

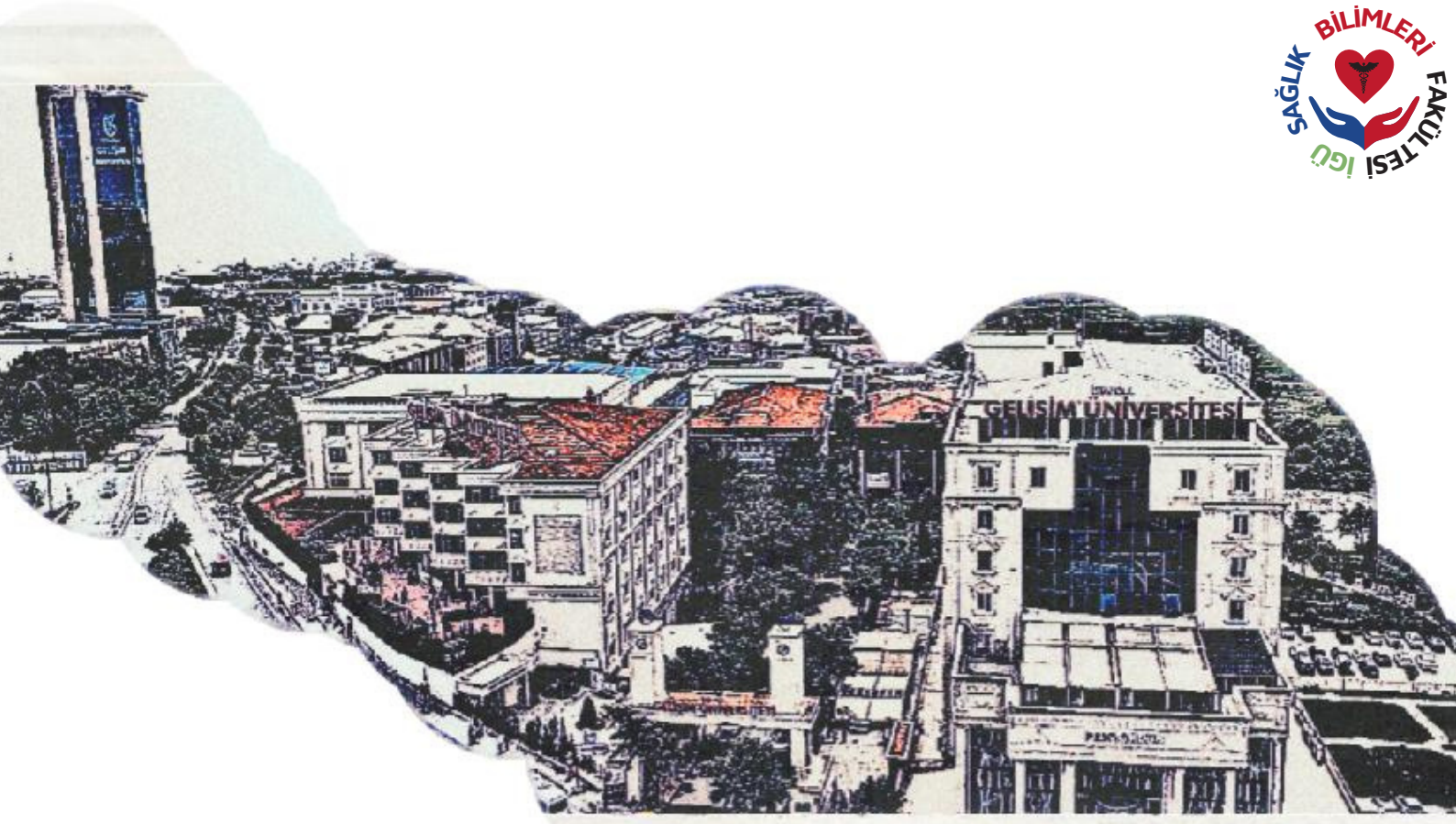


# İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ



AYLIK ETKİNLİK VE HABER BÜLTENİ

TEMMUZ 2021 | SAYI 7 | CİLT 1



## İÇİNDEKİLER

|   |       |
|---|-------|
| Resmi Sosyal Medya Hesaplarımız.....                      | 3     |
| Fizyoterapi ve Rehabilitasyon.....                        | 4     |
| Neden İGÜ'de Sosyal Hizmet.....                           | 5     |
| Odyoloji Bölümü.....                                      | 6     |
| Neden Sağlık Yönetimi Bölümünü Tercih Etmeliyim?.....     | 7     |
| Beslenme ve Diyetetik Bölümü.....                         | 8     |
| Dil ve Konuşma Terapisi.....                              | 9     |
| İstanbul Gelişim Üniversitesi Online Tanıtım Günleri..... | 10    |
| Amerika'da Sağlık ve Pandemi.....                         | 11-12 |
| Kim Kimdir?.....  | 13    |
| Duyarlı Sınıf Program Yaklaşımı ve Özellikleri.....       | 13    |
| Aşırı Sıcakların Sağlık Üzerindeki Zararlı Etkileri.....  | 14    |
| Temmuz Ayı Önemli Günler.....                             | 15    |

**THE**  
TIMES HIGHER EDUCATION  
IMPACT RANKINGS 2020



Saygın uluslararası yükseköğretim derecelendirme kuruluşu Times Higher Education, (THE) üniversitelerin toplumların sürdürülebilir kalkınmasına yaptığı katkıları ölçmeyi hedeflediği 'Etki Sıralaması 2021' (Impact Ranking 2021) için 98 ülkeden 1240 başvuru aldığını açıkladı. 'Kaliteli Eğitim' kategorisinde İstanbul Gelişim Üniversitesi, dünya çapında 1240 üniversite arasından 24'üncü olarak büyük bir başarının sahibi oldu. Üniversite aynı zamanda sıralamaya Türkiye'den katılan 45 üniversiteyi ise geride bırakarak 1'inciliği göğüsledi.

### Times Higher Education 2021 Türkiye Etki Sıralaması

"Nitelikli Eğitim" kategorisindeki ilk 10 üniversite Türkiye'de şu şekilde;

1. İstanbul Gelişim Üniversitesi
2. İstanbul Teknik Üniversitesi
3. Atatürk Üniversitesi
4. Bahçeşehir Üniversitesi
5. Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi
6. Abdullah Gül Üniversitesi
7. Aksaray Üniversitesi
8. Boğaziçi Üniversitesi
9. Kadir Has Üniversitesi
10. TED Üniversitesi

Üniversitelerin aldığı puanların genel ortalamasına göre sıralama:

1. Abdullah Gül Üniversitesi
2. İstanbul Teknik Üniversitesi
3. İstanbul Gelişim Üniversitesi
4. Orta Doğu Teknik Üniversitesi
5. Özyeğin Üniversitesi
6. Boğaziçi Üniversitesi
7. Erciyes Üniversitesi
8. Hacettepe Üniversitesi
9. İstanbul Bilgi Üniversitesi
10. Bahçeşehir Üniversitesi

OFFICIAL SOCIAL  
MEDIA ACCOUNTS



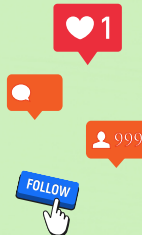
[igu\\_sbf](#)



[igu\\_sbf](#)



[İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi](#)



FOLLOW

US!

# Fizyoterapi ve Rehabilitasyon

TÜRKÇE  
VE  
İNGİLİZCE

## Mesleğin Tarihiçesi

Fizyoterapistlik mesleğinin temelleri oldukça eskiye dayanır. M.Ö. 460'lı yıllarda, önce Hipokrat, daha sonra Galen, masaj, manuel terapi teknikleri ve hidroterapiyi hastaların tedavisi için ilk uygulayan kişiler olarak tarihe geçmişlerdir. 18. yüzyılda ortopedi biliminin gelişmesinden sonra, eklemlerin sistematik egzersizlerinde kullanılmak üzere Avrupa'da başta İsveç, Norveç, Hollanda ve Almanya gibi ülkelerde sağlığı artırmak amacıyla tıbbi masaj ve bazı jimnastik hareketleri kullanılmaya başlanmıştır.

**Fizyoterapistler**, hekim tarafından tanısı konulan hastaların fizyoterapi ve rehabilitasyon programlarını planlayan ve uygulayan, sağlıklı kişilerde egzersiz ve rehabilitasyon programları ile fiziksel uyumu artırarak hastalık ve yaralanmaları önleyen, 4 yıllık lisans eğitimini tamamlayan profesyonel sağlık çalışanlarıdır. Fizyoterapinin, tıbbin pek çok alanına uygulanabilen bir bilim olması nedeniyle, fizyoterapistler; nöroloji, nöroşirürji, ortopedi, genel cerrahi, pediatri, kardiyoloji, kardiyovasküler cerrahi, romatoloji, kadın hastalıkları ve doğum ve spor bilimleri dallarında hasta tedavisi yapabilir.

## Mezunların Çalışma Alanları

- Yataklı Tedavi Merkezleri (Üniversite, Kamu ve Özel Hastaneler)
- Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri
- Spor Kulüpleri
- Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezleri
- Üniversiteler, Araştırma Enstitüleri
- Kaplıca Merkezleri
- Ağrı Merkezleri
- Belediyeler
- Amaca Yönelik Özel Klinikler
- Tıp Merkezleri

## Fizyoterapistlik Mesleğinin Gerekirdiği Özellikler

Her meslek gibi fizyoterapistlik mesleğinin de görev ve sorumluluklarını yerine getirebilmek başarılı bir fizyoterapist olabilmek için bazı kişisel özelliklere sahip olmak gerek. Bunların bazıları meslekte tecrübe ile geliştirilebilir ancak bu mesleği tercih etmeden önce insanlara yardım etmeyi, insanlarla sabırlı ve iyi iletişim kurmayı sevmek sahip olunması gereken en önemli özelliklerdir.

En önemli ilerleme ise 19. Yüzyılda başlamıştır. 19. yüzyılın başında, Amerika Birleşik Devletleri'nde başlayan Poliomyelit (çocuk felci) epidemisi sonucu Amerika'lı ortopedistlerin, fiziksel yetersizliği olan poliomyelitli çocukları tedavi etmeye başlamaları, fizyoterapistlik mesleğinin gelişiminde büyük bir çığır açmıştır. 2.Dünya Savaşı'ndan dönen yaralı askerlerin rehabilitasyon süreçleriyle de mesleğin gelişimi hız kazanmıştır. 1980'lerde WCPT (Dünya Fizyoterapi Konfederasyonu) Afrika dahil tüm ülkelerde fizyoterapi lisans eğitim programının üniversitelerde en az 4 yıl süre ile verilmesini ve bağımsız olarak onaylanıp akredite edilmesini önermiştir.

Türkiye'de fizyoterapistlik mesleğinin temeli, ilk kez onursal rektör Prof. Dr. İhsan Doğramacı tarafından Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon yüksekokulunun 1961 yılında kurulmasıyla atılmıştır. O günlerden bugünlere çalışma alanları çeşitlenmiş, branşlara yönelik çalışmalar artıkça fizyoterapist ihtiyacı da artmıştır.

## SOSYAL HİZMET?

**Neden İGÜ'de Sosyal Hizmet Bölümü?**

Sosyal Hizmet bölümü öncelikle, öğrencilerin insan hakları odaklı bakış açısını kazanmış olarak mezun olmalarını hedeflemektedir. Bölüm öğrencileri, eğitimleri süresince farklı gruplara yönelik sosyal hizmet geliştirme konusunda dersler almakta, mesleki uygulamaya çıkarak teorik bilgiyi uygulamaya geçirme imkânı bulmaktadır. Dönemin ihtiyaçlarına cevap verecek biçimde güncellenen ders programı ve ders içerikleri, bölüm öğrencilerini yaşadığı mahalle düzleminden kente, ulusal ve uluslararası konjunktürde cereyan eden gelişmelere duyarlı kılmakta, ortaya çıkan sorunlara çözüm üretmeye davet etmektedir. Bölüm, kentleşme ve çevre sorunları, iklim değişikliği, göç ve mültecilik gibi acil müdahale gerektiren sorunların çözümüne yönelik hizmet üretebilecek nitelikli sosyal hizmet uzmanı gereksinimine cevap verir şekilde mezunlar vermeye ilke edinmektedir.

**Hangi Sosyal Hizmet Alanlarına Yönelik Eğitim Verilmektedir?**

Genelci sosyal hizmet çerçevesinde alınan kapsamlı eğitim ile sosyal çalışmacılar çocuk, yaşlı, engelli, genç, kadın, mülteci, suçlu ve yoksul bireylere yönelik hizmet veren devlete ait kamu kurum ve kuruluşlarında, yine aynı alanlarda hizmet veren özel kurum ve kuruluşlarda, sivil toplum kuruluşlarında, sosyal yardım platformlarında, bölgesel düzeyde hizmet veren kurumlarda istihdam edileceği gibi akademik kariyer yapabilme imkânına da erişmektedirler.

**Mezunlar Sosyal Hizmet Uzmanı/Sosyal Çalışmacı Olarak Hangi Kurum ve Kuruluşlarda İstihdam Ediliyorlar?**

Sosyal Hizmet Merkezleri, Çocuk Yuvaları, Sevgi Evleri, Çocuk Destek Merkezleri, Çocuk Evleri, Yetiştirme Yurtları, Huzurevleri, Kadın Sığınma Evleri, Şiddet Önleme ve İzleme ve Merkezleri, Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezleri, Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi, Hastaneler, Ana Çocuk Sağlığı ve Aile Planlaması Merkezleri, Adalet Bakanlığı, Cezaevleri, Aile Mahkemeleri, Çocuk Mahkemeleri, Üniversiteler, Belediyeler, Sivil Toplum Kuruluşları ve Vakıflar, Toplum Sağlığı Merkezleri, İl ve İlçe Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakıfları, İŞKUR , Kreş ve Gündüz Bakımevlerinde istihdam ediliyorlar.

**İstanbul Gelişim Üniversitesi ve Sağlık Bilimleri Fakültesi Olanakları Nelerdir?**

- AHPGS Uluslararası Akreditasyonu
- Ücretsiz Çift Anadal Programı (ÇAP)
- İngiltere'de bulunan anlaşmalı dil okullarında yabancı dilini geliştirmek isteyen öğrencilerin ulaşım masrafları karşılanmaktadır.
- Öğrencilere akademik destek, proje ve patent başvuru imkânı sağlanmaktadır. Bir fikri olan öğrencimiz, çalışmasını bir danışman öğretim elemanı seçerek projelendirebilir. Patentini alabilir ve bu süreçte hiçbir masraf ödemez.
- Bölümü birincilikle bitiren öğrencimize, bölümünde araştırma görevlisi olması için destek verilmektedir.
- Mezun olduğunda ofisini açmak isteyen öğrencimize, ihtiyaç duyduğu ofis mobilyalar üniversitemiz tarafından sağlanmaktadır.
- Erasmus+ Öğrenim Hareketliliği İmkânı

Odyoloji tanım olarak işitme bilimini ifade etmektedir. Odyoloji; her yaş grubu için işitme ve denge bozukluklarının tanınmasına ve önlenmesine yönelik çalışmaları, uygun cihaz seçimi ve uygulaması da dahil olmak üzere rehabilitatif / rehabilitatif tedavi yaklaşımlarını içeren bir bilim dalıdır.

Odyoloji bölümünün amacı, işitme ve denge bozukluklarının tanısı ve rehabilitasyonu ile ilgili çalışan ve "Odyolog" unvanı verilen sağlık mensupları yetiştirmektir. Bölümümüz lisans programı öğrencilerine, yüksek bilgi standartları, klinik hizmetler ve araştırma koşullarını sunarak halka en iyi hizmeti sunabilmelerini amaç edinmiştir.

## ODYOLOĞUN GÖREVLERİ NELERDİR? ODYOLOGLAR İÇİN KARIYER OLANAKLARI NELERDİR?

Odyoloğun Görevleri:

- İşitme sağlığının korunması ve işitme kaybının önlenmesine yönelik çalışmalar,
- İşitme ve denge bozukluklarının değerlendirilmesi ve rehabilitasyonu,
  - İşitme rehabilitasyonunda kullanılacak cihazların seçimi ve programlaması,
  - İşitsel algı değerlendirmeleri ve rehabilitasyonu,
- İşitme tarama programlarında görev alma ve testleri uygulama,
- Odyolojik test sonuçlarını yorumlama ve sonuçları raporlama,
  - Koklear implant adayları değerlendirmeleri ve takibi,
  - Koklear implant ayarı ve takibi,
- Gürültü ölçümleri yapma ve işitme sağlığını koruyucu bilgilendirmelerde bulunma,
- İşitme ile ilgili eğitim programları hazırlama olarak sıralanabilir.

Odyologlar, kamu hastanelerinde, özel hastanelerde, özel muayenehanelerde, kulak burun boğaz merkezlerinde, işitme cihazı üretim ve satış merkezlerinde, koklear implant firmalarında, özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde, işitme engelliler okulunda, üniversiteler ve araştırma merkezlerinde, endüstriyel firmalarda, okullarda, huzurevlerinde mesleklerini gerçekleştirebilirler.

Mezunlarımız pediatrik odyolog, eğitim odyoloğu, klinik ve rehabilitasyon odyoloğu, endüstriyel odyolog gibi unvanlar alarak farklı sektörlerde çalışabilmektedir. Bölüm mezunlarımız, akademik kariyer yapmayı amaçlıyorsa yüksek lisans ve doktora programlarına başvurabilirler.

Odyoloji bölümünü seçmeyi düşünen adayların hasta insanlara yardım etmeyi seven, sorumluluk sahibi, empati kurma becerisi kuvvetli, hayat boyu öğrenmeye açık, ayrıntıyı algılama ve yoğun dikkat yeteneği olan, insanlarla iyi ilişkiler kurabilen, görsel ve işitsel algısı yüksek, dikkatli, titiz, hoşgörülü ve sabırlı kimseler olmaları meslekteki başarılarını arttıracaktır.

## ODYOLOJİ BÖLÜMÜNÜN ÖNE ÇIKAN ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

Odyoloji Bilimi göreceli olarak yeni bir bilim dalıdır. Bu nedenle özel ve kamu kurumlarında odyolog olarak çalışmak için geniş olanaklar mevcuttur. Yeni bir bilim dalı olmasına karşın odyoloji alanında yüksek lisans ve doktora yapma olanağı bulunmaktadır. Odyoloji Bölümü eğitim akreditasyonunu tamamlamıştır. Eğitim akreditasyonu, müfredatın periyodik olarak güncellenmesi, eğitim süreçlerine öğrencilerin dahil edilmesi ve sürekli görüşlerinin alınmasını gerektirmektedir.

Üniversitemizde 2019-2020 eğitim yılı, güz yarıyılında, ilk dönem Odyoloji Yüksek Lisans öğrencileri eğitimlerine başlamışlardır. Tezli yüksek lisans programının bulunması özellikle akademik alanda ilerlemek isteyen öğrenciler için önemli bir katkı sağlamaktadır.

Fakültemiz bünyesinde görev yapan ve aynı zamanda işitme ve denge bozuklukları olan bireylerle çalışan yetkin uzman kadromuz, hem teorik hem de uygulama alanında öğrencilerimize yol göstermek için çalışmaktadır.

## ODYOLOJİ BÖLÜMÜNDE LABORATUVAR OLANAKLARI NELERDİR?

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Odyoloji Laboratuvarında erişkin ve çocuk hastalarda detaylı işitme değerlendirmesi, denge değerlendirmesi/rehabilitasyonu ve yenidoğan işitme taraması eğitimleri yapılabilmektedir.

Laboratuvarımızda; Saf Ses Odyometri, Konuşma Odyometrisi, Serbest Alan Odyometrisi, Oyun Odyometrisi, Görsel Şartlandırılmış Odyometri, Timpanometri, Akustik Refleks Testi, Östaki Tüp Fonksiyon Testi, Refleks Decay, Otoakustik Emisyon Testleri, İleri Elektrofizyolojik Testler, Videonistagmografi (VNG), Kalorik Test, Video Head Impulse Testi (V-HIT) ve REM cihazı ile yapılan testler gerçekleştirilebilmektedir.

İşitme ve denge kayıplarının erken teşhis edilmesi ve uygun tedavinin rehabilitatif yaklaşımla gerçekleştirilmesinde yetkin bireyler yetiştiren bölümümüz yenilikçi, girişken ve mesleki etik ilkelere sahip odyologlar yetiştirmeye ve başarılarını her geçen gün arttırmaya devam edecektir. Sağlık Bilimleri Fakültesi Odyoloji Bölümü ailemize bekliyoruz, sizlerle yeni bir başlangıç için çok heyecanlıyız.



# NEDEN SAĞLIK YÖNETİMİ BÖLÜMÜNÜ TERCİH ETMELİYİM?

Sağlık hizmetlerinde hekim, hemşire gibi kliniğe odaklanmış meslek gruplarının önemi yadsınamaz. Ancak bunların yeterli sayıda ve istenilen kalitede var olması ülke sağlık sorunlarının çözümünde yeterli olmamaktadır. Çünkü sorunların büyük bir bölümü yanlış yönetimden kaynaklanmaktadır ve bu aşamada sağlık kurum ve kuruluşlarının planlama, örgütleme, yürütme, koordinasyon ve kontrol süreçlerini yöneten ve sağlığa ayrılan kaynakların etkili ve verimli kullanımından sorumlu kişiler olan Sağlık Yöneticilerine ihtiyaç vardır. Bu kapsamda, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sağlık Yönetimi bölümü, sağlık kurum ve kuruluşlarının ihtiyaç duyduğu farklı düzeydeki sağlık yöneticilerinin yetişmesine katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Sağlık Yönetimi lisans programını başarı ile tamamlayan öğrencilerimize "Sağlık Yöneticisi" unvanı verilmektedir.

Sağlık Yönetimi bölümü ders müfredatı birinci yarıyıldan itibaren genel kültür bilgisi, yönetim alan bilgisi, sağlık yönetimi alan bilgisi ve sağlık yöneticisi meslek becerisi alanlarına yoğunlaşmıştır. Teorik derslerin yanı sıra, zorunlu yaz dönemi stajı ve alan çalışması ile öğrencilerimize mesleki deneyim kazandırmak hedeflenmektedir. Sağlık Yönetimi bölümü sektör ile işbirliğini hedeflemiş ve AHPGS Akreditasyon Kurumu tarafından akredite edilip, eğitim programlarını buna göre yapılandırılmıştır.

Sağlık Yönetimi mezunlarının özel ve kamu sağlık kurumlarında çalışmak için geniş olanakları mevcuttur. Mezunlarımız tıbbi kurum ve kuruluşların her alanındaki yönetim birimlerinde, kamuya ve özel sektörlere ait sağlık kurum kuruluşlarında, sağlık turizmi alanında, sağlık hizmetlerinin tanıtım, pazarlama, kurumsal iletişim alanlarında ve üniversitemizin bünyesinde bulunan Yüksek Lisans programları ile akademisyen olarak kariyerlerine devam edebilirler. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Yöneticileri Kulübü tarafından aktif olarak etkinlikler düzenlenmekte ve böylece öğrenciler ile sektörde çalışmakta olan Sağlık Yöneticileri bir araya getirilmektedir.

National Portrait Gallery

PRESENTED BY  
HRH THE DUCHESS OF CAMBRIDGE  
NATIONAL PORTRAIT GALLERY

HOLD STILL

CO OP

A PORTRAIT OF OUR NATION IN 2020  
EXPLORE THE FINAL 100 PORTRAITS  
NPG.ORG.UK/HOLD-STILL

SUPPORTED BY  
CO-OP FOOD GROUP

Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Huri Özkarabulut

Değişen hayat şartları ve yeni teknolojilerin kullanımı ile hızla güncellenen beslenme alanında en son çalışmalar nutrigenomiğin ve kişiye özel diyetin gerekliliğini ön plana çıkarmıştır. Bununla beraber mikrobiyotanın hastalıklarla ilişkisinin kanıtlanmış olması, sağlıklı mikrobiyotanın yapılandırılması, fonksiyonel besinlerin tüketimi, antioksidanların, posa ve probiyotiklerin doğru tercihi konularının önemi de artmıştır. Beslenme biliminin görevlerinden biri de toplum beslenmesi ile ilgili sürdürülebilir planlar oluşturmak ve bu projeleri hayata geçirmektir. Sadece bireyi değil, toplum beslenmesini de inceleyen beslenme bilimi, sürdürülebilir beslenme, alternatif besin kaynakları ve uzayda beslenme gibi konularda da çalışmaktadır.

**Beslenme ve Diyetetik, toplumun her kesiminden bireylerin sağlığının korunması ve yaşam kalitelerinin artırılması için araştırmalar yapan, sürekli öğrenmeyi gerektiren, öğrenilen bilgileri etik kurallar çerçevesinde uygulamaya dayalı bir bilim dalıdır.**



### BÖLÜMÜN TARİHÇESİ

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu bünyesinde 2012-2013 Öğretim Yılında Beslenme ve Diyetetik Türkçe Bölümü olarak öğrenci kabulüne başlayan Beslenme ve Diyetetik Bölümü, ilk mezunlarını 2015-2016 Eğitim ve Öğretim yılında vermiştir. Aynı yıl, Beslenme ve Diyetetik İngilizce Bölümü de öğrenci kabulüne başlamıştır. 2016-2017 yılında İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü bünyesinde Beslenme ve Diyetetik Bölümü Tezsiz Yüksek Lisans Programı açılmıştır.

2017 yılında, Beslenme ve Diyetetik Bölümü sağlık, sosyal bilimler gibi dallarda verilen eğitimlerin akreditasyonunu yapan Almanya merkezli Accreditation Agency in Health and Social Sciences (AHPGS) tarafından Sağlık Bilimleri Yüksek Okulu bünyesinde akreditasyon almaya hak kazanan bölümlerden biri olmuştur. 25.11.2020 tarihli 31315 sayılı Resmî Gazetede yayınlanan 3203 sayılı Cumhurbaşkanı Kararı ile "Sağlık Bilimleri Yüksekokulu" "Sağlık Bilimleri Fakültesine dönüştürülmüştür. 2020-2021 Eğitim-Öğretim yılında İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi bünyesine dahil olan Türkçe ve İngilizce Beslenme ve Diyetetik Bölümleri güncel müfredatları ile diğer sağlık profesyonelleriyle ortak çalışabilen diyetisyenler yetiştirmeyi hedeflemektedir.

### LABORATUVAR OLANAKLARI

Son teknoloji cihazlar ile donatılmış laboratuvarlarımızda uygulamalı derslerimizi gerçekleştiriyoruz ve 2. ve 4. sınıflarda ise yoğun bir şekilde alan uygulamaları yapıyoruz. Beslenme ve Diyetetik Türkçe ve İngilizce Bölümlerine ait Besin Analizleri Laboratuvarı (C-Blok 013 numaralı lab), Mutfak Laboratuvarı (C-Blok-019 numaralı lab), Antropometri Laboratuvarı (C-Blok 002 numaralı lab) olmak üzere 3 tane laboratuvar bulunmaktadır.

### ÇALIŞMA ALANLARI

Multidisipliner, çok yönlü eğitimle mezunlarımız; besin sanayisi, Arge kurumları, anne ve çocuk beslenmesi, toplum sağlığı, yaşlı bakım evlerinde, toplu beslenme yapan kurumlarda, sporcu beslenmesi, diyet danışma merkezlerinde, hastalıklarda diyet tedavisi yapan yataklı ve yataksız sağlık kurumlarında, enteral / parenteral beslenme alanı, onkoloji diyetisyenliği, hemodiyaliz diyetisyenliği, bariyatrik cerrahi diyetisyeni olarak çalışma alanlarına sahiptirler. Lisansüstü ve doktora yapan mezunlar akademisyen olarak da meslek eğitimi yapan kuruluşlarda çalışma olanağı bulabilir, eğitici olarak görev yapabilirler.

Tüm eğitim süresince insan ilişkilerinin ne kadar önemli olduğunu bilen, mesleğini seven, kendisine inanan, önce zarar vermeyen, ekip çalışmasını bilen, mücadeleci profesyoneller yetiştirirken, geleneksel ile yenilikçi arasında köprü olabilmek bölümümüzün diğer hedeflerindedir.



# DİL VE KONUŞMA TERAPİSİ



## Dil ve Konuşma Terapisi Nedir?

Dil, konuşma, iletişim, ses ve yutma bozukluklarının önlenmesi, bu bozuklukların belirlenmesi ve rehabilitasyonu için çalışmalar yapan bir alandır.

## Dil ve Konuşma Terapisti Kimdir?

İletişim, dil, konuşma, ses ve yutma süreçlerinin gelişimi ve bozukluklarının önlenmesini, tanılanmasını, değerlendirilmesini, rehabilitasyonunu ve dil ve konuşma terapisi alanının bilimsel araştırmaları ile ilgilenen; sağlıklı, hasta veya engelli bireylerin yaşam kalitelerinin artırılmasını hedefleyen sağlık meslek elemanıdır.

## Uygulama Alanları Nelerdir?

Akıcılık bozuklukları  
Yutma bozuklukları  
Dil bozuklukları  
Ses bozuklukları  
Konuşma sesi bozuklukları  
Motor konuşma bozuklukları  
Rezonans bozuklukları  
Alternatif ve destekleyici iletişim  
Disleksi ve disgrafi  
Otizm spektrum bozukluğu

## Çalışma Alanları Nereledir?

Hastaneler  
Üniversiteler  
Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezleri  
Danışmanlık merkezleri  
Yaşlı ve bakım evleri  
Özel klinikler



# İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ ONLINE TANITIM GÜNLERİ



Istanbul Gelişim Üniversitesi Online Tanıtım Günleri tüm hızıyla devam ediyor. İGÜ "DEKANLAR ANLATIYOR" instagram canlı yayınına konuk olan Dr. Öğr. Üyesi A. Yüksel BARUT, Dr. Öğr. Üyesi Selva ZEREN'in sorularını yanıtladı. BARUT, İGÜ ulusal ve uluslararası başarılarına değindi. Sağlık Bilimleri Fakültesi'nin akredite olan bölümlerini tanıtan BARUT, ücretsiz Çift Anadal Programı (ÇAP) gibi fark yaratan noktaları belirtti. Canlı yayının tamamını izlemek için tıklayınız.

İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesinin Online Bölüm Tanıtımları Prof. Dr. Rifat MUTUŞ, Dr. Öğr. Üyesi A. Yüksel BARUT ve Dr. Öğr. Üyesi Selva ZEREN moderatörlüklerinde canlı yayınlarla gerçekleştirildi.



Beslenme ve Diyetetik İngilizce Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Başak Gökçe CÖL ve Öğr. Gör. Başak ONAT'in konuk olduğu " BESLENME VE DİYETETİK GELECEĞİ" adlı canlı yayında Dr. Öğr. Üyesi Abdullah Yüksel BARUT'un sorularını cevapladılar. Canlı yayını IGTV olarak izlemek için tıklayınız.



"SOSYAL HİZMET EĞİTİMİ VE SOSYAL ÇALIŞMACININ MESLEKİ YETERLİLİĞİ" canlı yayınında moderatör Dr. Öğr. Üyesi Selva ZEREN'in konduğu Sosyal Hizmet Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Derya KAVGAOĞLU'ydu. KAVGAOĞLU Sosyal Hizmet bölümünü tercih edecek adaylar için bölümün merak edilen sorularını yanıtladı. Canlı yayını IGTV olarak izlemek için tıklayınız.



Hemşirelik İngilizce Bölüm Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Funda KARAMAN, Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı Prof. Dr. Rifat MUTUŞ'un moderatörlüğünde "HEMŞİRELİK MESLEĞİ" canlı yayınına konuk oldu. KARAMAN Hemşirelik mesleğinin dünü, bugünü ve yarınından bahsetti. Canlı yayını IGTV olarak izlemek için tıklayınız.



## AMERİKA'DA SAĞLIK VE PANDEMİ

Dr. Öğr. Üyesi Emrah Tüncer



*Toplumun tüm bireylerini ilgilendirmesi bakımından sağlık; her dönem, her ülkede ilgi duyulan, araştırılan bir konu olmuştur. Ülkelerin bu konuya önem vermelerinin bir nedeni de sağlık verilerinin ve ülkenin gelişmişlik düzeyi arasında bir ilişki bulunmasıdır. ABD Sağlık Sistemi'ne tarihsel olarak baktığımızda sağlık hizmeti kamu ve özel sektör tarafından finanse edilirken hizmet sunumu ağırlıklı olarak özel sigorta programlarıyla verilmektedir. Biz de bu sayımız için sahip olduğu ileri teknolojiyle tıbbi donanım konusunda ön planda olan ABD'deki sağlık sistemini ve pandemi sürecini Türkiye'den ABD'ye gidip yerleşenlerle değerlendirdik.*

### Sizi kısaca tanıyabilir miyiz?

İsmim Mehmet Fidan. İstanbul'da yaklaşık 7 yıl öğretmenlik yaptıktan sonra Amerika'ya geldim. Uzun süredir burada New York ve New Jersey eyaletlerinde yaşıyorum. İlk olarak New York'ta yaşadım. Yaklaşık 13-14 yıl. Yaklaşık bir 5-6 yıldır New Jersey'da yaşıyorum.

### Amerika'ya ne zaman geldiniz?

2001 yılında İkiz Kulelere saldırıdan yaklaşık bir buçuk ay önce Amerika'ya dil eğitimi için geldim. Daha sonra Yüksek Lisansımı burada yaptım. Doktoramın büyük bir kısmını bitirdikten sonra akademik eğitimimi özel işlerim dolayısıyla bırakmak zorunda kaldım. Şu an ticaretle uğraşıyorum.

### Genel olarak bu ABD'nin sağlık sistemi hakkında ne söylersiniz?

Şimdi sizin de bildiğiniz gibi Amerika kapitalist bir devlet. Zaten kapitalizmin başkenti. Dolayısıyla Kanada ve Avrupa ülkelerinde olduğu gibi sosyal devlet anlayışı burada yok. Normalde Amerika'da Türkiye'deki Yeşil Kart benzeri bir uygulama var. Maddi durumu çok kötü olanlar için kısıtlı sayıda verilen Medicaid ve Medicare sistemleri var. Onun haricinde buradaki sağlık sistemi tamamıyla özel sigorta üzerinden dönüyor. Hal böyle olunca dar gelirli insanların özel sigortadan faydalanması daha zor oluyor. Yaklaşık 40 milyona yakın insanın Sosyal Security numarası bile yok. Bu da demektir ki onlar hükümet ve gerek özel sağlık sigortasından hiçbir şekilde faydalanmıyorlar. Bu açıdan gelişmiş ülkeler içerisinde en geri kalmış sağlık sistemi Amerika'dadır. Yani devletin vatandaşa yardım açısından sosyal devlet açısından söylüyorum en geri kalmış sistem Amerika'da diyebiliriz.



### Pandemi sürecinde sistem nasıl işledi?

Pandemi sürecinin ilk dönemlerinde gerek Trump yönetiminin yetersizliği ve beceriksizliği gerekse sağlık sistemindeki eksiklikler özellikle orta ve dar gelirli insanların büyük zorluklarla karşılaşmasına neden oldu. Fakat bu pandemiden dolayı ilan edilen olağanüstü hal durumu var olan bazı eksikliklerin giderilmesine yardımcı oldu. Covid testlerinin ücretsiz olması, Covide karşı geliştirilen ilk aşılardan ikisinin (Moderna, Johnson&Johnson) Amerika merkezli olması ve halkın ücretsiz aşılanması bununla beraber aynı anda demokratların yönetime geçmesi covid ile mücadeleyi hızlandırdı diyebiliriz. Hatta Biden başa geçince en büyük seçim vaadi 100 günde 100 milyon doz aşı yapmaktı. Kendisi bu vaadine 75-80. günde ulaştı.

### Pandemi ile mücadelede Amerikan stratejisi neydi?

Bildiğiniz gibi Amerika Birleşik Devletleri 50 eyaletten oluşan federal bir sistem. Amerikan Başkanları yürütmenin başı olmakla birlikte eyaletler arasında koordinasyonu sağlamakla mükellef bir nevi. Fakat büyük bir şansızlık olarak bu süreçte hiçbir siyasi yönetim becerisi ve tecrübesi olmayan ve Amerikan tarihinin gelmiş geçmiş en yeteneksiz başkanı olarak bilinen Trump'ın yeteneksizliği durumu daha da kötüleştirdi. Örneğin plastik eldiven ve maske ihtiyacının had safhada olduğu dönemde hükümet olarak buna çare bulması beklenirken Trump yönetimi topu eyalet valilerine atıp sorumluluğu onlara yükledi. Partizanlık yapıp Cumhuriyetçi eyalet valilerinin başta Çin olmak üzere dışarıdan malzeme almalarını Demokrat valilere göre kolaylaştırdı. Doğrusunu söylemek gerekirse günde binlerce insanın olduğu bir salgında insanların cenazeleri üzerinden siyaset yaptı. Bu değerlendirmeyi yaparken Covid'den ölen Amerikalı sayısının yaklaşık 600 bini geçtiğini belirtmek isterim.

Devamı sonraki sayfada

### **Peki yaşadığın eyalette göçmenlere, evsizlere, çalışanlara yönelik tutumu nasıldı?**

Salgının ilk döneminde müthiş bir belirsizlik ve korku hâkimdi. Hiç kimse ne yapacağını bu durumun ne kadar süreceğini bilmiyordu. Haberleri sürekli takip ediyordum. İlk dönemlerde en fazla ölüm vakası New York ve New Jersey eyaletlerindeydi. Tabiri caizse kıyamet gibi bir durumdu. Zamanla durum netleşmeye başlayınca ölümlü vakaların ve tabii ki pozitif vakaların da çoğunluğunun sosyoekonomik olarak çok zayıf durumda olan Afro-Amerikan ve Hispanikler olmak üzere göçmenlerin olduğu anlaşıldı. Böyle bir durumla ilk defa karşılaşıldığı için doğrusu ne federal hükümetin ne de eyalet hükümetinin bu söylediklerine dair net bir politikası yoktu.

### **İşsizlikten dolayı çalışamayan veya işe gidemeyenlere bir destek oldu mu?**

Evet oldu. Öncelikle işyerleri sahiplerine Türkiye'deki KOBİ'lere benzer SBA dediğimiz Small Business Administration vasıtasıyla 30 yıl ödemeli ve düşük faizli krediler verildi. İşyerlerinin işçi maaşlarını ödemesi için yardım olarak Pay Check Protection Programı ile mâli yardım yapıldı. İşsizlik maaşı alanlara ek yardım olarak hükümet ilk olarak haftalık 600 dolar yardım etmeye başladı. Bu yardım daha sonra haftalık 300 dolar olarak bir süre devam etti. Başta New York ve New Jersey olmak üzere Demokrat vali ve yöneticilerin olduğu bazı eyaletlerde herhangi bir resmi oturum belgesi olmayan kaçak durumdaki göçmenlere yönelik de ekonomik yardım yapılmaya başlandı



### **Sizi kısaca tanıyabilir miyiz?**

Merhaba. Ben Neşet Çağlar, 1992 doğumluyum. Aslen Muş'luyum. Doğma büyüme İzmir'liyim. Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi mezunuyum. Hali hazırda Amerika'da Newyork eyaletinde yaşıyorum.

### **Amerika'ya ne zaman geldiniz?**

Ben Amerika'ya ilk 2016 yılında Ocak ayında, 8 Ocakta Greencard ile gelmiştim. Greencard çıktıktan, onaylandıktan sonra şöyle bir aşama var. İlk 6 ay size bir vize veriyorlar. O vize çerçevesinde ilk 6 ay içinde giriş çıkış yapmak zorundasınız ki size greencard versinler. Ben o vesile ile gelmiştim 2016 da. Eylül ayında. Çünkü ilk 6 ay girdikten sonra her sene girmeniz lazım ki greencardınız yanmasın. Akabinde de kalıcı olarak 2017 , 5 Mayıs'ta geldim.

### **Pandemi sürecini nasıl atlattınız?**

Pandemi sürecini herkes gibi ben de başta anlayamadım. Kısa süreceğini düşünüyordum. 1-2 hafta gibi. o yüzden rahattım. Ondan sonra zorluk yaşadım. Şu anlamda zorluk yaşadım. Çünkü bilinmezliği çok olan bir hastalık ve salgındı. Düşünün hiçbir bilginiz yok. Nasıl bir önlem alacağınızı bilmiyorsunuz. Açıkçası ben de sağlığıma çok dikkat eden biri değilim. Halihazırda Amerika'da sağlık sigortam bile yok.

### **Aşı oldunuz mu? Aşıda size sunulan seçenekler nelerdi?**

Ben burada uber, transportation ile yani taşımacılık işi ile uğraşıyorum. Taksicilik bir nevi Türkiye'de. Bize aşıda öncelik tanındı. Yani hemen olabilirsiniz dendi. Hatta ben aşımı büyük bir stadyumun içerisinde oldum. Stadyumun içerisinde kurulmuştu aşılama merkezi. Bana sunulan seçenekler Pfizer-BioNTech mi olmak istersin? Moderna mı olmak istersin? 2 tane aşı çeşidi vardı o zaman. Johnson & Johnson yoktu. Sinovac zaten burada yok. Hangisini olmak istersin dediler? Ben Pfizer'ı seçmiştim.

### **Aşılamada şu an Amerika ne aşamada?**

Amerika'da aşılama yüzde 72'yi yüzde 73'ü geçti geçen hafta itibarıyla. Şu anda sokağa indi diyebilirim. Yani çoktandır, 1-2 aydır böyle. Artık sizi zorla yaptırmaya çalışıyorlar. Bence Amerika da %100 aşılama kapasitesi var. Çünkü yaptıkları organizasyon sayesinde çok rahat bir şekilde 2 gün içerisinde %100 kapasiteye ulaşabilir ama halkın bir kısmı aşıdan korkuyor. Bence bunu söylemiyorlar. Bir kısmı gerçekten inanmıyor bu olaya. Bir kısmı gerçekten çip takılacağına inanıyor. Dediğim gibi benim için önemli olan çip takılıp takılmaması değil. Zaten telefon kullanıyoruz. Gündelik hayatta çipi çoktandır takmışlar bize diye düşünüyorum. Yani insanlar kendini çok değer veriyor. Çip takılacak vesaire. Oysa akıllı telefonlar, cihazlar bunu yapıyor zaten. Dolayısıyla ben hemen aşı oldum. Yani randevuyu alır almaz aşımı Mart ayında olmuştu.



# DUYARLI SINIF PROGRAM YAKLAŞIMI VE ÖZELLİKLERİ

Arş. Gör. Melike EDİŞ

Duyarlı Sınıf Yaklaşımı, Kuzeydoğu Çocuklar Vakfı'ndaki (Northeast Foundation for Children [NEFC]) eğitimciler tarafından 1991 yılında geliştirilmiştir. Bu yaklaşım, öznel bir sınıf ortamına öncelik vererek sosyal ve akademik öğrenmeyi kaynaştırır ve okul öncesinden itibaren uygulanmaktadır. Duyarlı Sınıf Yaklaşımı, davranış ve akademik performans için net beklentiler sunar, disipline yönelik proaktif yaklaşımlar benimser, seçim ve kişisel başlangıç için fırsatlar sunar ve bu yaklaşımı kullanmayan tipik bir sınıfa göre çocukların gelişimini daha bütünsel bir bakış açısıyla destekler. Programın kendisine ait bazı ilke ve bileşenler mevcuttur ve bu ilke ve bileşenler, öğrenmeyi teşvik eden sosyal süreçleri oluşturmak için tasarlanmıştır.

## Yaklaşımın yedi temel ilkesi vardır:

1. Sosyal ve akademik müfredata eşit vurgu yapmak
2. Çocukların öğrendikleri kadar nasıl öğrendiklerine odaklanmak
3. Sosyal etkileşimin bilişsel gelişimi kolaylaştırdığını bilmek
4. Çocukların öğrenmesi için kritik sosyal beceriler olarak işbirliği, sorumluluk, empati ve öz kontrole vurgu yapmak
5. Öğretmenlerin çocukların bireysel, kültürel ve gelişimsel özelliklerine ilişkin bilgilerine vurgu yapmak
6. Çocukların ailelerini anlamaya odaklanmak
7. Yetişkinlerin okulda birlikte çalışma şekline odaklanmak

## Duyarlı Sınıf Yaklaşımı'nın öne çıkan altı bileşeni ise şunlardır:

• Sabah Toplantısı: Paylaşım, oyun ve günü planlamayı içeren topluluk duygusu yaratmak için günlük yapılan toplantılardır. Bu ritüel, gün için olumlu bir topluluk duygusu oluşturur. Dört bileşeni vardır, bunlar: selamlama, paylaşma, grup oyunu ve öğretmenden günlük bir mektup ve haberler. Çocuklara, anlamlı deneyimler hakkında başkalarının onunda konuşma da dâhil olmak üzere çeşitli sosyal ve akademik becerileri öğrenme ve uygulama fırsatı sunar: akranları dinlemek ve sorular ve yorumlarla uygun şekilde yanıt vermek, işbirliği içinde çalışmak ve sınıfta son zamanlarda öğrenilen bilgileri kullanmak vb.

• Kurallar ve Mantıksal Sonuçlar: Dönem başında öğretmen ve öğrenciler tarafından birlikte geliştirilen kurallar için yönergeler ve beklentiler oluşturan olumlu ifadelerdir. Sınıf yaşamının temel taşlarıdır ve okulda ortaya çıkan etik konularla ilgili konuşma ve problem çözme teşvik etmek için kullanılır. Bu sınıf yönetimi araçları, bir topluluk duygusunu teşvik etmek ve sürdürmek ve çocuklara "iyilik alışkanlıkları" aşılamak için tasarlanmıştır. Sınıf kurallarına örnek olarak "Kendinize saygı gösterin", "Başkalarına saygı gösterin" ve "Çevreye saygı gösterin" verilebilir. Mantıksal sonuçlar, öğrencilerin yanlış davranışlarına karşı cezalandırılmayan tepkilerdir. Duruma ve çocuğa özel olacak şekilde tasarlanmıştır. Örneğin, sınıf materyallerinde sorumsuz olan bir çocuk, kıldığı bir şeyi tamir etmesi ya da yenisiyle değiştirmesi gerekebilir. Mantıksal sonuçların amacı, çocukları sosyal açıdan sorumlu bir şekilde davranmayı öğrenirken desteklemek ve birisini incittiklerinde onları düzeltmelerine ve duygularını yatıştırmalarına yardımcı olmaktır.

• Ebeveynlere Değerlendirme ve Raporlama: Devam eden ev-okul iletişimi, ebeveynler ve öğretmenler arasında verimli bir ilişki için çok önemlidir. Her iki tarafın da çocukların akademik öğrenimini ve sosyal-duygusal gelişimini en iyi şekilde nasıl teşvik edeceklerini anlamalarına yardımcı olur. Duyarlı Sınıf Yaklaşımı, öğretmenlerin ebeveynlerle ilk teması okul yılının başlarında başlamasını önerir. Öğretmen ebeveynleri çocukları için endişelerini ve hedeflerini paylaşmaya davet etmeli ve kendisi de kendi düşüncelerini ifade etmelidir. Öğretmen ayrıca velilere her an sınıfta hoş karşılandıklarını iletmelidir. Hem sınıfta düzenli olarak yardım edenler hem de yalnızca ara sıra veya kendiliğinden ziyaret edenler olmak üzere, ebeveynler için birçok etkinlik yapılabilir.

• Kılavuzlu Keşif: Öğrencileri sınıf materyalleri (Örn: Oyunlar, sanat malzemeleri, kitaplar ve bilgisayarlar) ve öğrenme yöntemleriyle (Örn: Yazma veya okuma atölyeleri) tanıştırmak için bir süreçtir. Materyallerin ve yöntemlerin potansiyeli ve kullanımı hakkında bilgi oluşturmaya aktif katılımlarını amaçlamaktadır. Diğer doğrudan öğretme yöntemleri gibi, beceri ve kavramları öğretmek için modelleme ve gösterimi kullanır; ancak kılavuzlu keşif daha da ileri gider. Öğrenciler ve öğretmen arasındaki etkileşimli süreç, ortak bir kelime dağarcığı oluşturmak için nesneyi veya öğrenme etkinliğini adlandırmayı, potansiyeli ve kullanımı hakkında fikir üretmeyi, fikirleri grupla aktif olarak keşfetmeyi ve materyallerin bakımı hakkında kararlar almayı içerir. Bu sırada öğrenciler, birbirlerini dinlemek, birbirlerinin fikirlerini takdir etmek, düşünceli sorular sormak ve saygılı yorumlar yapmak gibi işbirliğine dayalı öğrenimi destekleyen sosyal becerileri de öğrenir ve uygular. Kılavuzlu keşif yoluyla tanıtılan materyaller ve yöntemler, daha sonra öğrencilerin sınıfta kullanımına sunulur.

• Sınıf Organizasyonu: Duyarlı bir sınıfta, fiziksel alan hem çocukların bağımsızlığını en üst düzeye çıkarmak hem de küçük bir grup veya tüm sınıf için akran etkileşimlerini kolaylaştırmak için düzenlenir. Örneğin halı kaplı bir alan veya açık alan, tüm grubu bir araya gelip birbirlerini yüz yüze görmeye davet eder ve odanın etrafındaki masalar veya belirli ilgi alanları, büyük veya küçük grup etkileşimleri için fırsatlar sunar. Fiziksel çevre, zaman içinde öğrenciler ve öğretmen tarafından birlikte inşa edilen bir sınıf kültürünün gelişmesine de katkıda bulunmalıdır.

• Akademik Seçim: Çocuklara okulda seçimler yaptırmak, öğrenme süreciyle ilgili bir sahiplenme duygusu geliştirmelerine yardımcı olur. Duyarlı sınıfta, öğrencilere düzenli olarak kendi öğrenmeleri hakkında seçim yapma fırsatı verilir. Öğretmen bir çalışma konusu veya bir proje için bir yöntem veya materyal seçmek üzere seçenekler sunar veya rehberlik sağlar. Seçim, bağımsız okuma kitabı kadar basit veya sömestr boyu süren bir araştırma projesi kadar karmaşık olabilir.

Web sitemiz ve haberin devamı için tıklayınız

## KİM KİMDİR?

İSMAİL HAKKI TONGUÇ

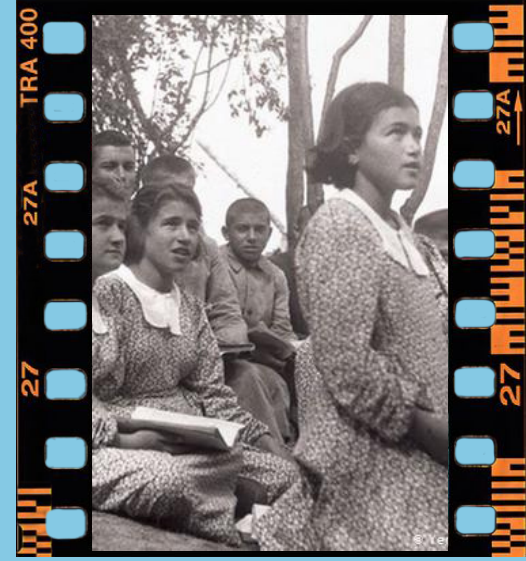


"Tarih boyunca Türklerin dünya uygarlığına yaptığı tek özgün kaynak, köy enstitüleridir."

Prof. Dr. Enver Ziya Karal

Bulgaristan'ın Silistre kentine bağlı Tatar Atmaca köyünde doğdu. Öğrenimine devam edebilmek için 1914 yılında İstanbul'a geldi. Maarif Nazırı Şükrü Bey, Tonguç'u Kastamonu Muallim Mektebi'ne gönderdi. Parasız yatılı öğrenci olarak eğitimine burada devam etti.

Osmanlı I. Dünya Savaşı'na girdiği için eğitim hayatı zordu bu yüzden İstanbul'a dönmek zorunda kaldı, İstanbul Öğretmen Okulu'nda eğitimini tamamladı. Ankara, Konya, Adana... Birçok şehirde görev yaptı. İlköğretim okullarında incelemeler yapmak üzere Almanya, Macaristan, Bulgaristan'da bulundu. 1935 yılında vekaleten, 1938 yılında asaleten ilköğretim Genel Müdürlüğü'ne atandı. O bir öğretmen, bir idealist, bir eğitim devrimcisiydi. "İş İlkesine Dayalı Öğrenim" kursunu başlatarak Köy Enstitüleri'nin temelini attı.



Kız çocuklarının eğitim görmesi ve öğretmen olabilmeleri için çok çaba harcadı. 1958'de hastalanan İsmail Hakkı Tonguç, tedavi olmak için Almanya'ya gitti. 1960 yılında hayata gözlerini yumdu. Arkasından birçok kitap yazıldı, okullara ismi verildi. Çocuklarımızı akıl ve bilimin ışığına yönlendiren, onların insana, doğaya ve tüm canlılara merhametli, duyarlı, sevgi dolu, yetişmelerini sağlayan ve erdemli bireyler olmaları için emek veren, tüm öğretmenlerimize saygıyla...



# AŞIRI SICAKLARIN SAĞLIK ÜZERİNDEKİ ZARARLI ETKİLERİ

**İstanbul Gelişim Üniversitesi (İGÜ) Sağlık Bilimleri Fakültesi (SBF) Öğretim Üyesi Dr. Öğr. Üyesi Nurten ELKİN, aşırı sıcakların sağlık üzerindeki olumsuz etkilerinden bahsetti.**

Bireylerin sağlığının korunup geliştirilmesinde bireysel faktörler kadar çevre sağlığı faktörleri de önemlidir. Çevre sağlığı faktörleri içinde iklim değişiklikleri ve aşırı sıcakların da önemli bir yeri vardır.

Aşırı sıcaklar çok çeşitli sağlık sorunlarını da beraberinde getirmektedir. Vücut metabolizması artan bu sıcaklık ve nem durumuna göre gerekli uyumu sağlamaya çalışmaktadır. Özellikle terleme ile vücut ısısı korunmaya çalışılır. Ancak aşırı sıcaklarda özellikle de bebeklerde, yaşlılarda ve kronik hastalığı olanlarda termoregülasyonun sağlanmasında tek başına terleme yeterli değildir. Yine aşırı şişmanlık, aşırı sıvı kaybı, madde kullanımı, kalp hastalığı ve bazı ilaçların kullanımı da yine terlemeyi etkileyen faktörlerdendir. Diyabet ve kalp hastalıkları gibi koroner hastalıkları olanlar, 65 yaş üstü ve yalnız yaşayan yaşlılar, gebeler, açık alanda çalışanlar, bakıma muhtaç olan bireyler, sokak çocukları ve evsizler ile bazı depresyon, uyku ilaçları gibi ilaçları kullananlar en çok risk taşıyan gruptur.



## Korunma önlemlerine bakıldığında;

Günün en sıcak saatleri olan saat 10.00 ile 16.00 arasında zorunlu kalınmadıkça dışarı çıkılmamalıdır. Açık alanda çalışması gereken bireyler; güneş altında korunmasız kalmamaya çalışmalı ve sık sık tuz içeren sulu gıdalar almaya dikkat etmelidirler. Dışarda mümkün olduğunca; açık renkli ve pamuklu kumaşlardan oluşan giysiler giyilmeli, ayrıca şapka ve güneş gözlükleri de kullanılmalıdır. Güneş ışınlarının dik geldiği saatlerde güneşlenilmemeli ve bu saatin dışında denize girmek isteyenlerin en az 15 koruma faktörlü güneş koruyucu kremleri kullanmaları gerekmektedir. Yine aşırı sıcaklarda ağır fiziksel aktivitelerden kaçınılmalı, yoğun fiziksel aktivitenin yapılması için sabah ve akşam saatleri tercih edilmelidir. Kapalı alanların iyi havalandırılması gerekli olup; bebek, çocuk, engellilerin ve evcil hayvanların kapalı ve park etmiş araçlarda kesinlikle bırakılmaması gereklidir. Vücut ısısının yükselmemesi için sık sık duş alınmalı; bunun mümkün olmadığı durumlarda ayaklar, eller, yüz ve ense soğuk suyla ıslatılmalı veya silinmelidir. Susama hissine bakılmaksızın her gün en az 2-2,5 litre sıvı tüketilmelidir. Sıvı alımında su içmek esas olmakla beraber, su dışı sıvı alımında kahve, çay ve gazlı içecekler yerine süt, ayran ve meyve suyu gibi içecekler tercih edilmelidir. Kafein içeren içecekler yerine de süt, meyve suyu, ıhlamur ve kuşburnu gibi bitki çayları tercih edilmelidir. Çünkü kafein, alkol ve fazla miktarda şeker içeren içecekler vücutta daha fazla sıvı kaybına yol açabilmektedir. Mide kramplarına neden olabileceği için çok soğuk ve buzlu içecekler tercih edilmemelidir. Hastanın özel sağlık sorunu ya da kullandığı ilaçlara bağlı olarak ta hekim tarafından sıvı kısıtlamalarının olduğu istisnai durumlar mevcut olabilir. Aşırı sıcaklarda beslenme durumuna da özen gösterilmeli; yağlı besinlerin ve yağda kızartmaların tüketiminden kaçınılmalı; yemekleri pişirirken kızartma ve kavurma yerine haşlama veya az suda pişirme gibi sağlıklı pişirme yöntemleri tercih edilmelidir. Bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi kapsamında da yeterli ve dengeli beslenme önemli olup; bol bol mevsimine uygun taze meyve ve sebze tüketilmelidir.

Aşırı sıcaklarda besinlerin satın alınması, hazırlanması ve saklanması aşamalarının her birinde hijyen koşullarına dikkat edilmesi önemli olup; özellikle sıcak ve açık ortamda et, yumurta, balık, süt ve süt ürünleri, mayonez vb. besinlerin belli bir sürenin üstünde kalması besin zehirlenmeleri açısından risk oluşturmaktadır. Besinlerin yaz aylarında pişirildikten sonra hızlı tüketilmesi ya da oda ısısında fazla kalmadan buzdolabında saklanması gerekmektedir. Yine yaz aylarında dışarda ve açıkta satılan yiyeceklerin tüketiminden kaçınılmalıdır.

**Sıcak Çarpması:** Aşırı sığağa maruz kalma sonucunda terleme mekanizmasının bozulmasına bağlı olarak vücut ısısının düşürülemediği ile görülen tabloya sıcak çarpması denir. Sıcak çarpmaları erken dönemde tedavi edilmezse kalıcı hasarlara ya da ölüme neden olabilir. Oluşan klinik tabloda; deri kuru, kırmızı ve sıcak olup; terleme yoktur, baş ağrısı, baş dönmesi, bulantı, kusma eşlik edebilir; ateş 39,4'ün üzerine çıkmış olup; tablo şuur bulanıklığı ve komaya kadar gidebilir. Müdahalede; kişi serin ve hava akımı olan bir yere alınır, üzerindeki sıkı giysiler gevşetilir, soğuk uygulama yapılır, bilinci kapalıysa kesinlikle içmesi için sıvı verilmemeli ve en yakın sağlık kuruluşuna götürülmelidir.

**Güneş Yanıkları:** Uzun süreli güneş ışığına maruz kalmanın sonucunda güneş yanıkları oluşur. Klinik tabloda, cilt kızarıklık, ağrılı ve aşırı derecede sıcaktır. Bireyde bül dediğimiz su toplaması, şiddetli ağrı ve ateş var ise ya da hasta 1 yaşının altında ise en yakın sağlık kurumuna başvurulmalıdır. Yanık olan bölgeye yoğurt, salça ve diş macunu gibi maddeler kesinlikle sürülmemeli ve bu su kabarcıkları yani büller patlatılmamalıdır. Güneş yanıklarında hekim kontrolü ve lezyonun derecesine göre tıbbi tedavi alması gerekebilir. Lezyonun enfekte olmaması önemlidir.

Güneş ışınlarının; D vitamini yetersizliğinin önlenmesinde, bağışıklık sisteminin güçlenmesinde ve psikolojik olarak bireyin kendini iyi hissetmesinde kısacası sağlık üzerine oldukça önemli olumlu etkileri mevcuttur. Fakat uzun süre maruz kalındığında olumsuz etkiler de ortaya çıkabilir. Ciltte erken yaşlanma, cilt kanseri ve güneş lekeleri ile gözde katarakt oluşması bu olumsuz etkilerinden sayılabilir.

Aşırı sıcakların vücut için sağlık sorunlarına neden olabileceklerini ve bu sorunların erken belirtilerini bilerek gerekli bireysel ve toplumsal sağlık önlemleri alabilmek oluşabilecek olumsuzlukların önlenmesinde önemlidir.

# TEMMUZ AYI ÖNEMLİ GÜNLER



1 Temmuz

Kabotaj ve Deniz Bayramı

2 Temmuz

Dünya UFO Günü

7 Temmuz

Dünya Çikolata Günü

10 Temmuz

Dünya Hukuk Günü

11 Temmuz

Dünya Nüfus Günü

13 Temmuz

Patates Kızartması Günü

14 Temmuz

Dünya Kebap Günü

15 Temmuz

Demokrasi ve Millî Birlik Günü

17 Temmuz

Dünya Emoji Günü

18 Temmuz

Dondurma Günü

20-23 Temmuz

Kurban Bayramı, Dünya Satranç Günü

24 Temmuz

Gazeteciler ve Basın Bayramı, Lozan Antlaşması

26 Temmuz

Hasat Bayramı

28 Temmuz

Dünya Hepatit Günü

30 Temmuz

Dünya Arkadaşlık Günü

# KÜNYE

## SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

**Prof. Dr. Rifat MUTUŞ**  
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı

**Doç. Dr. S. Arda ÖZTÜRKAN**  
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı

**Dr. Öğr. Üyesi A. Yüksel BARUT**  
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı

### BÜLTEN EKİBİ

**Dr. Öğr. Üyesi Emrah TUNCER**

**Dr. Öğr. Üyesi Gülay TAMER**

**Arş. Gör. Engin ÇAĞLAR**

**Arş. Gör. Rumeysa Nur AKBAŞ**

**Arş. Gör. Ümran ALTUNDAL**

**Arş. Gör. Tuğba TÜRKAN**

