



DR. EREN EROĞLU

Sağlıklı yaşam için AILENİZİN HEKİMİ

saglik@sabah.com.tr

Alkolle alınan ağır kesici mide kanaması yapabilir

Arada sırada arkadaşlarla yemeğe çıktığımız zaman alkol alıyorum. Acaba tansiyon

Kuvvetli ve tahrip edici bir molekül olan alkol, hemen her türlü kimyasalla etkileştiği için çoğu ilacın metabolizmasını bozar.

Örneğin ilaç kullanıyorsanız alkol almayın. İlaçların alkolle etkileşim sonucu vereceği zararları ise şöyle açıklayabiliriz:

ZARARLI ETKİLERİ VAR

- **Antibiyotikler:** Alkolle birlikte alındığında faydalı azalır.
- **Antidepresanlar:** Şiddetli mide bulantıları sonrasında kusmalar görülebilir.
- **Antidiyabetik ilaçlar:** Şe-

kilıyla birlikte içki zarar verir mi? Alkolle ilaç alınması tehlikeli mi? R.N./Trabzon

ker metabolizması bozulabilir.

■ **Antihistaminikler:** Sersemlik, uykuya eğilim, konsantrasyon bozukluğu ileri boyutlarda olabilir.

■ **Sarı ilaçları:** Nöbetler tetiklenebilir; kan ilaç düzeyleri azalabilir ya da artabilir.

■ **Beta blokerler:** İlacın emilimi ve güvenilirliği azalabilir.

■ **Ağrı kesiciler:** Mide kanamaları ya da karaciğer hasarları görülebilir.

■ **Uyku hapları:** Alkolle birlikte kullanılmaları uykuya aşırı eğilimi, uyandırılmama ve merkezi sinir sistemi baskılanmasına yol açabilir.

Gebelikte ilaç kullanmak...

Hamile kalmak istiyorum ama alerjim olduğu için ilaç kullanıyorum. Gebelik süresince bu ilaçları kullanmamın sakıncası var mı, bilgi verirsiniz çok sevinirim. G.M./Bursa

Alerji ile mücadelede en önemli konu, alerjeye neden olan faktörlerin tespiti edilip bunlardan kesinlikle uzak durulmasıdır.

DOKTOR ONAY VERMELİ

Hangi önlem alınrsa alınmaz, bu durumun önüne geçilemez ise bazı hastalarda uzun süreli ilaç kullanma zorunluluğu ortaya çıkabilir.

Gebelikte prensip olarak anneyle ve kar-

nındaki bebeği etkileyebilecek ilaçların kullanılmasını mümkün olduğunca uzak durulur.

Bir ilaç tedavisine başlamak için temel kural; o ilaç kullanılmadığına doğacak zararın, yani etkilerinin yapabileceği minimum zarardan daha büyük olmasıdır.

Bu hesap yapılarak seçilen ilaçlar, doktorunuzun önerisi ve takibi ile tedavide kullanılabilir.



Light içecekler yanılıyor

Ben bu light ürünleri anlamıyorum! Herkesin elinde light kola var ama çoğu sis-

Tam olarak sizin söylediğiniz gibi değil ama; tatlandırıcı ile hazırlanan gıdalar ile şımanlık arasında çetrefilli bir ilişki olduğu kesin.

Yapay tatlandırıcılar; aralarında kolalı içeceklerin de bulunduğu çok sayıda türünde yapay tatlı tadını oluşturmak için kullanılır.

HAMBURGER YERLER...

Yapay tatlandırıcıların ilk ortaya çıkışı, seker hastalarının kullanımı amacıyla olmuştur.

Fakat, zaman içinde artan şımanlığı fark eden endüstri; önünde duran kocaman pastayı kaçırmaması ve zayıflamanın yolu yapay tatlan-

man. Bu içecekler işe yaramaz mı? İçenlerin zayıf olmaları gerekmez miydi? T.L./Rize

dıncılardan geçiyormuş gibi sayısız 'light' ürünü kullanma sunmuştur. Günümüzde bir sürü şıman, koca bir hamburger menüsünün içindeki patates kızartılama mayonez dökerken, "Kilo almayayım" diye de light kola içmektedir.

YAPAY BİR GÜVEN VERİR

Yapay tatlandırıcıların en büyük zararı, yapay bir güven duygusu oluşturmalarıdır. Bu ürünleri tüketenler, sağlıkların için iyi bir şey yaptıklarını düşünürler. Doğru olan; elden geldiğince yapay ya da gerçek tatlı tadından kaçmaktır.

kitaplığın hizmetlerinden daha çok yararlanmalarını sağlayacak.

Ödünç kabartma kitap projesi kapsamında ilk etapta 7-14 yaş arası ilköğretim çağındaki çocuklar için irtelen kitaplar kullanılacak.

Görme engellilere hediye almak isteyenler de bu projeden yararlanabilecek.

ÖDÜNÇ KABARTMA KİTAP!

Türkiye'nin ilk ve tek 'Görme Özürlüler Kitaplığı'; Dünya Çocuk Kitapları Haftası ile birlikte 'Hayalden Gerçeğe' adlı ödünç kabartma kitap projesini hayata geçirdi.

Proje; TÜRK GÖK'ün ilköğretimde okuyan üyelerinin parmakları ile kitap okuyabilmelerini ve

Ödünç kabartma kitap projesi kapsamında ilk etapta 7-14 yaş arası ilköğretim çağındaki çocuklar için irtelen kitaplar kullanılacak.

Görme engellilere hediye almak isteyenler de bu projeden yararlanabilecek.

BOY UZATMA TEKNİKLERİNDEKİ YENİLİKLER

SMS: 4122-ETU (MESAJ)

GÜNAYDIN sordu, Prof. Dr. Metin Küçükçaya anlattı

4 HAZIRLAYAN: ESRA TÜZÜN

1.90'LIK BASKETÇİ BOYUNU 2 METRE YAPMAK İSTİYOR!

Bir zamanlar çok zordu ama yeni tekniklerle estetik amaçlı boy uzatmak da gündeme geldi. Prof. Dr. Metin Küçükçaya, 1.90 olan boyunu 2.05'e çıkarmanın hayalini kuran basketbolcuların olduğunu söylüyor

Boy uzatma yöntemleri; ortopedi profesörü Gavril Abramovich Ilizarov'un geliştirdiği tekniğe dünyaya yayıldı. Şimdi pek çok farklı yöntem uygulanıyor ve başarılı sonuçlar alınıyor.



Prof. Dr. Metin Küçükçaya

Cüceler, tek bacağı kısa olanlar için uygulanan yeni tedaviler artık estetik amaçlı kullanılmak üzere geliştirildi.

Florence Nightingale Hastanesi ve Bilim Üniversitesi Ortopedi ve Travmatoloji Öğretim Üyesi Prof. Dr. Metin Küçükçaya, daha uzun görünmek isteyen insanlar için bu ameliyatların nasıl yapılabileceğini anlattı.

HER İSTENEYEN YAPILMAZ

Eskiden hatta bir yıl öncesine kadar, estetik boy uzatma yapılmadığını söylemiştim. Şimdi yeni yöntemler sayesinde estetik amaçla da boy uzatma yapılabiliyor!

Yeni teknoloji uzatma çivileri ile eski yöntemlere göre güvenli ve etkili olarak boy uzatma yapılabiliyor; boyunu kısa gören birçok kişinin ilgisini çekiyor. Ancak bu işlem riskli, karmaşık, pahalı ve halen tartışmalı. Bu nedenle her isteyen "Ben boyumu biraz daha uzatmak istiyorum" diye yola çıkamaz. Psikolojik

değerlendirmeler sonrası fiziksel olarak da uygun olan kişilere yapılabiliyor. Gözlemlerimize göre, boy uzatma tedavisi uyguladığımız kişiler daha pozitif oluyor. 6-10 santimetrik uzatma işlemi güvenli şekilde gerçekleştirilebiliyor.

SPORCU DİSİPLİNİ ŞART

Estetik amaçlı boy uzatma için en uygun adaylar kimlerdir? Herkese yapılabilir mi?

Boy uzatmaya en uygun kişiler; boyundan sık sık şikayeti olan ancak hayatlarının diğer kısımlarında mutlu, istekli ve başarılı olan insanlardır. Ancak bu kişilerin beklentilerinin gerçekleştirilmesi için onları uzatma tedavisi uygulamaya hazır olmaları gerekir. Bu kişiler, bir şekilde spor ile ilgileniyor. Örnek vermek gerekirse; en uygun kişiler arasında, spor salonu sahibi olanlar sayılabilir. Onlar boy uzatma konusunda hem istekli oluyor, hem tedavi için zaman ayırabiliyor, hem de spora yatkınlıklarından dolayı sonuç çok iyi oluyor. Estetik amaçlı boy uzatma tedavisi; ancak en uygun kişiye mükemmel şartlarda, mükemmel teknikte yapıldığı zaman başarılı olabiliyor. Ameliyat sonrası rehabilitasyon dönemi çok önemli. Tedavi süreci, tamamen bir sporcu disiplini içinde geçiyor.



Estetik amaçlı boy uzatma tedavisinin sonrasında fizik tedavi gerekiyor.

SPORA YATKIN KİŞİLER BOY UZATMAYA UYGUN

Estetik amaçlı olarak birinin boyunu en fazla kaç santimetre uzatabilirsiniz? Bu konuda üst sınırmız nedir?

Boy uzatma, herkeşe göre farklı bir ihtiyaç anlamına gelir. 1.50' nin altındaki boyda sorunlu olanlar için onları uzatma işi başlıktır. Bazı insanlar kendilerine özgü ihtiyaçları nedeniyle uzatma konusunda ısrar ediyorlar. Boyu 1.95 olan basketbolcu 2.05 olmak için kapımızı çalıyor.

Onların talebine nasıl yaklaşıyorsunuz?

Spora yatkın olan kişiler bu tedaviye en uygun adaylardır ama onlara öncelikle bu yöntemlerin zorluklarını anlatıyoruz. Çünkü uyguladığımız yöntemler yalnızca kemikleri uzatıyor. Kasların da bu sırada kemiklere uyum sağlaması gerektiği için haftada üç gün fizik tedavi gerekiyor. Yoksa kemik uzar ama kaslar uzamazsa büyük sorunlar yaşanabilir.

ESTETİK AMAÇLI UZATMA ESKİDEN ÇOK TEHLİKELİYDİ



En çok hangi ülkelerde estetik boy uzatma ameliyatları yapıyor?

Çin de yapıldığına dair çok söylenti var.

Estetik olarak boy uzatma etmek mi, bunu yapan doktora ceza yaptırım uygulanır mı?

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

En çok hangi ülkelerde estetik boy uzatma ameliyatları yapıyor?

Çin de yapıldığına dair çok söylenti var.

Estetik olarak boy uzatma etmek mi, bunu yapan doktora ceza yaptırım uygulanır mı?

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

En çok hangi ülkelerde estetik boy uzatma ameliyatları yapıyor?

Çin de yapıldığına dair çok söylenti var.

Estetik olarak boy uzatma etmek mi, bunu yapan doktora ceza yaptırım uygulanır mı?

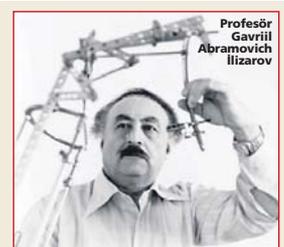
Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.

Hastanın kendi isteği doğrultusunda yapıyor, bunun için psikiyatrist onayı alınıyor ve hastaya her türlü risk anlatılıyor ve her şeyi seçme özgürlüğüne sahip olmaları sağlanıyor.



Profesör Gavril Abramovich Ilizarov

BOY UZATMANIN BABASI ILIZAROV

Bugün dünyada uygulanan boy uzatma tekniklerinin temelini Rus Profesör Gavril Abramovich Ilizarov attı. 1950'li yıllarda ortopedide ağır acı 'distraksiyon osteogenezi' kavramını ortaya atan Ilizarov; çalışmalarını uzun yıllar Doğu Bloku sınırlarında yürüttü.

1967'de, atletizmde olimpiyat şampiyonu Valery Brumel'in Batılı cerrahlarca tedavi edilemeyen ayak bileği kırığına tedavi edince; yöntemi tüm dünyaya yankı uyardı.

Ilizarov'un Batılı cerrahlarla buluşması ise 1981 yılında İtalyan Profesör A. Bianchi-Maiocchi'nin daveti üzerine gerçekleşti. Prof. Dr. Ilizarov; geliştirilen tüm boy uzatma yöntemlerinin babası olarak kabul ediliyor.

1967'de, atletizmde olimpiyat şampiyonu Valery Brumel'in Batılı cerrahlarca tedavi edilemeyen ayak bileği kırığına tedavi edince; yöntemi tüm dünyaya yankı uyardı.

Ilizarov'un Batılı cerrahlarla buluşması ise 1981 yılında İtalyan Profesör A. Bianchi-Maiocchi'nin daveti üzerine gerçekleşti. Prof. Dr. Ilizarov; geliştirilen tüm boy uzatma yöntemlerinin babası olarak kabul ediliyor.

PSİKIYATRİST ONAY VERİRSE YAPIYORUZ

Boyu 1.50' nin altında olmayan bir kişi "Hep boyumuzu uzatmamız isterdim" diyerek size başvursu ona ne diyorsunuz?

Önce psikiyatriste gönderiyoruz. Onları değerlendirme yapmasını istiyoruz. Zaten psikiyatriste gönderdiğimiz hastaların çoğu bu uygulamadan vazgeçiyor. Çoğunlukla altında başka sorunları oluyor, onlar çözülünce de istedikleri de ortadan kalkıyor. Ama bazıları hala istediklerini sürdürüyorlar ve psikiyatrist de bu durumu onaylıyor; ancak o zaman estetik boy uzatma kararı alınıyor.

Bazı insanların kollarının kısa olduğunu düşünüyor. Vücudlarına göre daha kısa olan kollar da uzatılabilir mi?

Kollar 10-12 santime kadar uzatılabilir. İkisi aynı anda uzatılabildiği için bu sırada insanın günlük işlerini yapabilir. Kol uzatma ameliyatları çok daha rahat operasyonlardır. Tek kol kısa ise iki kol arasında beş santimetre fark yoksa ameliyat önermiyoruz.

Bazı insanların kollarının kısa olduğunu düşünüyor. Vücudlarına göre daha kısa olan kollar da uzatılabilir mi?

Kollar 10-12 santime kadar uzatılabilir. İkisi aynı anda uzatılabildiği için bu sırada insanın günlük işlerini yapabilir. Kol uzatma ameliyatları çok daha rahat operasyonlardır. Tek kol kısa ise iki kol arasında beş santimetre fark yoksa ameliyat önermiyoruz.

KOLLAR KISA KALIRSA ONLAR DA UZATILIYOR

Bacakları uzatırken kolların da uzaması gerekir mi? İdeal oran nedir?

Hasta, ne kadar uzaması gerektiğine kendi başına karar veremez. Vücudundaki orantım bozulmamalıdır. Bu nedenle bir tedavi planının oluşturulması gerekir. Alt bacak ve üst bacağın aynı anda uzatılması çok önemlidir. Kollar kısa kalırsa onların da uzatılması gerekiyor. Üst bacak bir santim uzatılsa, alt bacak 0.8 santimetre uzatılmalı. Diz kapagından yapılan uzatmalarda, bacağın altın ve üstün birlikte uzaması sağlanıyor. Motorlu çivilerle hiçbir iz de kalmaz.

Bacakları uzatırken kolların da uzaması gerekir mi? İdeal oran nedir?

Hasta, ne kadar uzaması gerektiğine kendi başına karar veremez. Vücudundaki orantım bozulmamalıdır. Bu nedenle bir tedavi planının oluşturulması gerekir. Alt bacak ve üst bacağın aynı anda uzatılması çok önemlidir. Kollar kısa kalırsa onların da uzatılması gerekiyor. Üst bacak bir santim uzatılsa, alt bacak 0.8 santimetre uzatılmalı. Diz kapagından yapılan uzatmalarda, bacağın altın ve üstün birlikte uzaması sağlanıyor. Motorlu çivilerle hiçbir iz de kalmaz.

BİTİ



1 ARALIK 2011 PERŞEMBE YIL: 10 SAYI: 3393

İmtiyaz Sahibi
Turkuvaz Gazete Dergi
Başım A.S. adına

AHMET CALIK

Genel Yayın Yönetmeni
ERDAL SAKAFYayın Yönetmeni
SİRİN SEVERYazı İşleri Müdürleri
YUSUF İZEL - ASLI CAKIREditör: SEMA KUMBARACI
Sorumlu Müdür: YUSUF YAZICIOĞLUGözetim Yönetmeni
MEHMET YILDIRIM

Tuzel Kişi Temsilcisi: ULAŞ YILDIZ

TURKUVAZ REKLAM SATIŞ PAZARLAMA

Turkuvaz Reklam Grup Başkanı
UMİT ÖNALGenel Müdür Yardımcısı
SEDAT ANALI - AYDIL EROZU
İSMAIL ARICI - BAKIR ÖZÇU
Saha Operasyonları Genel Müdürü
RANA KARLIDAG
Pazarlama Genel Müdürlüğü
ERDAL KALEMarka ve Pazarlama Grup Başkanı
SİNAN KOKSAL
Kurumsal İletişim Grup Başkanı
FECİR ALPTEKİNYenişehir Yeri Barışlar Bulvarı, No: 155, Cam Han, Kat: 5 Beşiktaş/İstanbul Tel: 0212 384 31 01 e-posta: info@turkuvaz.com.tr
İSİN 1301-5796BASIMCI: Turkuvaz Matbaacılık, Yarımlık A.Ş.
Adres: Barışlar Bulvarı, Cam Han, No: 153 Beşiktaş/İstanbul
Basım ve Yayımla İlgili Her Sorun İçin: Pazarlama Genel Müdürü
RANA KARLIDAG Tel: 0212 384 31 01
Ankara: Cengizalp Yolu, 12. km, Paralıları Ankara
Tel: 0312 328 85 00
İzmir: Ankara Adası, Sığın Kızılları, No: 3 Bornova/İzmir
Tel: 0232 461 67 00
Adana: Çeyhan Yolu, Üzeri, 5. km, Sabah Teslimi Yarıgeçidi/Adana
Tel: 0322 346 30 93
Antalya: Şelale Caddesi, No: 1, Almışlar Antalya
Tel: 0242 340 15 15Yayın: Turkuvaz Gazete, Dergi, Basım A.Ş.
DAĞITICI: Turkuvaz Dajınca Pasajı A.Ş. Barışlar Bulvarı, Cam Han, No: 153 Beşiktaş/İstanbul

Yayın Türü: Yaygın İletişim, Saha ile Görsel yazışma ve yayımlanabilir. İletişim ve dağıtım için FİSE ve BİSİM Kurumları'ndan yararlanılabilir. Her türlü hakları Turkuvaz Gazete Dergi Basım A.Ş.'ye aittir. İletişim için, lütfen gözetimlere daha önceden yazınız.