

2012

# E-BÜLTEN

Ocak 2012 Sayı : 4



e-Bülten sayı :4  
Ocak 2012  
Editör: G. Banu KOCATEPE (Öğrenci İşleri Müdürü)

EDİTÖRDEN...

E-bültenimizin dördüncü sayısına **HOŞ GELDİNİZ!**

Bu bülten ; daha öncede belirttiğimiz gibi , öğrencilerimize verdiğimiz önemin ve kurumsal kültür anlayışımızın bir sonucu olarak doğmuştur.

E-bülten, herhangi bir süreli yayın gibi hazırlanıp PDF teknolojisiyle Piri Reis Üniversitesi web sayfasından sizlere ulaştırılmaya devam ediliyor. Öğrencilerimizin de katkıları ile yakında e-bültenlikten çıkıp e-dergi olacak gibi görünüyor.

Ocak ayı e-bültenimizde, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanımız Gül Ergüç tekrar konuğumuz oldu. Hepiniz için son derece faydalı olduğuna inandığımız birimizden yararlanacağınızı umuyoruz. Yazar Neşe Dosterden kadına dair nefis bir yazı var, hoşunuza gideceğini umuyorum.

Evet yeni yıla girdiğimiz şu günlerde, her gelen yeni yıl sembolik de olsa yeni umutlar vermiyor mu bize... Bilsek de aslında 1 Ocak sadece dünün ertesi günü yine de bir heyecanla uyanmıyor muyuz... Ya da geçen senede yapamadıklarımız için içimiz burulmuyor mu...

Bunların hepsini yaşadığınızı hissettiğinizi bilerek, 2012 yılının dünyaya,ülkemize ve siz değerli öğrencilerimize güzellikler getirmesini diliyorum.

Yeni yılda herşey gönlünüzce olsun, başarılarınız daim olsun.



Bir sonraki sayıda görüşmek üzere...

Güneş Banu KOCATEPE  
Öğrenci İşleri Müdürü  
Ocak 2012

## Emir Çaka Bey



Oğuz Türkleri, Büyük Selçuklu Devleti Sultanı Alparslan liderliğinde 1071 yılından itibaren Anadolu'ya yerleşmeye başlamış ve 1081 yılına kadar öncülük Türk Beylikleri, Ege ve Marmara kıyılarına ulaşmışlardır. Geniş bozkırlarla kaplı Orta Asya'dan gelip Anadolu'yu vatan olarak benimseyen Atalarımız, başlangıçta ufukta güneş ve gökyüzü ile birleşen coşkun ve hırçın denizi biraz ürkütücü ve şaşkınlık verici bulmuşlarsa da, kısa sürede ona dostluk elini uzatarak, mavi sularda kendilerine yer aramaya başlamışlardır. Çaka Bey işte bu dönemde, Batı Anadolu'da hakimiyet kurmuş ve ilk Türk deniz savaşı filosunu oluşturarak askeri başarılar kazanmış bir Türk komutanı ve denizcisidir.

Çaka Bey Oğuzlar'ın Çavuldur boyuna mensuptu. Malazgirt Savaşı sonrasındaki Bizans İmparatorluğu kuvvetleri ile girdiği bir çatışmada esir düşmüş, İstanbul'a götürülmesini takiben İmparator III. N. Botaniates'in dikkatini çekerek Bizans sarayına alınmıştır.

Burada çok büyük ilgi görmüş, serbestçe hareket etmesine izin verilmiş ve sonraki yıllardaki başarıları açısından önem arzedecek pek çok bilgi ve tecrübeyi edinmiş, bu arada Yunanca da öğrenmiştir. Bizans İmparatorluğu deniz kuvvetlerini yakından incelemiştir. 1081 yılında Bizans tahtına İmparator Aleksi Komnen geçince hürriyetine kavuşmuştur.

Türkleri denizlerle kaynaştıran ilk öncülük, Emir Çaka Bey olmuştur. Çaka Bey Selçuklu ordusundan bağımsız hareket ederek, İzmir'i ilk defa olarak Türk idaresine katmış, daha sonra İznik'te payitaht kurmuş bulunan Selçuklular ile güçlerini birleştirmiştir. Çaka Bey İzmir merkezli bir beylik kurarak sınırlarını genişletmek için mücadeleye başlamıştır. 2-3 yıllık bir süre içinde Urla, Çeşme, Sığacık ve Foça'yı zaptederek bu kesimdeki geniş sahil boyunca sınırları içine almıştır. Hedefi Ege Denizi'nde hakimiyet kurmaktır.

Emir Çaka Bey, denizci kimliğini Beyliğin tüm kurumlarına yansıtarak, Türklerin, artık rakipleriyle denizlerde de kıyasıya mücadele edebilecek bir duruma gelmesini sağlamıştır.

Çaka Bey, İzmir'de o döneme göre modern sayılabilecek bir tersane yaptırmış ve tersane civarındaki bölgeyi deniz üs kompleksine dönüştürmüştür. Bu aşamadan sonra gemi inşa faaliyetlerine geçilmiş; kürekli ve yelkenli gemilerden oluşan 50 parçalık ilk Türk donanması 1081 yılında inşa edilmiştir. Bu yıl, Türk Deniz Kuvvetleri açısından son derece önemlidir. Çünkü, 1081 yılı Deniz Kuvvetlerimizin kuruluş yılı olarak kabul edilmektedir. Öncülük denizcimiz Emir Çaka Bey, 1081 yılında 50 parçadan oluşan ilk Türk donanması ile Ege'nin sıcak sularına yelken açmıştır. Bu seyir sıradan bir seyir değil, tarihi şan ve şerefle dolu Türk Deniz Kuvvetlerinin doğuşudur. Bu seyir, 922 yıllık tarihi bir miras ve köklü bir geleneğe sahip olan Türk Deniz Kuvvetlerinin Akdeniz (Ege Denizi) ile kucaklaşması ve denizlerdeki rekabetin saygın bir oyuncusu olmasıdır. İlk Türk donanması 1089 yılında Midilli, 1090 yılında ise Sakız Adası'nı fethederek denizlerin dünyasına hızlı bir giriş yapmıştır.



Türkler denizlerle tanışmış; onunla arasında gönül köprüsü kurmuştur. Ancak, denizlerde dolaşmanın bir bedeli

olmalıydı: 19 Mayıs 1090 tarihinde Karaburun ile Sakız Adası arasında kalan Koyun Adaları civarında Çaka Beyin donanması, Bizans donanması ile karşılaştı. Savaş kaçınılmazdı.

Çaka Bey, İstanbul'daki esaret günlerinden beri kendisini bu gün için hazırlamıştı: Sınırsız bir uyum sağladığı denizin, insanın akıl ve yaratıcılığını harekete geçirdiğinin bilincindeydi. 17 çektiri ve 33 yelkenli olmak üzere toplam 50 savaş gemisinden oluşan donanmasını, seri taktik manevralarla ustalıklı sevk ve idare ediyor; düşmana en zayıf yerlerinden ard arda darbeler indiriyordu. Bizans donanması ağır kayıplarla geri çekilmek zorunda kalmıştı.

İlk Türk Deniz Zaferi'ni, Öncü Denizci Emir Çaka Bey sayesinde kazanan Türkler, denizlere artık daha büyük bir umut ve güvenle bakmaya başlamışlardır. Emir Çaka Bey, bu zaferinden sonra denizlerdeki kontrol sahasını genişletmiş ve donanması ile Çanakkale önlerine kadar yaklaşmıştır. Bizans'ın, Emir Çaka Beyi durdurmak için kullandığı yöntem, tarihimizin çeşitli dönemlerinde ve hatta günümüzde de sık sık karşımıza çıkan, artık klasik olarak adlandırılabilir bir nitelik taşıyordu: Anadolu Selçuklu Sultanı I.Kılıç Arslan'ı kışkırtarak, ona karşı kullanmak. Bizans ve Selçuklular için bir tehlike olan Çaka Bey, bu surette ortadan kaldırılmış bulunuyordu.

Ege bölgesinin ilk fatihlerinden olan Çaka Bey, I.Kılıç Arslan'ın hilesinin kurbanı olup öldüğü sırada tarih 1095 idi. Böylece, İzmir Beyliği kuruluşundan sadece 14 yıl sonra yıkılmış oldu

Emir Çaka Beyin 1095 yılında zamansız ölümü, yükselen bir değer olan Türk Denizciliği'nin gelişim hızını yavaşlatmıştır. Çaka Bey sadece usta bir denizci komutan değil, aynı zamanda bir deniz düşünürü idi. Çaka Beyin ateşlediği denizci yaklaşımın ivmesini kaybetmesi belki de, İstanbul'un Fethi'ni 350 yıl gecikmeye uğratmıştır.

Kaynakça: <http://www.dzkk.tsk.mil.tr>  
<http://tr.wikipedia.org>  
<http://turkyigitleri.com>

## ATATÜRK'ÜN YATI: SAVARONA

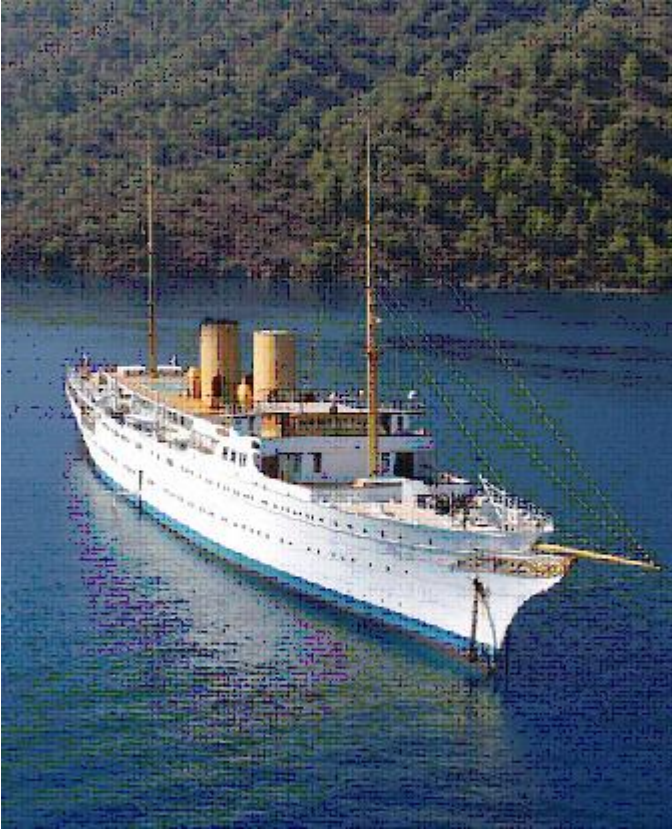
---



Savarona bugüne kadar inşa edilen kraliyete ait olmayan en büyük yattır. Toplam uzunluğu 136 metre, direği 16 metre, iskeleti 6.1 metre ve en yüksek hızı 18 deniz mili, gezinti hızı ise 16 deniz milidir. Ana süitin yanı sıra 17 lüks süitin alanı ortalama 50 metre karedir.

Savarona, Brooklyn Köprüsü'nü inşa eden mühendis John Roebling'in kızı Emily Roebling Cadwallader tarafından hizmete sokuldu. Bayan Cadwallader Savarona'yı 1931'de Hamburg'da Blohm ve Voss tersanelerinde 4 milyon dolara mal etti. Savarona Atlantik, Akdeniz ve Kuzey Afrika sularını geçti fakat Cadwallader onu yüksek dışalım vergisinden dolayı Amerika Birleşik Devletleri'ne sokamadı. Yatı satmaya karar verdi ve 1938 yılında Savarona Türk Hükümeti

tarafından satın alındı.



1938 yılında Kral VII. Edward İstanbul'u ziyaret etti ve o zamanki devlet yatı Ertuğrul'da Mustafa Kemal Atatürk'ün konuğu oldu. Bacadan dökülen kurum Majestelerinin beyaz pazenlerini öylesine kirletti ki Atatürk Ertuğrul'u hurdaya gönderdi ve yeni bir cumhurbaşkanlığı yatı araştırılması için emir verdi. Türk bayrağı Mart 1938'de Southampton'da Savarona'ya çekildi.

Yat, iki ay sonra bazı döşemeleri yenilendikten sonra Atatürk'ün ölümcül hasta olduğu sırada İstanbul'a geldi. Atatürk'ün Savarona'da geçirdiği altı hafta boyunca kabine toplantıları düzenlendi, Romanya Kralı Carol da dahil olmak üzere önemli konuklar, devlet başkanları ağırlandı. Atatürk, 10 Kasım 1938'de Dolmabahçe sarayında öldü.

Kaynakça: [www.kultur.gov.tr](http://www.kultur.gov.tr)



DENİZ BİLİMLERİ  
VE MÜHENDİSLİĞİ  
ENSTİTÜSÜ

DENİZ BİLİMLERİ  
MÜHENDİSLİĞİ  
ENSTİTÜSÜ



## OCAK AYI İÇİNDEKİ BELİRLİ GÜN VE HAFTALAR

[Yeni Yıl \(Yılbaşı\)](#) 1 Ocak

[Gazeteciler Günü](#) 10 Ocak

[Cüzzam Haftası](#) 25 - 31 Ocak

[Dünya Cüzzam Günü](#) 25 Ocak

[Dünya Gümrük Günü](#) 26 Ocak

[Enerji Tasarrufu Haftası](#) Ocak ayının 2. haftası

[Veremle Savaş Eğitimi Haftası](#) Ocak ayının ilk haftası

SAĞLIK KÖŞESİ  
CÜZZAM

### CÜZZAM (CÜZZAM, LEpra, HANSEN HASTALIĞI)

#### LEpra HASTALIĞI NEDİR?

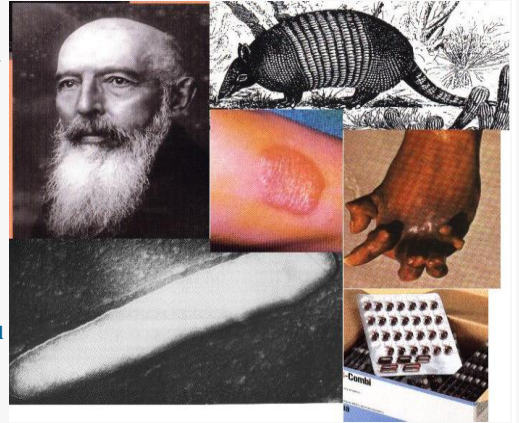
1876'da Norveçli bilim adamı Armauer Hansen tarafından keşfedilen lepra basili (=Hansen Basili veya Mycobacterium Leprae) tarafından oluşturulan öncelikle, deri ve siniri tutarak belirtilerini gösteren kronik seyirli bir enfeksiyon hastalığıdır.

#### CÜZZAM HASTALARININ HEPSİ SAKAT OLUR MU?

Eğer cüzamlı hastalara geç tanı konulursa ya da doğru tedavi edilmezlerse, hastalığın seyri sırasında çevresel (periferik) sinir dokusunda oluşan yıkıma bağlı olarak özellikle el, ayak ve gözde bazı şekil bozuklukları(deformite) ve sakatlıklar ortaya çıkabilir. Zamanında tanı konularak etkin tedavi gören hastalarda sakatlık olmaz.

#### HERKES CÜZZAM HASTALIĞINA YAKALANIR MI?

Lepra hastalığını yapan basile karşı insanların pek çoğunda doğal bir bağışıklık hali vardır. "Hücrel immunité" nedeniyle oluşan bu bağışıklık hali insanlara kendinden önceki soylardan gelen bir özelliktir. Bu insanlar lepra basilini almış olsalar da, vücut dirençleri basili yok edeceği için hastalık ortaya çıkmayacaktır. Bu bağışıklık halini ölmüş lepra basilleriyle yapılan Lepromin Testi (Mitsuda Testi) ile anlamak mümkündür. Ancak çok az oranda insanda bu doğal direnç hali kendinden önceki soylarından onlara geçmez. Bu kişiler daha çok lepralı hastaların yakınlarıdır. Eğer bu dirençsiz kişilerin yakın çevrelerinde (aile fertleri içinde) halen dışarıya lepra basili çıkaran tedavisiz bir lepralı hasta varsa ve bu kişiyle uzun süreli ve yakın teması olmuşsa bunun sonucu olarak damlacık yoluyla alacakları çok sayıda lepra basili nedeniyle hastalığa yakalanabilirler. Bulaşma genellikle aynı aile içindeki büyüklerden 10-11 yaşına kadar olan çocuklara yönelik olarak ortaya çıkmaktadır.



## HASTALIK BELİRTİLERİ HEMEN ORTAYA ÇIKAR MI?

Birçok hastalıkta olduğu gibi bu hastalıkta da bir kuluçka dönemi vardır. Yani belirtiler mikrop vücuda girdikten hemen sonra ortaya çıkmaz. Lepra hastalığında etken vücuda alındıktan 2-7 yıl sonra ilk klinik belirtiler ortaya çıkar. Kuluçka süresinin değişken ve uzun olması tam koymayı güçleştirmektedir.

## BÜTÜN HASTALARIN BELİRTİLERİ AYNI MIDIR?

Lepra hastalığının temel olarak iki klinik tipi vardır. Bu klinik tipler yine kişinin, hastalık etkenine karşı mevcut olan vücut direnciyle belirlenir. Direncin hiç olmadığı kişilerde basil kolaylıkla çevresel sinirlerin kılıflarını(myelin kılıf) oluşturan Schwann Hücrelerine ulaşip yerleşerek buralarda çoğalırlar. 7-14 günde bir bölünerek çoğalan basilleri taşıyamayarak parçalanan hücrelerden çıkan basiller hemen komşu hücrelere geçerler. Böylelikle basiller deriye kadar ulaşırlar ve buralardaki sinirlerin kılıflarına yerleşirler. Bu sırada basilin yerleştiği yerlerde bazı deri lezyonları ortaya çıkar. Bu lezyonların şekli değişik olabilir. Klinik tiplere göre bazıları daha fazla görülse de makul, papel, plak ve nodul biçimindeki lezyonların hepsi bir arada bulunabilir. Direncin en az hatta hiç olmadığı kişilerde basiller tüm vücut derisine yerleşerek yaygın nodül şeklinde "leprom" adını verilen nodüller belirtileri meydana getirir. Bu klinik tipe LEPROMATÖZ LEpra denir.

Lepra hastalığının ikinci tipi vücut direnci sağlıklı insanlarla karşılaştırıldığında daha az olsa da yine de bulunan kişilerde ortaya çıkar ve TÜBERKÜLOİD LEpra adını alır. Bu tipte az da olsa bulunan direnç hali nedeniyle hastalık vücudun bir bölümüne hapsedilmiş gibidir. Yani belirtiler sadece bir bölgede görülür. Aynı şekilde sinir hasarları da daha az yere yayılmış olacaktır.

Bağıışıklık hali bu iki lepra tipinin arasında olan kişilerde bir ara klinik form oluşur. Buna genel olarak BORDERLİNE LEpra adı veriyoruz. Ancak bu tip lepra kendisi farklı bir klinik tip olarak algılanmamalıdır. Çünkü genellikle iki ana tipten birisine benzer klinik bulgularla karşılaşılır. Bu nedenle bu formadaki lepra hastalarının klinik tanıları "BORDERLİNE LEPROMATÖZ LEpra" ya da "BORDERLİNE TÜBERKÜLOİD LEpra" adını alır.

## LEPROMATÖZ LEpra'DA NELER GÖRÜLÜR?

Bu hastalarda ilk dönemde burun tıkanıklığı ve burun kanaması, sonraki dönemlerde de kaş dökülmesi ve burun tabanında çökme, diz ve dirsekte oluşan lezyonların açılarak yara haline dönüşmesi nedeniyle yara izleri (skatris) meydana gelebilir. Hastaların deri belirtilerinde ve lezyonun olmadığı normal görünümlü deri bölgelerinde ve burunlarında tedavi başlayana kadar bol miktarda canlı lepra basili (solid asil) bulunur. Bu basiller deriden yapılan yaymalarda (smir) kolaylıkla görülebilir. Genellikle bu dönemde olan tedavisiz hastalar lepranın bulaşmasından sorumludurlar. Lepromatöz lepralı hastalar bu erken dönemlerinde tedavi edilmezlerse sinirlerde basil miktarı çok artacağından ve sinirin myelin kılıfının yıkımına, dolayısıyla da sinirin fonksiyonlarını yerine getirememesine yol açarlar. Bu nedenle otonom liflerin etkilenmesine bağlı deride kuruluk ve kıllarda dökülme, yüzeysel duyu liflerinin etkilenmesi sonucu el ve ayaklarda eldiven çorap şeklinde duyu kaybı ve motor liflerin etkilenmesi sonucu da sinirin motor işlevi kaybolur ve el, ayak hareketleri yapılamaz yani felç hali meydana gelir. Felç hali nedeniyle hareketi sağlayan kaslarda yıkım (kas atrofisi) ve hareketsizlik nedeniyle ortaya çıkan osteoporoza bağlı olarak kemik doku kayıpları (mutilasyon-kemik erimesi) ortaya çıkar. Tüm bunlarla oluşan uçlardaki şekil bozuklukları ve sakatlıklar tedavi edilmeyen hastaların hastalıklarının ileri dönemlerinde (başlangıçtan 5-10 yıl sonra) meydana gelecektir.

## TÜBERKÜLOİD LEpra'DA NELER GÖRÜLÜR?

Bu hastalarda basil kol ve bacaklarda bulunan çevresel sinirlerin bir veya iki tanesine yerleşir. Az da olsa bulunan direnç hali nedeniyle basillerin bulaştığı sinirlerin olduğu yerlerde küçük iltihap odakları oluşur ve buna bağlı olarak bu noktalarda erken dönemde lokal yıkım meydana getirerek sinirin fonksiyonunu bozar. Bozulan fonksiyon bu bölgede oluşan duyu kusuru ve eğer hareketle ilgili bir sinirse hareket kaybı oluşması şeklinde kendini gösterir. Bu hastalarda bazen, tutulan sinirin etkilediği vücut bölgesinde, birkaç tane, deriden kabarık, keskin sınırlı ve üzerinde duyu kusuru bulunan, plak şeklinde bir deri lezyonu oluşabilir. "Tüberküloid plak" adı verilen bu lezyonun varlığı kesin tanı için yeterli olmaktadır. Duyu kusurundan emin olunamazsa yapılacak biopsinin özel patolojik özellikleri ve az da olsa sinir kesitleri çevresindeki lepra basillerinin görülmesiyle tanı konulur. Bu tip leprada deriden yapılan yaymalarda basil bulunmaz. Sakatlık ise, hemen tedavi edilmeyen hastalarda sadece tutulan sinir bölgesinde erken dönemde oluşur. Tüberküloid lepralı hastalar vücutlarındaki basil sayısı az olduğu ve basil çıkarmadıkları için hastalığı çevrelerine bulaştıramazlar.

## LEPRAYA NASIL TANI KONULUR?

Tanı koymak için öncelikle leprada kuşkulanan kişiler öncelikle eski lepralı hastaların yakınlarındaki kişilerdir. Bunlarda lepra hastalığı mutlaka aranmalıdır. Klinikte lepradan kuşkulanan durumlar ise klinik bulguların olduğu kişiler olacaktır. Genel olarak deri ve periferik sinir sistemi yakınmaları ya da belirtileri olan kişilerde, uzun süredir kalıcı ancak kaşıntı, yanma, ağrı vb. subjektif yakınmaya yol açmayan, hatta duyu kusuru gösteren deri belirtileri olan kişilerde ayırıcı tanı içine leprayı da eklemek uygun olacaktır.

Lepradan kuşkulandığında lepra kliniğinin sorgulandığı bir hastalık öyküsü (anamnez) almak çok önemlidir. Lepranın klinik bulguları ve seyrinin klasik bir gelişimi vardır. Hastaya doğru sorular sorulursa bunları öğrenmek mümkündür. Tanıyı kesinleştiren verilerin yaklaşık yarısı bu yolla sağlanır.

Tüm vücudun gözle muayenesi (enspeksiyon) çok önemlidir. Hem aktif dönem deri lezyonları hem de sinir tutulmasının belirtileri, eski lezyonların izleri bu yolla saptanabilir.

Üçüncü muayene yöntemi sinirlerin muayenesidir. Leprada tutulan sinirleri dokunarak muayene etmek (palpasyon) mümkündür. Lepranın tüm tiplerinde tutulan sinirlerde hacimce genişleme kalınlaşma meydana gelir. Doğru bir anatomi bilgisine sahip hekimlerin duyarlı parmakları bu kalınlaşmayı algılayabilir. Çevresel sinirleri kalınlaştıran fazla hastalık yoktur. Dolayısıyla lepradan kuşkulanan bir kişide saptanacak sinir kalınlaşması hemen hemen tanının konulması anlamına gelir.

Sinirlerin işlevlerini kontrol ederek de tutulup tutulmadığını anlamak mümkündür. Bunun için dokunma veya sıcak soğuk muayenesi ile duyu kusuru olup olmadığı, kas gücü testiyle de sinirin motor fonksiyonunun tam olup olmadığı anlaşılabilir. Otonom liflerin etkilenmesi ise tutulduğu düşünülen deri alanlarına el ile dokunup kuru olup olmadığına bakılarak kontrol edilebilir.

Basil çıkaran tipte burun ve deriden yapılacak yaymalar, kuşku deri lezyonlarından alınan biopsilerin patolojik incelemesiyle tanı tama yakın konulabilir. Lepranın doğrulanmadığı durumlarda, ayırıcı tanıya giren diğer hastalıklar aranmalıdır. Bunu için değişik inceleme yöntemleri kullanılabilir.

Leprada tanı birinci basamakta konur, ikinci basamakta doğrulanır, üçüncü basamakta (lepra hastaneleri ve merkezleri) tedavi ve izlemeleri yapılır.

## LEPRANIN TEDAVİSİ VAR MIDİR?

Lepra tedavisi eskiden Şolmogra yağı adı verilen bir doğal yağ ile yapılmıştır. Daha sonra 1940'larda lepra basilinin üremesini durduran sülfon türevi ilaçlar tedaviye girmiş ve lepralı hastalar bunları tüm yaşamları boyunca kullanmaya başlamışlardır. 1970'lerde yapılan araştırmalar sonucu çoğu tüberküloz tedavisinde de kullanılan Rifampisin, Ethionamid, Prothionamid gibi ilaçlarla, lepra basiline etkili Clofazimin isimli ilaç tedavi için kullanılmaya başlamıştır. 1982 yılında Dünya Sağlık Örgütü bu ilaçların birlikte uygulandığı en çok iki yıl sürede tamamlanan çok ilaçlı tedavi(Multi Drug Treatment=MDT) rejimlerini dünyaya duyurmuştur. Halen pek çok ülkede bu standart tedavi rejimleri neredeyse hastaların tümüne yakın bölümünde uygulanarak tamamlanmıştır. Saptanan yeni olguların da büyük bölümü aynı tedavi altındadır.

Son yıllarda yapılan araştırmalarla Ofloxacin, Sparfloxacin, Clarithromycin ve Minocycline gibi ilaçlar lepra tedavisi için kullanılmaya başlamış ve bunlardan oluşan yeni rejimler, tedavi süresini kısaltmak amacıyla hastalarda uygulanmaya başlanmıştır.

## DÜNYADA NE KADAR LEPRALI HASTA VARDIR?

D.S.Ö'nün 2001 yılı verilerine göre, bu yıl içinde tüm dünyada toplam olarak kayıt altında 828.803 hasta olmuştur. Bu yıl içinde ilk kez kaydedilen hasta sayısı 684.998'dir. Bu hastalarla birlikte tüm dünyada toplam olarak 10.151.373 hasta lepranın etkin tedavisi olan KOMBİNE İLAÇ TEDAVİSİNİ tamamlamıştır. Böylelikle dünyadaki tüm lepralı hastaların % 99.4'ü söz konusu etkin tedavi kapsamına alınmıştır.

(Tablo:1)DÜNYADA LEPRALILARIN SAYI VE DAĞILIMI (DSÖ-2001)

Kıta	Ülke Sayı	Tedavideki olgu Sayısı	Tedavi Oranı (1/10bin)	Yılda saptanan Yeni Olgu Sayısı	Yeni olgu oranı (1/100bin)	MDT Uygulanan Hasta Sayısı (Kümülatif)
<b>Afrika</b>	26	44.376	1.2	43.037	12.1	368.419
<b>Amerika</b>	7	4.115	0.5	1.702	2.0	39.102
<b>Doğu Akdeniz</b>	15	8.434	0.2	5.575	1.6	56.248
<b>Avrupa</b>	13	231	-	152	-	280
<b>Güney Doğu Asya</b>	10	574.924	3.8	621.620	41.3	9.505.790
<b>Batı Pasifik</b>	20	9.011	0.2	6.672	1.8	181.534
<b>Toplam</b>	91	641.091	2.2	678.758	23.3	10.151.373

## TÜRKİYE'DE NE KADAR HASTA VARDIR?

Ülkemizde cüzzam hastalığı sosyal hastalıklar arasında sayılmaktadır. Her yeni bulunan hasta bu nedenle kayıt ve izleme altına alınmakta ve yaşamlarının sonuna kadar değişik gereksinimlerinin çözülmesi ve çevrelerinin kontrole açısından kayıt altında tutulmaktadır. Bu nedenle ülkemizde hasta sayısı söz konusu edilince kayıt altına alınmış bütün hastaların sayısı verilmektedir. Yaklaşık 20 yıl içinde yapılan çalışmalarla birlikte ön çalışmaların başladığı 1983 yılından günümüze kadar ülkemizde toplam 554 yeni hasta kayda alınmıştır (Grafik 1). Halen 2001 yılı sonu verilerine göre ülkemizde 2596 hasta bulunmakta ve izleme ve kontrol altında tutulmaktadır. Bu verilere göre hastaların yaş ortalaması 59.41'dir. Hastaların % 62.85'ini oluşturan 1631 hasta lepranın sakatlık sınıflamasına göre 2. derece (%60) ve daha üzerinde olmak üzere sakattır. Yine aynı verilere göre 2001 yılı sonunda lepra tedavisi süren hasta sayısı 35'dir. Kalan hastaların % 92'sine kombine tedavi uygulanmıştır.

Ancak gerçekten hastalığı taşıyan ve tedavi altında olan hasta sayısı çok azdır. Yine 2002 yılı sonunda tedavisi süren 30-40 kadar hasta vardır. Son yıllarda ülkemizde her yıl ortalama 10-15 yeni hasta saptanmaktadır. Bunlar genellikle eski hastaların çevrelerindeki uzun kuluçka süreli hastalardır. Çünkü ülkemizde basil taşıyan ve bunu yayan hasta çok azalmıştır. Bu nedenle her yıl saptanan hasta sayısı giderek azalmaktadır.

Bu hastaların tamamına yakını İstanbul Lepra Araştırma ve Uygulama Merkezi ile İstanbul Lepra Hastanesi'nin 1984 yılından bu yana yaptığı alan çalışmalarıyla evlerine gidilmek suretiyle kontrol edilmiş ve D.S.Ö'nün önerdiği tedavi rejimi ile tedavi edilmiştir.

## LEPRALI HASTALARIN YAKINLARI KONTROL EDİLİYOR MU?

Kontrol çalışmalarında kayıtlı hastaların tüm yakınları lepra açısından düzenli olarak kontrol edilmekte ve bunlar arasında saptanan yeni hastalar henüz sakatlıklar oluşmadan erken dönem de tedavi altına alınmaktadır. Yine tüm hastaların tümüne yakın bir bölümü bu tedaviyi tamamlamışlardır. Tedavi çalışmaları sürdürülürken, bir yandan da çoğu ileri derecede sakat olan hastaların yara bakımı ve tedavileri, sakatlıktan koruyucu ve sakatlıkları rehabilite edici çalışmalar düzenli olarak sürdürülmektedir. Yapılan çalışmalarla 2000 yılından sonra sporadik olgular dışında yeni olguların çıkmamaktadır.

## ÜLKEMİZDE LEpra İLE İLGİLİ HANGİ MERKEZLER VE KURUMLAR VARDIR?

İstanbul(60 yataklı), Ankara(35 yataklı) ve Elazığ(260 yataklı) illerinde üç adet özel dal hastanesi lepraya yönelik olarak ücretsiz hizmet vermektedir. Ayrıca İstanbul'da kurulmuş olan Cüzzamla Savaş Derneği(İzmir`de bir Şubesi vardır) ve Cüzzamla Savaş Vakfı ile Ankara`da Cüzzam Savaş ve Araştırma Derneği olarak gönüllü örgütlenmeler bulunmaktadır. Ankara`daki dernek Lepra Mecmuası adıyla bilimsel bir yayın organı çıkarmaktadır. İstanbul`daki dernek ve vakıf ise çeşitli sosyal etkinlikler yaparak ve yardımseverlerle ilişkiye geçerek hastaların sosyal sorunlarını çözümlenmek, ekonomik açıdan yardımcı olmak, hasta çocuklarının eğitimlerini sürdürmeleri amacıyla burs vermek, hastalara iş bulmak ve özellikle kendi yaşadıkları çevrede üretken hale getirmek için yoğun çaba harcamaktadır. Tüm merkezler ve gönüllü kuruluşlar Sağlık Bakanlığı ile işbirliği yaparak her yıl Ocak ayının son haftasında Cüzzamla Savaş Haftası düzenlemektedirler. Tüm dünyada her yıl ocak ayının son pazar günü DSÖ'nün önerisiyle "Dünya Cüzzam Günü" olarak anılmaktadır.

**ADRESLER VE TELEFON NUMARALARI:**

**İstanbul Tıp Fak. Lepra Arař.Uyg.Merkezi apa 0212-525 58 56**

**İstanbul Lepra Hastanesi Bakırky 0212-572 61 22-570 10 26**

**Ankara Lepra Eğitim ve Araştırma Merkezi Dikimevi 0312-319 22 79**

**Elazığ Lepra Hastanesi Elazığ 0424-212 46 16-212 16 54**

**Czamlı Savaş Derneği İstanbul 0212-572 71 89**

**Czamlı Savaş Vakfı İstanbul 0212-572 71 89**

**Ankara Czam Savaş ve Araştırma Derneği Dikimevi 0212-319 22 79**

**OCAK AYINDA DOĞAN AKADEMİK PERSONEL**

Okutman	Cansu YUNUSLAR-GÜLER	01.01.1981
Yrd. Doç. Dr.	Nazmi ÇEŞMECİ	02.01.1953
Öğr. Gör.	Ahmet MERT	04.01.1982
Okutman	Banu SÖNMEZ	05.01.1976
Okutman	Bülent ÖZHİM	17.01.1976
Arş. Gör.	Özlem AKKUŞ	24.01.1986
Yrd. Doç. Dr.	Gülşen EVİNGÜR	31.01.1976

**OCAK AYINDA DOĞAN İDARİ PERSONEL**

Müt-Tercüman	Tezer ÜLKÜATAM	03.01.1944
Antrenör	Didem ÖZEL	10.01.1982
Antrenör	Aydın ELBASAN	16.01.1976
Müdür Sekreteri	Efnan BOSTAN	18.01.1984
Avukat	Tunç CEBE	29.01.1950

**OCAK AYINDA DOĞAN ÖĞRENCİLERİMİZ**

Öğrenci No	Adı	Soyadı	Doğum Tarihi
200972054	KURTULUŞ	YAVUZ	05.01.1988
201071024	YUSUF	DURU	17.01.1988
200971037	FERDİ	KİRLİ	01.01.1989
200971082	ŞAHİN	DUMAN	07.01.1989
200971038	FETHİ ALTAY	AKAY	03.01.1990
200971065	MUSTAFA MEHMET	TÜLÜ	08.01.1990
200971094	EMRE	YILMAZ	09.01.1990
201071095	OĞULCAN	İPEK	27.01.1990
200971018	BURAK	ALTIOKKA	31.01.1990
201171056	BİLAL	ÖZCAN	31.01.1990
201171005	ANIL	GÜRSOY	01.01.1991
201071016	GÖRKEM	GÜNER	03.01.1991
201071066	FATİH EMRE	AKAR	03.01.1991
201072008	AHMET	AYMAZ	04.01.1991
200972068	ORHAN	KIZILHAN	06.01.1991
201071059	ERDEM	BERBER	07.01.1991

201071007	UFUK	TURAN	13.01.1991
201071074	MUHAMMET ABDULLAH	ALTUNKUM	16.01.1991
201072018	HÜSAMETTİN BARBAROS	GÖKHAN	21.01.1991
201172039	TURAN EMİRÇAKA	GÖKHAN	21.01.1991
200971039	FURKAN BİLAL	ÇELİK	25.01.1991
200971061	MERT	MEDE	26.01.1991
200971066	MUSTAFA	ÖZKIRAN	26.01.1991
201171107	MERT	ATEŞ	26.01.1991
200971031	EMRE	EMANET	30.01.1991
201071086	GÖRKEM	SARI	01.01.1992
201121007	ÇAĞDAŞ	KUTLU	01.01.1992
201171008	ÖZLEM	AŞICI	01.01.1992
201171021	BÜŞRA BİLGEN	İŞİAÇIK	01.01.1992
201171090	ORHAN	YAMAN	01.01.1992
201172004	BERKAY	ÖZNALBANT	01.01.1992
201172076	ÖMER FAİK	KAYHAN	01.01.1992
201071017	ERMAN	ÇEVEN	02.01.1992
201171013	CAN	ÜNAL	02.01.1992
201171097	ALİ CAN	TURAN	02.01.1992
201021019	TEKSEN	AYGÖR	03.01.1992
201121045	CEM SİNAN	ATICI	04.01.1992
201172035	YESEVİ CEM	ÜNLÜ	04.01.1992
201071041	ALİ	ALKAN	05.01.1992
201072040	TUĞHAN İSMAİL	KARAHASAN	06.01.1992
201121036	AHMET HAKTAN	KELEŞ	08.01.1992
201071029	BURAK	AYDEMİR	09.01.1992
200971073	ONUR	ÖZGÜR	10.01.1992
201071077	TUNAY	TOROSLU	10.01.1992

201172059	BURAK	ACAR	13.01.1992
201021030	BULUTHAN	BEDİR	15.01.1992
201071021	MEHMET	ARAL	15.01.1992
201121037	EBRU	ÇELİK	15.01.1992
201071065	İSMAİL ANIL	KÖKSAL	16.01.1992
201171022	OĞUZ	DERELİ	17.01.1992
201171087	İLKER	KARADENİZ	19.01.1992
201071004	BURAK	SÖNMEZ	21.01.1992
201072017	MERVE	HALAÇ	21.01.1992
200972006	AŞKIM AKTAN	DOĞAN	27.01.1992
201072048	BERKAY	NALBANTOĞLU	27.01.1992
201121001	ONUR ALPEREN	AKYÜREK	28.01.1992
201072022	YUSUF	USTA	30.01.1992
201171017	OĞUZ YASİN	SUBAŞILI	01.01.1993
201171071	ORHAN DORUKHAN	ÖZÇAKIL	01.01.1993
201172043	OKAN	ÇAKIR	01.01.1993
201172085	SAMET TOLGA	TAŞKIN	05.01.1993
201172037	BAHA	TEKELİOĞLU	07.01.1993
201172038	ENES	TEKELİOĞLU	07.01.1993
201121011	BEDRİ OĞUZ	KARAKAŞ	08.01.1993
201071085	BERKAY	TEKİN	09.01.1993
201121005	TUNA	MÜKAFAT	14.01.1993
201171055	İSMAİL BATUHAN	SAMANLIOĞLU	15.01.1993
201171053	HAKAN	VATANSEVER	18.01.1993
201121048	EGEMEN	GÜRSOY	20.01.1993
201121006	ATACAN	NEŞE	23.01.1993
201121035	MERT CAN	ANIK	25.01.1993
201121043	YUSUF OKAN	MUHASSIL	31.01.1993

201121040	OĐUZCAN	TUYĐUN	01.01.1994
201172072	GÜNEY	YILMAZ	04.01.1994
201171119	VEYSEL TUNAHAN	KAYA	22.01.1994



## Kadınların Sesleri...

NEŞE DOSTER

Bugün sazi alıp çalma işini Çinli, Iraklı, Hintli ve Alman dostlarıma bırakıyorum. Soru şu? “Kafamız oldukça karışık. Biz kadınlar kim ve neyiz?”

Çinli kadın diyor ki; “Çin’de kadın hakları kâğıt üzerinde iyi korunuyor. Cinsel taciz 2005’ten beri suç. İşveren çoğu kez cinsiyet, yaş ve görünüşe göre personel alıyor. Yasalar kadınları erkeklerden 5 yıl önce emekliye ayırarak onların gelir ve emeklilik maaşlarının düşük olmasına yol açıyor. Çinli kadın diyor ki; güçlü bir kadın mı olmalıyım, koca bulup çocuk mu doğurmalıyım, para kazanıp kariyer mi yapmalıyım, evlenip evimin kadın mı olmalıyım, zengin bir koca bulup BMW’ ye mi binmeliyim? Bu konuda kafamız oldukça karışık!”

Hintli kadın diyor ki; “Hindistan’da kadın görmezden gelinir. Baskıcı zihniyet sürdüğü için, töre cinayetlerinde öldürüldüğümüz için, hala kız çocukları daha doğmadan ana rahminde yok edildiği için, biz kadınlar kurtuluşu sporda arıyoruz. Özellikle de erkeklerin alanı sayılan halter, güreş, boks, okçuluk vb. gibi güç isteyen spor dallarına yöneliyoruz. Amacımız varlığımızı kanıtlamak ve o dallarda onlarla yarışmak. Çünkü kadının başarısı erkekte başarısızlık hissi uyandırıyor.”

Iraklı kadın diyor ki; “Bizde töre cinayetlerinin uzun bir geçmişi var. Cinayetler ya gizleniyor, ya da intihar süsü veriliyor. (oldukça tanıdık değil mi?) 1991- 2007 yılları arasında 12 bin kadın töre cinayetlerinde yaşamın yitirdi. Sevdiğine kaçtığı için ağabeyi tarafından kaçtığı kişiyle birlikte öldürülmek istenen ve ağır yaralanan Sirve için ağabeyi Hüseyin şöyle konuştu; ‘ailemizin şerefine karşı bu kadar sorumsuz davranan biri yaşamayı neden hak etsin ki? Onu reddettik, biz öldürmeyeceğiz. Allah öldürsün!’”

Alman kadın diyor ki; “Biz de eşit işe eşit ücret var. Ama bunun getirdiği bir de eşitsizlik var. Karısıyla eşit ücret alan erkek kendisini güçsüz ve savunmasız hissediyor. Bunu da şiddete, hakarete, tacize döküyor.”

İtiraftan çok inkâra meyilli toplumumuzda arkamıza yaslanalım ve düşünelim.

Çin’den, Irak’tan, Hint’ten, Almanya’dan gelen açıklama ve sözler “Çilenin Coğrafyası Yok” dedirtmiyor mu?

Aynı filmi defalarca seyrettiğimiz ülkemizde bize çok yakın ve çok tanıdık gelmiyor mu?

Genelde yaşamın hüznü yükünü yakılarak, bıçaklanarak, zehirlenerek, boğularak ortadan kaldırılan kadınlar çekmiyor mu?

Nereli olduğu önemli mi?

## PSİKOLOGUMUZ GÜL ERGÜÇ'TEN

Sevgili Gençler,

Bu yıl Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık çalışmaları kapsamında ilginizi çekeceğini umduğumuz konularda bültenler hazırlıyoruz. Bu ay ki konumuz “ POZİTİF DÜŞÜNCE

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık çalışmalarının özünü; “İnsanı diğer canlılardan ayıran en önemli özelliği gelişimi ve değişimidir.” felsefesi oluşturur. İnsanın gelişen dünyaya ayak uydurması, değişime açık olması ile mümkündür.

Yaşam değerlerimiz bizim seçimimizdir ve bunlar yaşam biçimimizi oluşturur. Elbette zamanla yaşam değerlerimizde değişimler olacaktır. Ancak bu değişimler yaşam ilkelerimizle uyum içinde olduğu sürece sağlıklı, mutlu ve huzurlu olabiliriz. Bizler değişen dünyanın koşullarına göre kendimizi geliştirip, yetiştirmekle sorumluyuz.

Keyif alarak okumanız dileğiyle .....

## POZİTİF DÜŞÜNCE

***“ Dünyanın size iyi davrandığını düşünüyor musunuz ? Dünyaya karşı tutumunuz mükemmelse , mükemmel sonuçlar alacaksınız. Dünya ile ilgili şöyle böyle hissediyorsanız bu dünyadan alacağınız karşılık ortalama olacaktır. Dünya ile ilgili olumsuz duygular beslerseniz,yaşamdan yalnız olumsuz yanıtlar aldığınızı hissedeceksiniz ”***

Jhon Maxwell

Tutum, davranışlarımıza yansıyan ve içten gelen bir duygudur. Tutumumuz, geleceğimizi belirleyen sihirli bir güçtür. Tutum çoğunlukla vucut diliyle ve yüz ifadesi ile anlatıldığından bulaşıcı olabilir. Bazen gizlenebilir ve bizi görenler aldanabilir. Ama çoğunlukla üzerimizde uzun süre kalmaz. İçimizde olanlar çok geçmeden dışımızdakileri etkileyecektir. Tutum, olumlu ve gelişmeye açık olduğunda düşünce genişler ve gelişmeye başlar.

Tutumumuz pozitif ya da negatif olabilir. Pozitif düşünce zorluklara ve engellemelere rağmen genel olarak hayatta her şeyin iyi gideceğine dair güçlü bir beklentidir. Duygusal zeka açısından iyimser bir tutum, zorluklar karşısında kişileri kayıtsızlığa, umutsuzluğa ya da depresyona karşı koruyan bir tavidir.

**Baskın düşüncelerimize karşı çekiliriz.**

Neyi düşünürsek, ona doğru hareket ederiz. İstemediğimiz bir şeyi bile düşünüyor olsak, o şeye doğru ilerleriz. Bunun nedeni, zihnimizin o düşüncelerden uzaklaşmaması, onlara doğru hareket etmesidir. Size “Büyük kulaklı, mor benekli, pembe bir fil düşünmeyiniz” dersek, zihninizi ne doldurur ? Bir fil .... çünkü zihnimiz resimlerle çalışır. Kendimize”kitabımı unutmak istemiyorum” dediğimiz zaman, zihnimizde bir unutma resmi belirir. Bunu istemiyorum dememize karşın, zihnimiz yine de o resim üzerinde çalışır ve sonunda kitabımızı unuturuz. Kendimize “kitabımı almayı hatırlamak istiyorum” dediğimizde, zihnimizde kendimizi hatırlarken resmederiz ve kitabımızı daha kolay hatırlarız.

Zihnimiz bir mıknatıstır. Her zaman istediğiniz şeyleri düşünün. İsteddiğiniz şeyleri düşünmeye devam edersek ona doğru hareket ederiz.

## **Düşüncelerimiz yaşama nasıl yaklaştığımızı belirler.**

Bir büyükanne ve büyükbaba torunlarını ziyarete gider. Büyükbaba her öğleden sonra uyur. Bir gün çocuklar şaka yapmak için onun bıyıklarına yumuşak ağır kokulu bir peynir sürer. Büyükbaba kısa sürede bir koku alarak uyanır.”Bu oda niye kokuyor? diye hiddetle söylenir. Kalkar kalkmaz mutfağa gider. Çok geçmeden mutfağında koktuğuna karar verir ve böylece temiz hava almak için dışarıya yönelir. Dışarı çıktığında da onu bir süpriz bekler. Açık hava da onu ferahlatmaz ve büyükbaba herkese ilan eder : “Tüm dünya kokuyor!”

Bu durum yaşam için de doğrudur. Tutumlarımızda peynir taşıdığımızda tüm dünya bize kötü kokacaktır.

## **Ne göreceğimizi biz seçeriz.**

Mutlu olmak için iyi şeyler görmek gerekir. Camdan dışarıyı seyreden iki insandan biri güzel manzarayı görürken diğeri kirli pencereyi görür.

Ne kadar mutlu olduğumuzu belirleyen hayatta başımıza gelenlerden çok, başımıza gelenlere nasıl tepki verdiğimizdir.

## **Tutumumuz insanlarla ilişkimizi belirler.**

Hepimizin hayatında çok neşeli, keyifli, hoş sohbet diye nitelendirdiğimiz insanlar vardır. Bu insanlarla beraber olduğumuzda neler hissederiz ? Bir de çok karamsar, eleştiren, problem yaratan insanlarla beraber olduğumuzda neler hissettiğimizi bir düşünelim. Hayatımızda hangi tür insanlarla beraber olmak isteriz ? Siz bunlardan hangisine benziyorsunuz? Pazartesi sabahı işinize veya okulunuza gittiniz. Hangi tip insanlarla karşılaşmak size fayda sağlar.

Bir hafta boyunca karşılaştığınız herkese, istisnasız olarak yeryüzündeki en başarılı kişiymiş gibi davranın. Onların da size aynı şekilde davranmaya başladıklarını göreceksiniz. İnsanlara olumlu mesajlar verdikçe karşılığında o insanlarda olumlu değişiklikler olacak ve bize karşı olumlu davranacaklardır.

## **Çoğu kez başarı ve başarısızlık arasındaki tek fark tutumumuzdur.**

Tarihte büyük başarılar, alanlarında diğerlerinden yalnızca biraz daha üstün olan insanlarca gerçekleştirilmiştir. Küçük farklılıklar bazen büyük farklar yaratır. Küçük farklılıklar tutumdur. Büyük fark ise onun olumlu ya da olumsuz olduğudur.

## **Bir işin başlangıcındaki tutumumuz işin sonucunu diğer herşeyden daha fazla etkileyecektir.**

Antrenörler, takımları zorlu bir rakiple karşılaşmadan önce doğru bir tutum oluşturmaya çalışırlar. O takımı yenebileceklerine inandırırırlar. Çünkü başlangıçtaki olumlu tutum, sonraki başarıyı getirir. Sizce Atatürk Kurtuluş Savaşı'nda pozitif düşünmese ve Türk halkının da olumlu tutum geliştirmesini sağlamasaydı, böyle büyük bir mucizeyi gerçekleştirebilir miydi ?

Çoğu kez geleceğin koşullarını yepyeni birer fırsat olarak değil de yaşamın günbatımı olarak görme hatasına düşeriz.

Bir adaya ayakkabı satmak için gönderilen iki satıcının öyküsünü çoğumuz biliriz. İlk satıcı adaya varıp da kimsenin ayakkabı giymediğini görünce donakalır. Hemen Chicago'daki merkez büroya telgraf çeker "Yarın eve dönüyorum. Burada kimse ayakkabı giymiyor."

İkinci satıcı aynı gerçek karşısında heyecanlanır. Hemen Chicago'daki merkez büroya telgraf çeker "Lütfen bana 10.000 ayakkabı gönderin. Buradaki herkesin ayakkabıya ihtiyacı var."

Unutmayın " İyi başlayan her şey iyidir."

## **Tutumumuz, sorunlarımızı nimetlere dönüştürebilir.**

Bir engelle bir fırsat arasındaki fark nedir? Elbetteki takındığımız tutum ve bakış açımızdır. Olumlu düşünceye sahip kişi, güç bir durumla karşılaştığında bu durumdan en iyi şekilde yararlanır. Yaşam bir bileği taşına benzer. Sizi ezecek mi, parlatacak mı, bu sizin yapınıza bağlıdır.

Napolyon'un okul arkadaşları onun alçakgönüllü doğası ve yoksulluğu yüzünden alay ettiklerinde o, kendini tümünden kitaplarına adadı. Derslerde arkadaşlarını geçti ve onların saygısını kazandı. Çok geçmeden sınıfın en akıllısı kabul edildi.

Büyük liderler kriz zamanlarında doğarlar. Başarılı insanların hayat hikayelerinde onları zorlayan korkunç sorunları defalarca görürüz. Yanıtları bulurlar ve kendi içlerinde büyük bir gücün varlığını keşfederler.

Mükemmel bir tutum diye bir şey yoktur. Tutumlarımızın, yaşamımızdaki her değişiklikte birlikte sürekli düzenlenmesi gerekir. Bir çifcinin katırının tutumu buna iyi bir örnektir. Katır bir gün boş bir çukura düşer. Katırına düşkün olan çifci onu kuyudan

çıkartmak için aklına gelen her şeyi dener. Sonunda hayvanı kurtarmanın olanaksız olduğuna karar veren çifci, katırı çukura gömmeye başlar. Bu arada çukurun içine dolan toprağın üstüne basarak yükselir. Bir kaç kamyon topraktan sonra zafer kazanmış gibi en tepeye çıkar ve yürür gider.

## **Pozitif Düşünce Geliştirebilmek İçin Neler Yapabiliriz ?**

Bizler farklı bireyler olarak doğarız. Aynı anne babaya, aynı çevreye ve aynı eğitime sahip iki çocuk bile birbirinden farklıdır. Her kişinin sergilediği farklı tutumlar vardır. İnsanlar mizaç özelliklerine ve yakın çevrelerinden aldıkları mesajlara göre tutumlar geliştirirler. Yaşamın ilk yıllarında oluşturduğumuz duygu ve tutumlar bizim bir parçamız olur. Yanlış bile olsalar, kendimizi onlarla rahat hissederiz. Bir şeyi yanlış öğrenmek ve sonra onu unutarak yeniden öğrenmek, başlangıçta doğru öğrenmekten çok daha zordur. Bu elbette tutumlarımız için de geçerlidir. Erken yaşlarda duyumsadığımız ve kabul ettiğimiz şeyler biz daha iyisini bilsek ve değişmeyi arzulasak bile, ısrarla bizi bırakmamaya çalışırlar. Burada önemli olan kendi benlik imajımız ( algımız ) üzerinde düşünmektir.

“ İnsan ne olduğunu düşünüyorsa odur” Bizler benlik imajımıza uygun hareket ederiz. Davranışlarımız kendimizi nasıl algıladığımızı bağıdır. Başkalarının bizi nasıl gördüğü bizim kendimizi nasıl göreceğimizi etkilediği gibi bizim kendimizi nasıl gördüğümüz de başkalarının bizi nasıl göreceğine yansır. Biz kendimizi seversek bu başkalarının bizi sevmesi olasılığını güçlendirir. Benlik imajı tutumlarımızın oluşumunun temel taşıdır.

Onbir yaşında da olsanız, yirmi iki yaşında da olsanız ya da yetmiş yaşında da olsanız, yaşama karşı tutumunuz hala oluşum içindedir. Bu nokta da tutumunuzu belirleyen etkenleri anlayarak, siz ve sizin etkilediğiniz kişilerin yaşama karşı daha sağlıklı ve olumlu bir bakış açısı kazanmalarını sağlayabilirsiniz.

## Özetle ;

Düşünceleriniz pozitif olsun

Çünkü düşünceleriniz sözleriniz olur,

Sözleriniz pozitif olsun,

Çünkü sözleriniz davranışlarınız olur.

Davranışlarınız pozitif olsun,

Çünkü davranışlarınız alışkanlıklarınız olur.

Alışkanlıklarınız pozitif olsun,

Çünkü alışkanlıklarınız değerleriniz olur.

Değerleriniz pozitif olsun,

Çünkü değerleriniz kaderiniz olur.

Gandi



## “AKUT DEPREM BİLİNÇLENDİRME SEMİNERİ”

Ülkemizde deprem acılarının şiddetli yaşandığı 99 depreminin izlerini hala silmeye çalıştığımız bu günlerde birde Van depreminin ülkemizi sarsması en az ülkemizi olduğu kadar Piri Reis Üniversitesini de derinden etkilemiştir ve bu konudaki hassasiyetimizi “Van’a Yardım Elini Uzat” kampanyasıyla gösterip depremden etkilenen Van halkına desteğimizi gösterdik.Ardından Üniversitemizdeki öğrencilerimizi bilinçlendirmek adına Gönüllü AKUT üyesi Hazırlık sınıfı öğrencimiz Hasan Yaman YALÇIN’ında desteği ile AKUT’u(Arama Kurtarma Derneği) okulumuza davet ettik.AKUT davetimizi geri çevirmeyip AKUT Eğitim Birimi Seminer Grubu Anadolu Yakası Sorumlusu olan Sayın Meltem SELÇUK’u görevlendirdi.Bizlerde Meltem hanımı 30 Kasım Çarşamba günü konferans salonunda öğrencilerimizle buluşturduk.Meltem Hanım bizlere deprem öncesi,deprem sırası ve deprem sonrasında neler yapmalıyız konulu 50 dakika süren bir bilinçlendirme semineri verdi.Seminer sonunda Meltem Hanım öğrenci ve öğretim üyelerimizin sorularını cevapladıktan ve Denizcilik Fakültesi Dekanımız Prof.Dr.Süleyman ÖZKAYNAK tarafından kendisine teşekkür plaketi verildikten sonra herkesi Gönüllü AKUT üyesi olmaya davet etti.

### AKUT KİMDİR?

Ülkemizde arama kurtarma konusunda ilk sivil toplum örgütü olan dernek,1996 yılında kurulmuş ve gönüllülük ilkesiyle faaliyet göstermektedir. [Türkiye](#)'de, özellikle [dağcılık](#) sporunda kaza geçiren veya kaybolanların arama ve kurtarılmaları konusunda [uzmanlaşmış](#) bir kurumun bulunmamasından kaynaklanan boşluğun doldurulması, derneğin kuruluş amacıdır. [1994](#) yılında yaşanan bir dağ kazasının ardından, [Ali Nasuh Mahruki](#)'nin önemli çabaları ile bir araya gelen gönüllü [dağcılar](#)ın oluşturduğu bu topluluk, ilk kez [1995](#) yılı [Aralık](#) ayında [Uludağ](#), Keşiştepe'de yapılan bir arama operasyonunda AKUT adını kullanmış ve yoğun sis, dondurucu soğuk ve kar yağışına rağmen mahsur kalan kişiler kurtarılmıştır. Dernek, [1997](#) yılından itibaren kuruluş amacının yanında diğer [doğal afetlerde](#) de [arama kurtarma](#) çalışmalarına katılmaya başlamıştır. [15 Ocak 1999](#) tarihinde, [Bakanlar Kurulu](#) tarafından "kamu yararına çalışan dernek" statüsü verilmiştir. Türkiye'nin tam anlamıyla AKUT ile tanışması, [1999 Gölcük Depremi](#) sonrasında olmuştur. AKUT [1999](#) yılında; [Birleşmiş Milletler](#)'in [arama kurtarma](#) organizasyonu olan [INSARAG](#)'a üye olmuş, 2011 yılında [INSARAG](#) gözetmenlerinin denetiminde [İstanbul](#)'da yapılan sınavı geçerek uluslararası bir arama kurtarma derneği statüsüne kavuşmuş sadece ülkemizin değil aynı zamanda dünyanında hizmetinde olan bir arama kurtarma derneği haline gelmiştir.Ayrıca [Uluslararası Kurtarma Köpekleri Organizasyonu \(IRO\)](#) üyesidir. Yurtdışında [Yunanistan](#), [Tayvan](#), [Mozambik](#), [Hindistan](#), [İran](#),[Pakistan](#), [Haiti](#)

ve [Japonya](#)'daki [afetlerde](#) görev almıştır.AKUT Őuanda ũlkemizde ve dũnyada meydana gelen her tũrlũ doğal afette insanların yardımına koŐmaya hazırdır.Őu ana kadar AKUT ũlkemizde bulunan 27 ekibiyle 1055 adet Arama Kurtarma Gŕevinde bulunmuŐ ve 1428 kiŐiyi kurtarmıŐtır.AKUT ile ilgili daha ayrıntılı bilgi almak ve her tũrlũ acil durumda arayabilceğiniz Telefon numarası: 0212-217-04-10 Adres: Esentepe Bũyũkdere Cad. No:120 34394 İstanbul yada okulumuzun Beta 1 sınıfından AKUT KAG(Kŕpekli Arama Grubu) Birimi Gŕnũllũsũ Hasan Yaman Yalçın ile bağlantıya geğebilirsiniz. “KURTARILAN HER HAYAT GELECEğİMİZDİR ,GELECEğİMİZİ BİRLİKTE KURTARALIM” AKUT [www.akut.org.tr](http://www.akut.org.tr)

## Yararlanılan Kaynaklar

- Shapiro Lawrence E. Yüksek EQ'lu Çocuk Yetiřtirmek. Varlık Yayınları. İstanbul 1999
- N. Maxwell John C. Kazanan Tutum. Sistem Yayıncılık. İstanbul 1996
- Matthews Andrew. Mutlu Olmak. hyb Yayınları Ankara 1999
- şahin Nesrin. Çocukları Duyarlı Kılmak . Türk Psikoloji Bülteni 4 (9)
- Goleman Daniel. Duygusal Zeka. Varlık Yayınları. İstanbul 1996