeni olarak da ikinci sırada yer alan hastalık grubudur. Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybetmektedir. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor. Son açıklanan TÜİK raporlarına göre Türkiye'de beyin damar hastalıkları nedeniyle hayatını kaybeden kişi sayısı 2013 yılında 35 bin 977 iken, 2014 yılında 37 bin 403'e ulaşmıştır. Bu rakamlar, bütün kazaları dikkate alırsak, kazalar nedeniyle hayatını kaybedenlerin yaklaşık iki katıdır."

"Küresel İnme Beyannamesi"

Öztürk, inme sonrası hastaların uygun ve yeterli rehabilitasyon tedavisi alabilmesi, inme tekrarından korunması için ülke çapında etkin program ve projeler yürütülmesi önerisinde bulundu. İnme hastalarının korunma ve tedavilerine yönelik hazırlanan, ilk olarak 2014 yılında İstanbul'da yapılan "Dünya Strok Kongresi"nde oluşturulan "Küresel İnme Beyannamesi"nde bazı kararlar alındığına değinen Öztürk, "Kongrede, inme hastalarının beyin damar hastalıklarından korunma, risk faktörleri konusunda bilgilendirme, hızlı ve etkin tedaviye ulaşabilme, inme sonrası rehabilitasyon konularında hakları ilan edilmiştir. Bu haklar, sağlık stratejileri oluşturulurken mutlaka dikkate alınmalıdır" ifadelerini kullandı.

<http://www.haber7.com/>

Her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şeref-nur Öztürk, dünyada bir yılda 17 milyon kişinin inme geçirdiğini belirterek, "6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor" dedi.

Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji Anabilim Dalı Başkanlığı görevini de sürdüren Prof. Dr. Öztürk, inmenin beyin damar hastalıklarından ani olarak ortaya çıkan ve çok hızlı tedavi gerektiren bir durum olduğunu söyledi.

Tedaviye çabuk ulaşabil-

menin, inme tedavisindeki önemine dikkati çeken Öztürk, kaybedilen her dakikanın beyinde milyonlarca hücrenin ölümü anlamına geldiğini ifade etti.

İnme belirtilerinin toplum tarafından tanınmasının, hastaların tedavi olanaklarına vakit kaybetmeden ulaşmasında en önemli faktör olduğunu vurgulayan Öztürk, "İnme tedavisi günümüzde etkin olarak uygulanabilmektedir. Ancak, bu tedavi imkanlarının daha yaygın uygulanabilmesi için inme konusunda özelleşmiş ünitelerin sayısı ve olanakları artırılmalı, yeterli insan gücü sağlanabilmesi için eğitimler sürdürülmelidir" diye konuştu.

Haber Merkezi

Her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefşnur Öztürk, dünyada bir yılda 17 milyon kişinin inme geçirdiğini belirterek, "Altı milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybediyor. Yani, her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor." dedi

Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji Ana Bilim Dalı Başkanlığı görevini de sürdüren Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefşnur Öztürk, inmenin beyin damar hastalıklarından ani olarak ortaya çıkan ve çok hızlı tedavi gerektiren bir durum olduğunu söyledi.

Kaybedilen her dakika beyinde milyonlarca hücrenin ölümü demek
Tedaviye çabuk ulaşabilmenin, inme

tedavisindeki önemine dikkati çeken Prof. Dr. Öztürk, kaybedilen her dakikanın beyinde milyonlarca hücrenin ölümü anlamına geldiğini ifade etti.

Inme belirtilerinin toplum tarafından tanınmasının, hastaların tedavi olanaklarına vakit kaybetmeden ulaşmasında en önemli faktör olduğunu vurgulayan Öztürk, "Inme tedavisi günümüzde etkin olarak uygulanabilmektedir. Ancak, bu tedavi imkânlarının daha yaygın uygulanabilmesi için inme konusunda özelleşmiş ünitelerin sayısı ve olanakları artırılmalı, yeterli insan gücü sağlanabilmesi için eğitimler sürdürülmelidir." diye konuştu.

Yaşam tarzı değişiklikleri önemli

Öztürk, inme hastalarının risk faktörlerini azaltacak yaşam tarzı değişiklikleri konusunda aydınlatılmaları ve bu konuda toplumun bütün organlarının uygun ortamı hazırlamasının, ilaç tedavileri kadar etkili olduğunu anlattı.

Okullardan başlamak üzere sebze ve meyveyi yeterince içeren doğru beslenme alışkanlıklarının edindirilmesi, fiziksel aktiviteyi artıracak ortamların sağlanması gerektiğinin altını çizen Prof. Dr. Öztürk, şunları kaydetti:

"Hipertansiyon, şeker hastalığı, kalp hastalıklarının düzenli kontrolü ve uygun tedavisi ile obeziteyi önleyecek stratejiler, bir bütün olarak ele alınmalıdır. Beyin damar hastalıkları dünyada en fazla fonksiyon kaybına neden olan, yaşam kalitesini en fazla etkileyen ve ölüm nedeni olarak da ikinci sırada yer alan hastalık grubudur. Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirirken, 6 milyon kişi de inme nedeniyle hayatını kaybetmektedir. Yani her 40 saniyede bir kişi inme geçiriyor. Son açıklanan TÜİK raporlarına göre Türkiye'de beyin damar hastalıkları nedeniyle hayatını kaybeden kişi sayısı 2013 yılında 35 bin 977 iken, 2014 yılında 37 bin 403'e ulaşmıştır. Bu rakamlar, bütün kazaları dikkate alırsak, kazalar nede-

niyle hayatını kaybedenlerin yaklaşık iki katıdır."

"Küresel İnme Beyannamesi"

Prof. Dr. Öztürk, inme sonrası hastaların uygun ve yeterli rehabilitasyon tedavisi alabilmesi, inme tekrarından korunması için ülke çapında etkin program ve projeler yürütülmesi önerisinde bulundu.

Inme hastalarının korunma ve tedavilerine yönelik hazırlanan, ilk olarak 2014 yılında İstanbul'da yapılan "Dünya Strok Kongresi"nde oluşturulan "Küresel İnme Beyannamesi"nde bazı kararlar alındığına değinen Öztürk, "Kongrede, inme hastalarının beyin damar hastalıklarından korunma, risk faktörleri konusunda bilgilendirme, hızlı ve etkin tedaviye ulaşabilme, inme sonrası rehabilitasyon konusunda hakları ilan edilmiştir. Bu haklar, sağlık stratejileri oluşturulurken mutlaka dikkate alınmalıdır." ifadelerini kullandı.

Aşırı uyku o hastalığın habercisi

Uzmanlar, uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini belirtiyor.

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uykulu hale meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefînur Öztürk, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrite olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Başsıkılık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya

uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beynin belli bir seviyede ışıya maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisinde uyku bozukluğunun düzelenileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücudtaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beyin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

"Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu:

"Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku

bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde ölmeyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düğünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş



ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

"Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli"

Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi.

Uykuya ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratuvarda hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti.

Laboratuvarda vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alıverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımıza olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için

yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi.

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorularlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyunmadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüğe neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor."

Uyku laboratuvarlarındaki TEŞHİS ÇOK ÖNEMLİ

BİRÇOK kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk** yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Bazen inmeye sebep olabiliyor

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.



Tedaviyle düzene sokulabilir

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi: "Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi

edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."



Felçte ilk 4.5 saat çok önemli

Antalya'da yapılan Nöroloji Kongresi'nde uzmanlar felç, Alzheimer ve demans hastalıklarına dikkat çekti, tedavilerini anlattı. Dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedeni

Uzmanlara göre, erken tanı etkili tedavi için önemli. Hastanın ilk 4,5 saat içinde hastaneye ulaştırılması gerekiyor.

olarak ikinci sırada yer alan felçle ilgili önemli uyarılarda bulunan Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şeref-nur Öztürk, felç belirtilerinin; konuşmada bozulma, bir tarafta kuvvet kaybı veya uyuşma, yüzde asimetri şeklinde ortaya çıkabildiğini söyledi. Erken tanının çok önemli olduğunu vur-

gulayan Prof. Öztürk, "Eğer belirtiler erken tanınırsa ve hastalarımız tedavi edilebilecekleri merkezlere 4,5 saat içinde başvurularsa tedavi şansı gide- rek artıyor" dedi. Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçaeer ise Alzheimerla mücadelede beslenme ve fiziksel aktivitenin önemi- ne vurgu yaptı.

Yüzde asimetri felç habercisi olabilir



Türk Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. Şerefınur Öztürk, vücudun bir yanında uyuşma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirtti.

Öztürk, "Kişi ilk 4.5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" dedi.

Antalya'daki 51. İlusal

Nöroloji Kongresi'ne katılan Prof. Dr. Şerefınur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi.

Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vücudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu.

● AKİF ARICI Antalya DHA

HER 40 SANİYEDE 1 kişiye inme iniyor!

TND Başkanı Prof. Dr. Şerefıur Öztürk,
"Dünyada her yıl 17 milyon kişi beyin hasta-
lıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğruyor,
6 milyon kişi ölüyor, her 40 saniyede 1 kişi
inme geçiriyor" dedi. » ÖNCE SAĞLIK 4'TE

TÜRK NÖROLOJİ DERNEĞİ'NİN (TND) DÜZENLEDİĞİ KONGREDE ÖNEMLİ BİLGİLER VERİLDİ



Her 40 saniyede 1 kişiye inme iniyor!

Kongre öncesi bilim insanları nörolojik hastalıklar konusunda bilgi verdi. TND Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, "Dünyada her yıl 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğruyor, 6 milyon kişi ölüyor, her 40 saniyede 1 kişi inme geçiriyor" dedi

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) tarafından bu yıl 51'incisi düzenlenen Ulusal Nöroloji Kongresi, Serik İlçesi Belek Turizm Merkezi'nde devam ediyor. Yarın sona erecek olan kongre öncesinde bir basın toplantısı yapıldı ve bilim insanları, çeşitli nörolojik hastalıklar hakkında bilgi verdi. Nörolojinin trendi artan bir bilim dalı olduğunu ve 21'inci yüzyılda en büyük yatırımların nörolojik hastalıkların tanı ve tedavisinde yapıldığını belirten TND Başkanı **Şerefur Öztürk**, bu yılki kongrenin ana temasının nöromusküler (kas ve sinir ucu) hastalıklarının oluşturduğunu söyledi.

Ölüm nedenleri arasında ikinci

Nörolojik hastalıkların yaşla birlikte artan hastalık grubu olduğunu ve risk faktörlerini önleme açısından farkındalık yaratmak zorunda olduklarını belirten Prof. Dr. Öztürk, özetle şunları söyledi: "Dünyada hastalık kaynaklı ölümlerin yüzde 12'sini nörolojik hastalıklar oluşturuyor. Fonksiyon kaybının ilk nedeni nörolojik hastalıklardır. Avrupa'da 1 yıllık nörolojik hastalık maliyeti 700 milyar euro. Bu sadece görünen maliyeti, bir de insanların yaşamalarını etkileyen, parayla ölçülemeyen maliyeti var."

Türkiye'de hastalık sonucu ölümlerin 2'nci sıklıktaki nedeni nörolojik. Dünyada 17 milyon kişi beyin hastalıkları nedeniyle fonksiyon kaybına uğramakta, 6 milyon kişi de ölmekte. Her 40 saniyede 1 kişi

inme geçirmektedir. Tanı erken konulabilirse bu hastalıklar tedavi edilebilir."

'Akraba evlilikleri mutlaka önlenmeli'

Nöromusküler hastalıkların nörolojik hastalıklar içerisinde sık görülen hastalık grubu olduğunu, hastalığın bir grubunun edinsel (sonradan ortaya çıkan), bir grubunun ise genetik olduğunu aktaran derneğin ikinci başkanı Prof. Dr. Yeşim Pamman şu bilgileri verdi:

"Ülkemizde akraba evliliğinin çok olduğunu düşünürsek ne oranda bu hastalığa rastladığımızı anlayabiliriz. Hastalığın edinsel grubunu tedavi edebiliyoruz, ama genetik olanlar için çalışmaların olduğunu söylemek lazım. Akraba evliliklerinin bu bilinci vererek önlenmesi bu hastalıkların önüne geçecektir."

Tedavide henüz kök hücre yer almıyor

Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın, kas ve sinir hastalıklarında tedavinin yanı sıra işin sosyal kısmına da önem verilmesi gerektiğini söyledi. Ailelerin en çok kök hücre tedavisi sorusuyla kendilerine geldiklerine de değinen Prof. Dr. Akalın, kas hastalıklarında kök hücre tedavisinin henüz yer almadığını söyledi.

'Demans'a karşı fiziksel aktivite

TND Genel Sekreteri Prof. Dr. Ayşe

Bora Tokçaer "demans" hastalığıyla ilgili bilgi verdi ve özetle şunları söyledi:

"Demans, kişilerde giderek gerileme, unutkanlık, kelime kurma zorluğu ya da alışverişte para hesabını yapamama gibi işlev bozukluğuyla başlayıp, çatal bıçak tutamamaya kadar giden bir durum söz konusu. En sık görülen demans nedeni alzheimer. Toplumun yaş ortalaması arttıkça bununla daha çok karşılaşacağız. Önlem için herkes bulmaca çözüyor ama tek başına yetmez. Fiziksel aktivite de önemli. Bu hastalar gündüz evde yalnız bırakılmamalı, özel bakım evlerinde kontrol altında tutulmalıdır."

Parkinson hastasına destek olunmalı

Prof. Dr. Bülent Elilbol parkinson hastalığını ve tedavi yöntemlerini anlattı. Hastalığa pek çok konuda müdahale olabildiğini, ilaçların yetmediği durumlarda cerrahi yöntemlerin devreye girdiğini hatırlatan Prof. Dr. Elilbol, "Bu kişilerin hayatla iç içe olmaları çok önemli. Çok erken yaşta başlayıp yavaş seyreden hastalıkta, hastaya destek olunması gerekiyor" dedi.

Migrende hasta hikayesi çok önemli

Prof. Dr. Neşe Çelebisoy baş ağrıları ve nedenleri konusunda bilgi verdi ve şöyle konuştu: "Polikliniğe baş ağrısı şikayetiyle gelen hastalar, genellikle

beyninde tümör çıkacağı korkusuyla tedirgin oluyor. Şikayetlerin çoğunluğu ise belirli bir nedeni olmayan ağrılardan oluşuyor. Asıl başvuru grubunu migren hastaları oluşturuyor. Migren hastanın günlük yaşam aktivitelerini bozuyor ve işgücü kaybına neden oluyor. Migren halkın yüzde 16'sında görülen bir rahatsızlık. Bu oran kadınlarda yüzde 25'e çıkıyor. Hem atak şiddetinin hem de atak sıklığının azaltılabildiği bir hastalık."

MS kontrol edilebilir hastalık haline geldi

Prof. Dr. Cavit Boz da merkezi sinir sistemi hastalığı olan MS (multipl skleroz) ile ilgili açıklama yaptı. MS hastalığının başlangıcında bulanık görme, vücudun bir kısmında uyuşma ya da denge kaybı gibi belirtiler başladığını ancak kısa sürede düzeldiğini anlatan Prof. Dr. Boz, uzun vadede kalıcı etkiler yarattığını belirtti. Bu hastaların evlenebilir, çalışabilir günlük hayatlarına devam edebilir olduklarına dikkati çeken Prof. Dr. Boz, "MS akıl hastalığı değildir ve öldürücü değildir. Bazı hastalarda tekerlekli sandalyeye mahkum edilmektedir. Türkiye'de 40 bin civarında MS hastası olduğu tahmin edilmekte. Dünyadaki hastaların ise yüzde 70'ini kadınlar oluşturmaktadır. MS artık kontrol altına alınabilen hastalık haline geldi" diye konuştu.

■ AKİF ARICI Antalya DHA



İnmede ilk 4,5 saat önemli

Erken müdahale inme hâlinin tedavisinde fayda sağlıyor

TÜRK Nöroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Serefınur Öztürk**, inme belirtilerine karşı dikkatli olunması gerektiğini ifade etti.

Öztürk, "Kişi ilk 4,5 saatte bir nöroloğa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi şansına ulaşabilir" diye konuştu.

PIHTIYI ALAN TEDAVİ YÖNTEMİ VAR

Uyuşma şikâyeti bulunan hastaların ilk 4,5 saatte uzman bir nöroloğa başvurması gerektiğini vurgulayan Öztürk, "6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan veya damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bu nedenle zaman çok önemli" diyerek uyardı.

Uyku laboratuvarlarındaki teşhis önemli

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor



Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon olamama, yeni bir projeye başlanamama, zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşılaşma gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeye sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti: "Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı o da da başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabile-

ceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi: "Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine korması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli

Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu: "Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku

fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uyku hali, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde bir takım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti: "Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşınıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varamadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabilir. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir."

Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka "Bir uyku bozukluğu var mı" yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli

Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi. Uykıyla ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratuvarında hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti. Laboratuvarında vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımız olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi.

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti: "Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşürecektir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor." (AA)



uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beyin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştırmaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel

İnmede ilk saatler ÇOK ÖNEMLİ

VÜCUDUN bir yanında uyusma, konuşma bozukluğu ya da yüzdeki asimetrinin 'inme' habercisi olabileceğini belirten Türk Noroloji Derneği (TND) Başkanı Prof. Dr. **Serefnur Öztürk** "Kisi ilk 4,5 saatte bir nörologa başvurursa trombolitik (damar açıcı) tedavi sansına ulaşabilir" dedi. Prof. Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Erken tes-histe trombolitik tedavi sansının arttığına değ-l-en Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebi-len tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısı-nin da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.



"Uyku laboratuvarlarındaki teşhis önemli"



Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrite olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku bozukluklarının birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beynin belli bir seviyede ışığa maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluklarına neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki

bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

"Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu:

"Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku bozukluklarının gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği uyku bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şeklinde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önleyemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek

şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

"Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli"

Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi.

Uykıyla ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratuvarında hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını

ifade etti.

Laboratuvarında vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok parametreye kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımız olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi.

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüştürebilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor."

aa



◆ **Öztürk: Nörolojik hastalıklardan ölüm, tüm dünyadaki ölümlerin yüzde 12'sini oluşturmakta ve bu ölümlerin büyük kısmı önlenabilir durumda**

Dünyanın nöroloji uzmanları Türkiye'de buluştu

Bu yıl 51'inci düzenlenen Uluslararası Nöroloji Kongresi, 27 Kasım-3 Aralık tarihleri arasında Antalya'da gerçekleştiriliyor. Türk Nöroloji Derneği (TND)'nin düzenlediği kongrede, "Nöromusküler Hastalıklar (Kas ve Sinir Ucu Hastalıkları)" tartışılıyor. Kongreye, yurt içinden ve yurt dışından 1500 sağlık çalışanı katılıyor. MS'den epilepsiyeye tüm nörolojik hastalıkların masaya yatırıldığı kongrede ayrıca özel sağlık kuruluşlarında çalışan nöroloji uzmanlarının yaşadıkları sorunlar tartışılarak, Türk Nöroloji Derneği (TND) Yönetim Kurulu Başkanı Prof. Dr. Şevket Öztürk, nörolojik hastalıkların dünyada yaşanan nüfusta yaygınlığı giderek artan, kişilerin yaşam kalitelerini çok önemli ölçülerde etkileyen hastalık grubu olduğunu belirterek, "Ayrıca nörolojik hastalıklardan ölüm, tüm dünyadaki ölümlerin yüzde 12'sini oluşturmaktadır ve bu ölümlerin büyük kısmı önlenabilir durumdadır" dedi.

Kongre kapsamında düzenlenen basın toplantısında konuşan Öztürk, kongrenin bu yılki ana

temasının nöroloji pratiği içinde nadir görülen ancak büyük çoğunluğu genetik olmakla, son yıllarda tedavi seçeneklerinin de giderek arttığı, "nöromusküler hastalıklar" olarak belirlendiğini ifade etti.

Öztürk, bu hastalıkların panel ve oturumlarla kapsamlı şekilde ele alınacağı kongrede, çocukluktan başlayarak yaşam boyu süren nörolojik hastalıklarda tanı konulduktan sonra tedavi ve takip süreçlerine de geniş çapta yer verileceğini kaydetti.

Kongrede, beyin damar hastalıkları, Multipl Skleroz, hareket ve yürüme-denge bozuklukları, nörolojik yoğun bakım, baş ağrısı, epilepsi, nöroimmünoloji, çocuk nörolojisi, nöropatik ağrı gibi konularda dünyadaki son gelişmelerin de anlatılacağı dile getiren Öztürk, konuşmasını şöyle sürdürdü:

"Nöromusküler hastalıkların genel nörolojik sorunları içinde önemli oranlarda ortaya çıkması ve ülkemizde nöromusküler hastalıkların tanınması, önlenmesi,



Kongre kapsamında düzenlenen basın toplantısında konuşan Öztürk, kongrenin bu yılki ana temasının nöroloji pratiği içinde nadir görülen ancak büyük çoğunluğu genetik olmakla, son yıllarda tedavi seçeneklerinin de giderek arttığı, "nöromusküler hastalıklar" (kas ve sinir ucu hastalıkları) olarak belirlendiğini ifade etti.

tedavi ve takipleri başlıca kongre konusunu oluşturmaktadır. Nörolojik hastalıklar dünyada yaşanan nüfusta yaygınlığı giderek artan, kişilerin yaşam kalitelerini çok önemli ölçülerde etkilemenin yanı sıra, toplumsal sağlığı ve verimliliği de en fazla etkileyen hastalık grubudur. Ayrıca nörolojik hastalıklardan ölüm, tüm dünyadaki ölümlerin yüzde 12'sini oluşturmaktadır ve bu ölümlerin büyük

kısmı önlenabilir durumdadır." **"Bir yılda 17 milyon kişi inme geçiriyor"**

Prof. Dr. Öztürk, ilerleyen yaşla beyin damar hastalıklarının, sistemik sorunlarla ortaya çıkan nöropatiler ve dejeneratif hastalıklarla artış gösterdiğini anlatarak, "Beyin damar hastalıkları dünyada en fazla fonksiyon kaybına neden olan, yaşam kalitesini en fazla etkileyen ve ölüm

nedeni olarak da ikinci sırada yer alan hastalık grubudur. Dünyada bir yılda 17 milyon kişi inme geçirilmekte ve 6 milyon kişi inme nedeniyle hayatını kaybetmektedir yani her 40 saniyede bir kişi inme geçirmektedir. Son açıklanan TÜİK raporlarına göre Türkiye'de beyin damar hastalıkları nedeniyle hayatını kaybeden kişilerin sayısı tüm kazalar dikkate alındığında dahi kazalar nedeniyle

le hayatını kaybedenlerin yaklaşık iki katı kadardır" dedi.

Toplum sağlığı açısından günümüz koşullarında salgın hastalıkların yaklaşımında olduğu gibi hastaların yanı sıra, sağlıklı ve risk altındaki toplumu da korumaya yönelik güçlü stratejilerin önemine işaret eden Öztürk, "İnme hastalarının risk faktörlerini azaltarak yaşam tarzı değişiklikleri konusunda aydınlatılmaları ve bu konuların toplumun bütün organlarının uygun ortamı hazırlaması ve sürdürülmesinin ilaç tedavileri kadar etkili olduğu kanıtlanmıştır" dedi.

Türk Nöroloji Derneği (TND) Yönetim Kurulu Saymanı Prof. Dr. Cavit Boz ise merkezi sinir sistemi hastalığı olan Multipl Skleroz'un (MS) kadınlarda 2 kat daha sık görüldüğünü belirterek, "Yani dünyada MS'lilerin yüzde 70 kadını kadındır. MS'nin başlangıcı çoğu hastada 20 ile 40 yaşlar arasındadır. Yani hastalık gençlerin hastalığıdır. Daha erken ve geç yaşlarda da hastalığın başlaması olasıdır" dedi. Prof. Dr. Boz, Türkiye'de yaklaşık 40 bin MS

hastası olduğunu tahmin edildiğini vurguladı.

"Parkinson yaşlılık hastalığı değildir"

TND Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Bülent Elibol da hastalığın sadece yaşlılıkta görülmediğine dikkati çekerek, Türkiye genelinde yaklaşık 100 bin kişinin bu sorunla mücadele ettiğini söyledi. Elibol, ancak bu hastaların tamamının tedavi görmediğini, reçete alan veya saptanabilen hasta sayısının 60 bin olduğunu kaydetti. Hastaların kimi zaman sorunu fark edemediği için, kimi zaman da hastalığın tedavisiz olduğu düşünerek hekime gitmediklerini aktararak, şu değerlendirmede bulundu: "Hekime gidilme nedeni de bu hastalığın yaşlılık emaresi olarak düşünülmesidir ve hastalığın yüzde 5-10'u kalıtsaldır. Kalıtsal parkinson çok genç yaşlarda hareket yavaşlığı, titreme gibi belirtilerle başlar ve Türkiye'de akraba evliliklerinin çok olması kalıtsal parkinsonun riskini artırır. Bu hastaların yıllık ilaç kullanım maliyeti 110 milyon dolardır."

Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'



TEKİRDAĞ (AA) Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefür Öztürk**, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hipertansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.



HABER MERKEZİ

Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor.

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefür Öztürk**, AA muhabirine yaptığı açıklamada, uyku bozukluğunun sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi.

Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantrasyon, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hiper tansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Uyku laboratuvarlarındaki teşhis önemli

Uyku bozukluğunun birçok farklı nedenlerinin olabileceğini belirten Öztürk, şöyle devam etti:

"Uyku bozukluğu, uyku düzeniyle ilgili yetersizliklerden kaynaklanabileceği gibi kişinin uyuyacağı odada başka aktivitelere yer vermesi, kitap okumak, çalışmak, televizyon izlemek veya uyumadan hemen önce bilgisayar kullanmak, akıllı telefonları, tabletleri kullanmak uykusuzluğa neden olabilir çünkü beyin belli bir seviyede ışığı maruz kalması uyumadan hemen önce, uyku fazını geciktirebilmektedir. Yani bu önlemlerin alınmaması bile uykusuzluğa, uyku bozukluğuna neden olabilir."

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna neden olabileceğini, bu hastalıkların tedavisinde uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi:

"Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hiper tansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer

dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir."

"Uyku bozuklukları gün içinde kazalara neden olabilir"

Uyku bozukluğunun tanısında uyku laboratuvarlarının büyük öneme sahip olduğunu aktaran Öztürk, şöyle konuştu: "Bu laboratuvarlarda araştırılan, kişinin uyku bozukluğunun gece boyunca ne şekilde ortaya çıktığı, uykuya başlama zamanı, uyanma periyotları, uykunun belli dönemleri vardır takip edilen, bu dönemlerdeki salgı bozuklukları, süre değişiklikleri veya solunumdaki durmalar, tıkanmalar, bazı hareket bozuklukları. Bunların beyinden mi yoksa solunum sistemindeki bir tıkanmada dolayı mı ortaya çıktığı, beyinde elektriksel fonksiyon bozukluğu var mı, bütün bunların incelendiği değerlendirildiği laboratuvarlardır."

Uyku bozuklukları nedeniyle hastalardaki uykulu halin, kronik hastalıkların yanı sıra gün içinde birtakım büyük kazalara da neden olabileceğini vurgulayan Öztürk, şunları kaydetti:

"Kişinin bazen fark ettiği ama bazen de fark etmediği ama bozuklukları, gerçekten gündüz aşırı uykululuk şek-

linde karşımıza çıkabiliyor. Bu da kişinin farkına varmadan gün içinde önelemediği uyku periyotlarına girmesine neden olabiliyor. Yani bu bir şoför ise trafikte başına gelebilir, bir başka meslekte uğraşıyorsa bir makine başında çalışıyorsa düşünün makine başında iş kazalarına neden olabilecek şekilde başına gelebilir. Başka işlerde yine günlük performansını yaşam kalitesini etkileyebilecek şekilde başına gelebilir. Bu nedenle ciddi meslek mensuplarının ayrıca değerlendirilmesi ve güvenli iş ortamının sağlanması gerekir. Yani gün içinde aşırı uyku hissetmek, sabah kalktığında hala kendini uykusuz yorgun hissetme, gün içinde isteksizlik ve performans düşüklüğü mutlaka mutlaka 'Bir uyku bozukluğu var mı' yönünden değerlendirilmelidir. Bu değerlendirmede uyku laboratuvarlarındaki teşhis, oldukça önemli."

"Aşırı uykululuk yaşayanlar, uyku hastalığından şüphelenmeli"

Tekirdağ Devlet Hastanesi Uyku Laboratuvarı Sorumlusu Nöroloji Uzmanı Dr. Hilal Horozoğlu da hastanede yaklaşık 8 ay önce açılan uyku laboratuvarında uyku bozukluklarının teşhisine yönelik çalışmalar yürüttüklerini söyledi.

Uykuyla ilgili şikayetlerin hem hastanın kendisinden hem de yakınlarından geldiğini belirten Horozoğlu, laboratuvarında hastaların normal bir gece uykusunu pek çok yönden incelediklerini ve kayıt altına aldıklarını ifade etti.

Laboratuvarında vücudun uyku sırasında verdiği tepkileri, vücudun aldığı oksijeni, nefes alışverişinin ve kasların hareketlerinin kayıt altına alındığını aktaran Horozoğlu, "Pek çok parametre kayıtlandıktan sonra yorumlanıyor. Eğer uyku hastalığı olduğunu tespit ettiğimiz hastalarımız olursa pek çok tedavi yöntemi için önce hastamızla konuşuyoruz, uyku hastalığının türüne göre tedavi için yönlendiriyoruz. Sadece nöroloji değil pek çok branş, bu tedavi sürecine dahil olabiliyor" dedi.

Gündüz aşırı uykululuk yaşayanlar, dikkatini toparlamakta zorlananlar ya da hiçbir sebep yokken kolay yorulanlarda uyku hastalığından şüphelenilmesi gerektiğini bildiren Horozoğlu, şunları kaydetti:

"Kaliteli bir gece uykusu uyumadığı zaman, bu gündüz insanın yaşam kalitesini ciddi anlamda düşüştüğü neden olabilir. O yüzden bu tür şikayeti olan hastalarımız, uyku laboratuvarımızda koyduğumuz teşhisten sonra, verdiğimiz tedaviden oldukça fayda gördüklerini ifade ediyor." (aa)



Yüzünüze bakın böyleyse yalnızca 4.5 saatiniz var

Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Öztürk, vücudun yüzdeki asimetrisinin 'inme' habercisi olabileceğini belirterek, "Kişi hemen nöroloğa başvurursa damar açılmasıyla felçten kurtulur" dedi

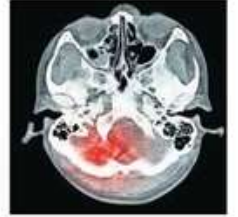
Antalya'daki 51'inci Ulusal Nöroloji Kongresi'ne katılan TND Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, beyin damar hastalıklarının beyin damarlarında tıkanıklık ya da kanamayla ortaya çıkan ve ani fonksiyon kayıplarına neden olan bir hastalık grubu olduğunu söyledi. Dünyada hastalıktan ölümlerde 2'nci sıradaki nedenin beyin damar hastalıkları olduğunu dile getiren Prof. Dr. Şerefur Öztürk, bu oranın Türkiye'de yüzde 15 olduğunu söyledi.

TND olarak inme belirtilerinin tanınması konusunda çalışmalar ve eğitim seminerleri düzenlediklerini aktaran Prof. Dr. Öztürk, "İnmenin en yaygın belirtileri konuşmada bozulma, vü-

cudun bir tarafında kuvvet kaybı ya da uyuşukluk, görme kaybı, baş dönmesidir. Ama en yaygın belirtiler ise yüzde asimetri ile aynı taraftaki kol ve bacakta uyuşukluk hissidir" diye konuştu. İnmede erken teşhisin hayati risk taşıdığını vurgulayan Prof. Dr. Öztürk, hastanın ilk 4.5 saatte nöroloğun bulunduğu merkeze başvurması gerektiğini anlattı. Erken teşhiste trombolitik tedavi şansının arttığına değinen Prof. Dr. Öztürk, "Hatta 6 saate kadar damar içinden pıhtıyı alan ya da damar içinde eritebilen tedavi yöntemine ulaşmak mümkün. Bunları yapabilecek merkezlerin ve nörologların sayısının da artırılması için eğitimler veriyoruz" dedi.



Prof. Dr. Öztürk'e göre beyindeki kanama (altta) insan yüzünde ve dilinde bozukluklara neden oluyor. Bu da kapidaki felcin habercisi.



Uyku bozukluğu kazalara sebep

BİRÇOK kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefînur Öztürk, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin hayat kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa sebep olabileceğine işaret eden Öztürk, “Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hipertansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir; hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir” diye konuştu.

BİR ÇOK SEBEBİ OLABİLİR

Öztürk, bazı kronik hastalıkların da uyku bozukluğuna sebep olabileceğini, bu hastalıkların tedavisiyle uyku bozukluğunun düzelebileceğini ifade ederek şunları söyledi: “Solunum yetmezlikleri, kalp yetmezlikleri, hipertansiyonlar, vücuttaki bazı madde eksiklikleri gibi bunların yerine konması, bunların tedavi edilmesi, hastanın daha iyi ve daha verimli uyku uyuması sağlanabilir hatta bazen yeni başlanmış bir ilaç, aniden uyku bozukluğuna neden olabilir. İlaçlara bağlı uyku bozuklukları da en sık gördüğümüz uyku bozukluklarından biridir. Bir de primer dediğimiz uyku bozukluğu, yani beynin uyku mekanizmasını tam olarak çalıştıramaması nedeniyle ortaya çıkan uyku bozuklukları da olabilir.” Tekirdağ / aa



“51. Ulusal Nöroloji Kongresi” başladı

ANTALYA (AA) - Türk Nöroloji Derneği (TND) Yönetim Kurulu Başkanı Prof. Dr. Şerettür Öztürk, nörolojik hastalıkların dünyada yaşanan nüfusla yaygınlığı giderek artan, kişilerin yaşam kalitelerini çok önemli ölçülerde etkileyen hastalık grubu olduğunu belirterek, "Ayrıca nörolojik hastalıklardan ölüm, tüm dünyadaki ölümlerin yüzde 12'sini oluşturmaktadır ve bu ölümlerin büyük kısmı önlenebilir durumdadır" dedi.

TND tarafından bu yıl 51'incisi düzenlenen "Ulusal Nöroloji Kongresi", yurt içinden ve dışından bin 500 sağlık çalışanının katılımıyla Maritim Pine Beach Otel'de başladı.

Kongre kapsamında düzenlenen basın toplantısında konuşan Öztürk, kongrenin bu yılki ana temasının nöroloji pratiği içinde nadir görülen ancak büyük çoğunluğu genetik olmakla, son yıllarda tedavi seçeneklerinin de giderek arttığı, "nöromusküler hastalıklar" (kas ve sinir ucu hastalıkları) olarak belirlendiğini ifade etti.

Öztürk, bu hastalıkların panel ve oturumlarla kapsamlı şekilde ele alınacağı kongrede, çocukluktan başlayarak yaşam boyu süren nöroloji hastalıklarında tanı konulduktan sonra tedavi ve takip süreçlerine de geniş çapta yer verileceğini kaydetti.

Kongrede, beyin damar hastalıkları, Multipl Skleroz, hareket ve yürüme-denge bozuklukları, nörolojik yoğun bakım, baş ağrısı, epilepsi, nöroimmünoloji, çocuk nörolojisi, nöropatik ağrı gibi konularda dünyadaki son gelişmelerin de anlatılacağı dile getiren Öztürk, konuşmasını şöyle sürdürdü:

"Nöromusküler hastalıkların genel nörolojik sorunları içinde önemli oranlarda ortaya çıkması ve ülkemizde nöromusküler hastalıkların tanınması, önlenmesi, tedavi ve takipleri başlıca kongre konusunu oluşturmaktadır. Nörolojik hastalıklar dünyada yaşanan nüfusla yaygınlığı giderek artan, kişilerin yaşam kalitelerini çok önemli ölçülerde etkileyen yanı sıra, toplumsal sağlığı ve verimliliği de en fazla etkileyen hastalık grubudur. Ayrıca nörolojik hastalıklardan ölüm, tüm dünyadaki ölümlerin yüzde 12'sini oluşturmaktadır ve bu ölümlerin büyük kısmı önlenebilir durumdadır."



'Uyku bozukluğu büyük kazalara sebep olabilir'

TEKİRDAĞ (AA) - Birçok kronik hastalığın yanı sıra günlük hayatta uyuklama halinde meydana gelebilecek kazalara da sebep olabilen uyku bozukluğunun teşhis ve tedavisinde uyku laboratuvarları önem taşıyor. Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. **Şerefur Öztürk**, yaptığı açıklamada, uyku bozukluklarının sıklıkla ortaya çıktığını ve kişilerin yaşam kalitesini ciddi düzeyde etkilediğini söyledi. Uyku bozukluklarının birçok hastalığa neden olabileceğine işaret eden Öztürk, "Hastalar bazen gün içinde aşırı yorgunluk, konsantre olamama, yeni bir projeye başlamada zorluk, bazen kontrol edilemeyen hipertansiyon, kalp hastalıkları veya kontrol edilemeyen şeker düzeyleri gibi sonuçlarla da karşımıza gelebilir. Bağışıklık sistemini etkileyebilir, hatta ileri seviyelerde bazı uyku bozuklukları inmeyle sonuçlanan hastalıklara bile neden olabilir" diye konuştu.

Felçte ilk 4.5 saat çok önemli

Halk arasında "inme" olarak da bilinen felç, dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedeni olarak ikinci sırada yer alıyor. Uzmanlara göre, erken tanı etkili tedavi için önemli. Hastanın ilk 4,5 saat içinde hastaneye ulaştırılması gerekiyor.

Antalya'da yapılan Nöroloji Kongresi'nde uzmanlar felç, Alzheimer ve demans hastalıklarına dikkat çekti, tedavilerini anlattı.

Dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedeni olarak ikinci sırada yer alan felçle ilgili önemli uyarılarda bulunan Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefür Öztürk, felç belirtilerinin; konuşmada bozulma, bir tarafta kuvvet kaybı veya uyuşma, yüzde asimetri şeklinde ortaya çıkabildiğini söyledi.

Erken tanının çok önemli olduğunu vurgulayan Prof. Öztürk, "Eğer belirtiler erken tanınır ve hastalarımız tedavi edilebilecekleri merkezlere 4,5 saat içinde başvurularsa tedavi şansı giderek artıyor" dedi.

Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçer ise Alzheimer ile mücadelede beslenme ve fiziksel aktivitenin önemine vurgu yaptı. Tokçer, "Beslenmeye çok önem göstermiyoruz. Hipertansiyon ve

diyabet hasta sayımız yüksek. Bunlar küçük damar yapılarını bozarak, nokta nokta damar tıkanıklıklarıyla beyin dokusunda belli bir rezervin kaybına yol açtığında hastalarda ne yazık ki bir demans tablosu gelişebiliyor" şeklinde konuştu.

KÖK HÜCRE TEDAVİLERİ NÖROLOJİDE ETKİN Mİ?

Kongrede uzmanların özellikle dikkat çektiği bir konu ise kök hücre tedavisiydi. Kök hücrenin, nörolojik vakalar için kanıtlanmış bir tedavi şekli olmadığı açıklandı.

Bu tedavinin bazı organlarda başarılı olduğunu dile getiren Prof. Dr. Mehmet Ali Akalın, "Ama şunu bilmiyoruz; bu hücreye 'sen git karaciğerin şu kısmını tamir et, sen o hücre ol.' Bu komutu nasıl vereceğimizi bilmiyoruz. Dolayısıyla rastgele bunları insanlara verip 'ya tutarsa' demek mantıklı değil. Bunların yan etkileri de oluyor" ifadelerini kullandı.



FELÇTE İLK 4,5 SAAT ÇOK ÖNEMLİ

...arısında "inme" olarak da bilinen felç dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedeni olarak ikinci sırada yer alıyor.



Uzmanlara göre, erken tanı etkili tedavi için önemli. Hastanın ilk 4,5 saat içinde hastaneye ulaştırılması gerekiyor. Dünyada hastalıklara bağlı ölüm nedeni olarak ikinci sırada yer alan felçle ilgili önemli uyarılarda bulunan Türk Nöroloji Derneği Başkanı Prof. Dr. Şerefur Öztürk, felç belirtilerinin; konuşma-

kuvvet kaybı veya uyuşma, yüzde asimetri şeklinde ortaya çıkabildiğini söyledi. Erken tanının çok önemli olduğunu vurgulayan Prof. Öztürk, "Eğer belirtiler erken tanınırsa ve hastalarımız tedavi edilebilecekleri merkezlere 4,5 saat içinde başvurulursa tedavi şansı giderek artıyor" dedi. Prof. Dr. Ayşe Bora Tokçaer ise Alzheimerla mücadelede beslenme

ve fiziksel aktivitenin önemine vurgu yaptı. Tokçaer, "Beslenmeye çok önem göstermiyoruz. Hipertansiyon ve diyabet hasta sayımız yüksek. Bunlar küçük damar yapılarını bozarak, nokta nokta damar tıkanıklıklarıyla beyin dokusunda belli bir rezervin kaybına yol açtığında hastalarda ne yazık ki bir demans tablosu gelişebiliyor" diye konuştu.