



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ



AYLIK ETKİNLİK VE HABER BÜLTENİ

EYLÜL 2021 | SAYI 9 | CİLT 1



İÇİNDEKİLER

Resmi Sosyal Medya Hesaplarımız.....	3
30 Ağustos Zafer Bayramı Etkinliği.....	4
Yol Biziz	5-8
Çevre Ve Sağlık Etkileşimi.....	9
Hareketsiz Yaşam Tarzını Değiştirmek Bizim Elimizde.....	10
Oryantasyon Etkinlikleri.....	11
Mezuniyet Törenleri.....	12
Odyoloji Bölümünde Vestibüler Sistem Teorik ve Uygulama Eğitimleri.....	13-14
Kim Kimdir?.....	15
İstanbul: İki Kıta Bir Şehir.....	16-17
Eylül Ayı Önemli Günler.....	18

İGÜ

AİLEMİZE

HOŞGELDİNİZ

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

RESMİ SOSYAL
MEDYA HESAPLARIMIZ



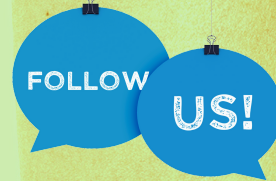
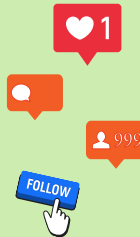
[igu_sbf](#)



[igu_sbf](#)



[İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi](#)





30 AĞUSTOS ZAFER BAYRAMI ETKİNLİĞİ



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ

Söyleşi

**30 AĞUSTOS
ZAFER BAYRAMI**

**31 AĞUSTOS 2021
SALI 15.00**

Konuşmacılar

**A. Yüksel BARUT
Gizem UZLU
Ramazan DEMİNER
Çağla TÜRK**

gelisim.edu.tr

zoom

31 Ağustos 2021 Salı günü saat 15.00'da İGÜ SKS (Sağlık Kültür Ve Spor Daire Başkanlığı)'nin düzenlediği etkinlikte, Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekan Yardımcısı Dr. Öğr. Üyesi A. Yüksel BARUT moderatörlüğünde, Arş. Gör. Gizem UZLU, Arş. Gör. Ramazan DEMİNER ve Arş. Gör. Çağla TÜRK günün önemine ilişkin söylemleri paylaştılar.



[Etkinliği izlemek için lütfen tıklayınız](#)

30 Ağustos günü, ilk kez 1924'te Dumlupınar'da Çal Köyü yakınlarında Cumhurbaşkanı Atatürk'ün katıldığı bir törenle Başkumandan Zaferi adıyla kutlanmıştır. Zaferi kutlamak için iki yıl beklemenin en önemli nedeni 1923 yılının yeni Türkiye açısından hem ulusal hem de uluslararası alanda yoğunluğun had safhada olmasıdır.

Çal köyünde gerçekleşen ilk törende Atatürk, millî ruhun canlı tutulmasının önemini vurgulamış ve Meçhul Asker Abidesi'nin temelini eşi Latife Hanım ile birlikte atmıştır.

Başkumandan Zaferi 1926'dan itibaren Zafer Bayramı olarak kutlanmaktadır. 1 Nisan 1926'da kabul edilen Zafer Bayramı Kanunu'nda 30 Ağustos Başkumandan Muharebesi gününün Cumhuriyet ordu ve donanmasının Zafer Bayramı olduğu, her yıl dönümünde bu bayram gününün kara, deniz ve hava kuvvetleri tarafından kutlanacağı belirtilir. Aynı yıl, dönemin Savunma Bakanı Recep Peker'in yayınladığı bir genelge ile bayram törenlerinde neler yapılacağı tüm ayrıntıları ile belirtilmiştir.

Mustafa Kemal Sakarya Savaşı sonuna kadar bir askeri rütbeye sahip değildir. Sakarya Savaşından sonra, Büyük Millet Meclisi tarafından Mareşal rütbesiyle Gazi unvanı verilmiştir.

Gazi Mustafa Kemal Atatürk Nutuk'ta "Ordumuzun karar saldırdır. Fakat bu saldırıyı erteliyoruz. Çünkü hazırlığı bütünüyle tamamlamaya biraz daha zaman gerekmektedir. Yarım hazırlıkla, yarım önlemlerle yapılacak saldırı, hiç saldırmaktan çok daha kötüdür. Beklememizin, saldırı kararından vazgeçtiğimiz ya da bunu başarmaktan ümitsiz olduğumuz şeklinde anlaşılması ve yorumlanması yersizdir.

Bundan sonra şu görüşleri belirttim: Osmanlılar, yapacakları askeri harekâtın kapsamıyla orantılı şekilde dikkatli ve hazırlıklı davranmadıkları için, daha çok duygu ve hırslarının etkisi altında hareket ettiklerinden Viyana'ya kadar gittikleri halde, geri çekilmek zorunda kalmışlardır. Ondan sonra, Budapeşte'de de duramadılar, geri çekildiler; Belgrat'ta da yenilip geri çekilmek zorunda bırakıldılar. Balkanlar'ı bıraktılar. Rumeli'den çıkarıldılar. Bize, içinde henüz düşman bulunan bu vatani miras bıraktılar. Bu son vatan parçasını kurtarırsanız, hırslarımızdan, duygularımızdan vazgeçerek dikkatli davranalım. Kurtuluş için, bağımsızlık için, eninde sonunda düşmanla bütün varlığımızla vuruşarak onu yenmekten başka karar ve yol yoktur ve olamaz! Efendiler, dünya, sınav alanıdır. Türk ulusu, bunca yüzyıllardan sonra yine bir sınav, hem de bu defa en zor sınavlar karşısında bulunduruluyordu. Sınavda başarılı olmadan, bize karşı iyi davranışlar beklemek doğru olabilir miydi?" açıklaması yapıyordu.

Falih Rıfık Atay "BAŞKOMUTAN Mustafa Kemal, Fevzi Paşa, İsmet Paşa ve karargâhlarının savaş kademeleri, saat 03.30'da atlara bindiler. Sisli, serin, karanlık bir geceydi. Fenerli iki süvari yol göstermek için öne geçti. Yola çıktılar. M. Kemal Paşa önde gidiyordu, yalnızdı. Arkasından Fevzi ve İsmet Paşalar geliyordu. Daha arkada kurmaylar, yaverler, görevliler, hizmet erleri, seyisler vardı.

Çevre yedekler ve geri hizmet birlikleriyle doluydu. Ağır ağır Kocatepe'ye çıktılar. 1. Ordu Komutanı Nurettin Paşa ve ordu karargâhi savaş kademesi Kocatepe'de gecelemişti. Telefon ve telgraf bağlantıları yapılmış, gözetleme çukurları açılmış, güçlü topçu dürbünleri yerleştirilmişti. Nurettin Paşa, paşaları karşıladı. Sis dolayısıyla toprakların ateşe biraz geç başlayacaklarını bildirdi. M. Kemal Paşa Kocatepe doruğunun kıyısına geldi. Aşağıya baktı. Ufka kadar her yan sis içindeydi. Nurettin Paşanın yaveri paşalara çay verdi. Biraz soğuktan, daha çok da heyecandan hepsinin içi titriyordu. Saat 05.00'e doğru gün ışımaya, sis dağılmaya ve dev tepeler yavaş yavaş belirlemeye başladılar. Herkesin Ankara'da sandığı Başkomutan Kocatepe'de, ordusunun başındaydı. Başıyla İsmet Paşa'ya işaret etti, İsmet Paşa Nurettin Paşa'yı uyardı. 1. Ordu Komutanı Nurettin Paşa telefonla kolordulara gerekli emri verdi. Önce bir tek top sesi duyuldu, memisi koca Tınaz Tepe'ye düştü. Sonra bütün topraklar düzenleme (tanzim) ateşi için gürlediler. 05.30'da batarya komutanları zevk narası atar gibi emir verdiler: "Ateş!.." "Ateş!.." "Ateş!.."

Tahrip ateşi başladı. Bu kesimde 200 kadar top vardı. Hazırlanmış ateş planına göre, Yunan mevzilerini, direnme merkezlerini, makineli tüfek yuvalarını, tel örgüleri, yeri bilinen Yunan topraklarını ateş altına aldılar. Ne Yunanlılar böyle yoğun, dehşet verici ateş görmüştü, ne de Türkler. Tepeler yanıyordu sanki. Cephanelikler ateş alıyor, kamyonlar uçuyor, toprak parçalanıyordu. Kocatepe bile zangırdıyordu."

Türkler 1071'de Malazgirt Savaşını kazandıktan kısa bir müddet sonra, İznik taraflarında Türkçe konuşuluyordu. Meydan savaşlarında devletler batır, devletler doğar. Bir meydan muharebesinin takvimdeki tarihi, bazı defa, yeni bir devletin tarihteki başlangıcıdır.

1914'teki Osmanlı İmparatorluğu, kapitülasyon rejimi altında bir yarı sömürge idi. Eğer 1918'de Birinci Dünya Harbini kazanmış olsaydı bu İmparatorluğu affetmiş olsaydı, "Dile bizden ne dilerdin" deseyle, eskisi gibi kalmaktan başka bir şey bekleyebilir miydi? Halbuki millî kurtuluş savaşından sonra Lausanne'da İngiltere kadar bağımsız bir yeni Türkiye doğdu. Bu yeni Türkiye iki meydan savaşının eseridir. Bir, 1921 Ağustos'unda Sakarya nehri boyunca, ikincisi 1922 Ağustos'unda Afyon cephesinde verilmiştir. İkisinde de Türk ordularının Başkomutanı Mustafa Kemal idi. Nitekim askerlik tarihinde ikinci kesin çarpışmanın adı "Başkomutan Meydan Muharebesi'dir.

YOL BİZİZ

MUTLULUK BİR VARIŞ DEĞİL, BİR YOLCULUKTUR.

KONFÜÇYÜS



BİNGÖL'DEN TUNCELİ'YE

İGÜ Sağlık Bilimleri Fakültesi öğretim elemanları (bazıları eşleriyle birlikte), Ülkemizin yörelerini daha iyi tanımak, bölgesel yaşamı, kültür zenginliğini, doğanın nimetlerini yerinde görmek amacı ile kısa bir gezi gerçekleştirdik.

1. GÜN

Şehrin kalabalık telaşını arkamızda bıraktıktan sonra Bingöl'e ayak basmış, heyecanla yolculuğumuza başlamıştık. Düz bir ovidan, toprak yoldan geçiyor minibüsümüz. Yolun her iki yanında, coğrafyaya göre genç ama görünüşte oldukça yaşlı dağlar uzanıyordu. Dakikalar geçiyor. Gezi ekibi kendi aralarında sohbeti koyulaştırıyordu. Fakat bitmiyordu dağ görüntüsü. Sanki dağlar minibüsle hareket edip, sonsuza akıp gidiyordu. İlk durağımız Bingöl'ün Solhan ilçesinde yer alan Yüzen Adalardı. Bingöl Hazarşah'ta ücretli öğretmenlik yapan İrfan'ın evine konuk olup yakında bulunan Yüzen Adalar'a geçiyoruz. Belki de Bingöl'deki en ilginç yapılardan biri bu Yüzen Adalar. Solhan ilçesine bağlı Hazarşah Köyü, Aksakal Göl mezrasındaki Yüzen Ada, üzerine çıktığı zaman sal gibi hareket etmekte ve üzerindeki dişbudak ağaçları yapraklarının çıkardığı sesle bu harekete eşlik etmekteydi. Bekleyen minibüsü fırsat bilip güleç yüzlü, yardımsever ve pırl pırl gülücükleri olan çocuklarla şakalaşan, fotoğraf çeken ve keskin gözlerle etrafı keşfeden öğretim üyelerimiz, sonrasında uzun bir yolculuğa hazırlanıyordu. Zaman kazanmanın ya da kaybetmenin önemi yok gibiydi artık burada. Zaman yavaş ilerliyor, hız; anlamını yitiriyordu. Güneşin bütün yakıcılığı araba camından geçip üzerimize düşüyor, bizde yolculuğa devam ediyorduk. Solhan'dan 2.5 saat süren yolculuk sonunda aynı gün Tunceli'ye ulaşıyorduk. Hafif yükseltileri aşip indikten hemen sonra tekrar yükselen tepelerin devam ettiği, Munzur Irmağı'nın kat ettiği yoldan ilerleyerek Tunceli merkeze gelmiştik.



DÜNYA BİR KİTAPTIR VE SEYAHAT ETMEYENLER SADECE BİR SAYFASINI OKUR.



2. GÜN

Tunceli'de herkes zihnini zamansız meşgul eden düşüncelerden kaçıyor muşçasına sessizliğe, dinginliğe sığınıp doğaya odaklanırken biz de günü Munzur ırmağına bakan öğretilerinde karşıliyorduk. İnsan hakları anıtını geçip müzeye gittiğimizde de benzer bir sessizlik ile karşılaşılıyorduk. Alevilik, arkeoloji ve etnografya bölümleriyle Sikke ve madeni paraların yanı sıra bölgenin yaklaşık 5 bin yıl önceki inanç kültürünü yansıtan özel kutsal ocakların da yer aldığı müze içerisinde, yerel kültürü yansıtan koç başlı ve taş mezarlar bulunuyordu. Ayrıca Tunceli ili ve çevresine ait en eski buluntuların kronolojik olarak sergilendiği müzede yine inanç ritüelleri, kültürel değerleri hem bal mumu heykelleri ile hem de video ile görmek, anlamak, özümsemek mümkündür.

Müzeyi gezdikten sonra merkezden ayrıлып meşelerin canlandığı, serin öğleden sonra rüzgârlarının estiği Kutu Deresine geçiyoruz. Tunceli-Erzincan yönündeki Kutu Deresi, üstünde seyrek ve yer yer sıklaşan meşeliklerin bulunduğu meşe ağaçları arasından kıvrıla kıvrıla ilerliyordu. Oldukça soğuk olan suyuna değmeden geçmek coğrafyaya ihanet deyip dereye iniyoruz. Aynı gün tam ters yöne tekrardan Tunceli'ye geçip bu defa kuzeybatısına doğru hareket ederek Tunceli'nin Ovacık ilçesine gidiyoruz. Ovacık ilçesine uzanan kıvrımlı ve meşakkatli yol bize Anadolu'nun cömert yüzünün yanında çetin ve vakur duruşunu da hissettiriyordu.

Tunceli'nin Ovacık ilçesi, geniş bir ova ve heybetli dağlarla çevrili bir ilçe. Burada ilk durağımız Munzur Gözeleri. Efsaneye göre, Munzur isimli çobanın elinde tuttuğu kavadaki sütün yere dökülmesiyle ortaya çıkan Munzur Gözeleri, binlerce yıldır koruduğu gizemi ve kırk gözeden akan suyuyla Munzur Vadisi Milli Parkı'na hayat veriyor. El değmemiş yemyeşil doğası ve bitki çeşitliliğiyle öne çıkan Munzur Gözeleri, yaban hayatı, zengin florası ve endemik türleriyle de öne çıkan bir yer olarak oldukça fazla ilginizi çekiyordu.



ÇAYIRGÜLÜ KÖYÜ VE MUNZUR IRMAĞI

3. GÜN

Sonbahar mevsimine en uygun gün olan Cumartesi günü basacak çimenleri, yürüyecek tozlu yolları, aşacak dağ bayırları geçip Elazığ'ın Karakoçan ilçesine doğru yola çıkıyoruz. Sakin, doğayla iç içe bir zaman geçirip ilçe merkezine doğru yol alıyorduk. Munzur Irmağı'nın çıkardığı sese, dağ keçilerinin düşürdüğü çakıl taşlarının sesi eşlik ediyordu. Bu haliyle çıkan tüm sesler birleşip dünyanın en yaratıcı orkestrasını oluşturuyordu.

Karakoçan'da ilk durağımız ise Çayırgülü (Badran) Köyüydü. Efsanelerin, menkıbelerin ve memoratların gündelik hayatın parçası haline geldiği bu köyde türbelere, evlialara, taşa, ağaca, suya büyük bir kutsallık yüklenmekte, doğal yaşamın en ince ayrıntısı titizlikle örülmekteydi. Köyü geçip Hamam Dağı'nı aşip indikten hemen sonra Peri Nehri kenarındaki Golan Kaplıcalarına ulaşıyoruz. Kültürün mitsel ve büyücül kodlarını içselleştirmiş bir kaplıca olan Golan, birçok hastalığa iyi gelmesi ve görsel olarak büyülemesiyle de bölgede oldukça önemli bir potansiyele sahip. Golan'ın hemen yanı başındaki eski asma köprü Tunceli ve Elazığ'ı birbirine bağlıyor. Burayı ziyaret edenlerin iki önemli kenti birleştiren köprüdeki neşesi ve heyecanı ise görülmeye değerdi.

Köyleri ve tabelaları geçip aynı gün Bingöl'e doğru hareket ediyoruz. Arabanın tekerlekleri çukurlarda sekerek ilerlerken yine sesler, yine kıvrılarak akan bir su ve yine gökyüzüne teğet geçmiş dağlar eşliğinde ana yola çıkıp Bingöl'e 13 km kala 33 Er Şehitler Anıtı'nı ziyaret ediyoruz. Bingöl-Elazığ kara yolunda 24 Mayıs 1993'te usta birliklerine giderken PKK'lı teröristlerin saldırısında şehit düşen 33 asker anısına yaptırılan bu anıtta çeşitli illerde acemi birliğini tamamlayan sivil kıyafetli, silahları olmayan şehit askerlere ait temsili mezarlar bulunmakta. Ayrıca şehitlerin temsili mezarlarında Anıtkabir ve şehitlerin kabirlerinden getirilen toprak da bulunuyor.

Yolculuğumuz Bingöl'de tamamlanırken Dr. A. Yüksel BARUT, Andrew McCarty'in "Ne kadar uzağa gidersem kendime o kadar çok yakınlaşıyorum." Sözüünü hatırlatarak yola çıkmanın, yolculuğun ve ülkemizin zengin sosyo-kültürel yapısının içine dalmanın öneminden bahsetti ve bu amaçla yeni yolculuklar planlayacağı söyleminde bulunarak İstanbul'a dönüşte gezi ekibinin yeni yolculukların hayalini kurmasını sağladı.



ÇEVRE VE SAĞLIK ETKİLEŞİMİ

Dr. Öğr. Üyesi Nurten ELKİN

Çevre, hastalıklar için zemin hazırlayabileceği gibi, doğrudan hastalık nedeni de olabilmektedir. Çevre sağlığı uygulamaları birçok meslek grubunun koordineli bir şekilde çalışmaları sonucu başarıya ulaşır. Çevrenin korunması amacıyla alınacak önlemler başlangıçta pahalı algılanmasına karşın, kirlenmenin meydana getireceği olumsuz etkilerin maddi ve manevi etkileri düşünüldüğünde, bu yatırım harcamalarının sanıldığı gibi yüksek olmadığı anlaşılmaktadır. Çevre sağlığı, çevrede bulunan ve insan sağlığına zarar veren bütün koşulların düzeltilme işlemlerini kapsar. Çevre sağlığının en önemli özelliği kitleleri çok hızlı bir şekilde etkileyebilecek salgınlara yol açmasıdır.

Çevre, canlı organizmanın yaşamını ve gelişimini direkt veya dolaylı olarak etkileyen tüm dış faktörler şeklinde tanımlanmaktadır. Bu dış faktörler bazen olumlu bazen de olumsuz etkiler oluşturabilmektedirler. Sağlık açısından çevreyi fizik, biyolojik ve sosyokültürel çevre olmak üzere üç grupta inceliyoruz. İçme ve kullanma suları, sıvı ve katı atıklar, konutlar, iç ve dış ortam havası, ışık, aydınlatma, iyonize radyasyon, gürültü ve iklim koşulları fizik çevreyi; bitkiler, hayvanlar ve mikroorganizmalar biyolojik çevreyi; nüfus, aile ve akrabalar, sosyal sınıflar, din, kültür ve ekonomik bileşenler ise sosyokültürel çevreyi oluşturmaktadır.

Ekosistemlerde doğal dengeyi bozan ve insandan kaynaklanan ekolojik zararlar çevre kirliliği olarak tanımlanırken; bütün canlıların sağlığını olumsuz yönde etkileyen, cansız çevre varlıkları üzerinde maddi zararlar meydana getiren ve onların niteliklerini bozan yabancı maddelerin, hava, su ve toprağa yoğun bir şekilde karışması olaylarının her biri çevre kirliliğine neden olmaktadır.

Çevresel kirliliğin çeşitlerini:

- Hava kirliliği
- Su kirliliği
- Toprak kirliliği
- Gürültü kirliliği
- Radyoaktif kirlilik şeklinde özetleyebiliriz.

Çevre İnsan Etkileşimi

İnsan sağlığı temel olarak genetik ve çevresel etkenlerden etkilenmektedir. Yani hastalıkların sebebini genetik ve çevresel faktörler olarak gruplandırmamız mümkündür. Çevresel nedenleri de 6 grupta toplarız:

- Fiziksel nedenler: Isı, soğuk, ışınlar ve travmalar.
- Kimyasal nedenler: Zehirler, kanserojenler, ilaçlar.
- Biyolojik nedenler: Mikroorganizmalar, parazitler, mantarlar.
- Psikolojik etkenler: Stresler.
- Beslenme bozuklukları: Aşırı, yetersiz, dengesiz beslenme.
- Sosyal, kültürel ve ekonomik nedenler.

Fizik Çevre

Su: İnsanın üç temel (su, hava, besin) gereksinmesinden biridir. İnsan bulabildiği suyu kullanır. Bir suyun içilebilmesi ve kullanılabilmesi için fizik (berrak, kokusuz), kimyasal (amonyak, nitrit, organik maddeler içermemesi) ve biyolojik (mikroorganizma içermemesi) yönden uygun olmalıdır.

Atıklar: Şehirlerde çöpleri, köylerde çöp ve gübreliklerin ortadan kaldırılması, koku, çirkin görünüş ve vektör üremesi bakımından önemli bir sağlık sorunudur. Toplanan çöpler yerleşim alanından uzak bir yerde zararsız hale getirilerek imha edilmelidir.

Barınaklar: İnsanların temel gereksinmesinden biri de barınaklardır. İnsan güvenliği ve dış etkenlerden korumak için bir barınağa gereksinimi vardır. Barınaklar sağladıkları yararlar yanında, sağlık koşulları yetersiz ise, sağlık için zararlı olabilir.

Kanalizasyon: Tuvalet ve atık suların zararsız hale getirildikten sonra dere, göl, nehir veya denize dökülmesi, su ve besinlerle bulaşan hastalıkların önlemede çok önemlidir.

Hava Kirlenmesi: Hava kirlenmesi denince şehirlerde açık havanın kirlenmesi anlaşılır. Hava kirlenmesinin sağlığa zararı SO₂, CO, benzpyerene, is ve partiküller gibi kansere neden olabilen maddelerden ileri gelir. Hava kirlenmesinin önlenmesi güç ve pahalıdır. Kesin çözüm evlerde ve sanayide elektrik enerjisi ve doğal gaz gibi dumansız ve külsüz yakıt kullanmaktır. Sanayi tesislerin şehir merkezinden uzakta kurulması, yeşil alanların çoğaltılması, merkezi ısıtmanın yapılması, taşıtların egsoz gazlarının azaltılması hava kirlenmesine karşı alınabilecek önlemlerden bazılarıdır.

Kimyasal Kirlenme: Suların, besinlerin ve toprağın kimyasal kirlenmesi zamanımızın en önemli çevre sorunlarından biridir. Dünya nüfusu arttıkça ve sanayileşme geliştikçe daha da önemli bir sorun olacaktır. Kimyasal maddelerin zararlı etkileri akut ve kronik zehirlenmeler yanında mutajenik, teratojenik ve kanserojenik etkileri olabilir.

Işınlar: İyonizan olmayan ışınların sağlık üzerine olumsuz etkileri sınırlıdır. Bunların etkileri göz ve deri üzerinedir. Radyasyon ise çeşitli kanser ve hastalıklara neden olmasından dolayı önemlidir.

Gıda Kontrolü: Gıda maddeleri üretildiği yerden tüketime sunulmasına kadar geçen dönemlerde iyi kontrol edilmeli ve denetlenmelidir. Aksi durumunda birey ve toplum sağlığı üzerinde birçok olumsuz sonuçlara yol açacaktır.

[Haberin detayı için buraya tıklayınız.](#)

HAREKETSİZ YAŞAM TARZINI DEĞİŞTİRMEK BİZİM ELİMİZDE!

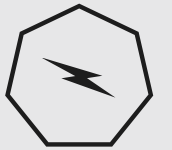
Arş.Gör. Ayşem Ecem Özdemir

EGZERSİZ YAŞAM STİLİ SAĞLIK FİZİKSEL AKTİVİTE EGZERSİZ YAŞAM

Covid-19 virüsü, toplumda yaşayan her bir bireyin hayatında küçümsenmeyecek değişimler yarattı. Bulaşması solunum yolu ile gerçekleşen koronavirüs, sadece solunum sistemi hastalıklarına değil aynı zamanda kas-iskelet sistemi, kardiyovasküler sistem ve sinir sisteminin etkilendiği birçok hastalığa doğrudan veya dolaylı olarak zemin hazırlamaktadır. Dünyanın her bir köşesinde uygulamaya konan karantina süreçleri, herkesin yaşam tarzlarını kökünden etkiledi. Gereksizden evden çıkmamak, evden çalışmak, fazla kişi ile temasa geçmemek ve benzeri gibi çeşitli sosyal izolasyon yöntemleri her birimizin hayatının kaçınılmaz bir parçası haline geldi. Geçmiş yıllarda gelişen teknolojik inovasyonlar nedeni ile normalden daha çok hareketsizleşen hayatlarımız, pandemi sürecinde 'inaktif yaşam stili' tarzına dönüşmüş bulunmaktadır. Günümüzde artık bu sorun, halk sağlığı sorunu olarak ele alınmaktadır. Ancak unutulmamalıdır ki, bu yaşam tarzını değiştirmek, ve hatta değiştirmek bizim elindedir.



Sağlıklı bireyler için düzenli yapılan fiziksel aktiviteler ve egzersiz programlarının hem çeşitli fiziksel vücut sistemleri hem de psikolojik sağlık üzerine küçümsenmeyecek olumlu etkilerinin olduğu kanıtlanmıştır. Bir egzersiz reçetesi oluşturulurken; bireye özgü olması, yani kişinin yaş, boy, kilo ve diğer sağlıkla ilişkili fiziksel parametrelerinin göz önüne alınarak hazırlanması ve bunlara göre uygulanması gerekmektedir. Bunların beraberinde kronik rahatsızlığı olan bireyler mutlaka doktorlarına danışarak bu egzersiz programlarını uygulamalıdır. Kişinin hobileri, alışkanlıkları ve yapmayı sevdiği şeyler göz önüne alınır, bireyin aktif yaşam tarzına adaptasyonu ve devamlılığı daha kolay olmaktadır. Sağlıklı bireyler için düzenli olarak yapılan orta şiddette (en yüksek kalp hızının %50-70'i) aerobik egzersizlerin bağışıklık sistemini desteklediği yapılan çalışmalarda gösterilmiştir. Aerobik egzersizler; yürüyüş, koşu, yüzme veya bisiklete binme gibi kardiyovasküler sistemin dayanıklılığını geliştiren aktivitelerdir. Bu egzersizler, haftada 3-5 gün arasında ve 30-60 dakika süresince yapılabilir. Bunun yanında kuvvet ve esnekliği sağlayan egzersizler de, egzersiz reçetesine eklenebilir. Bu tür egzersizler evde yapılmak için çok uygun olup, haftada 2-4 gün uygulanabilir. Bu egzersizler evde yapmak için çok uygundur. Kuvvetlendirme egzersizleri için 8-12 tekrar ve germe egzersizleri için 30 saniye, 10 set olarak haftada 2-4 gün uygulanabilir. Büyük kas gruplarını içeren egzersizlerin tercih edilmesi önemlidir. Böylelikle evde kalınan süre boyunca da bireylerin fiziksel olarak aktif kalması sağlanabilir. Ayrıca evde yapılan bulaşık, yerleri süpürme, silme veya bahçe işleri; fiziksel aktivite olarak sayıldığından evde kolaylıkla tercih edilebilecek aktivitelerdendir.



1948 yılında Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) sağlığın tanımını "Sağlık, yalnızca hastalık veya sakatlığın olmaması durumu değil, fiziksel, sosyal ve ruhsal refah durumudur" şeklinde yapmıştır. Bu refah durumlarına ulaşabilmek için aktif olmanın yararları göz ardı edilmemelidir. Covid-19 enfeksiyonunun olarak taşıdığı riskleri önlemek veya kolay atlatmak için aktif yaşam tarzını her birimizin alışkanlık haline getirmesi gerekmektedir. Böylece toplum olarak ve hatta dünya nüfusu olarak daha sağlıklı günler bizleri bekliyor olacaktır.

[Web sitemiz ve haberin devamı için tıklayınız](#)

İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ



SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

Oryantasyon Etkinlikleri



İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi 2021-2022 Akademik yılı oryantasyonları çevrimiçi olarak 21 Eylül'de gerçekleştirildi.

Türkçe etkinliğimiz Arş. Gör. Engin ÇAĞLAR moderatörlüğünde Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı Sayın Prof. Dr. Rifat MUTUŞ'un konuşmasıyla başladı. Ardından üniversite birimlerimizin öğrencilerimiz için hazırladığı Türkçe tanıtıcı videolar izlendi.

İngilizce etkinliğimiz ise Arş. Gör. Engin ÇAĞLAR moderatörlüğünde Sağlık Bilimleri Fakültesi Dr. Öğr. Üyesi Sayın Berrak DUMLUPINAR'ın konuşmasıyla başladı. Kısa bir tanıtım slayt gösterisinin ardından üniversite birimlerimizin öğrencilerimiz için hazırladığı İngilizce tanıtıcı videolar izlendi.

Yeni öğrencilerimize Öğrenci Dekanlığı, Erasmus+ hareketliliği, OBİS, Kariyer Geliştirme merkezi ve daha birçok merkez ve hizmetler tanıtıldı.

Öğrencilerimize yeni dönem ve üniversite hayatlarında başarılar dilenerek Sağlık Bilimleri Fakültesi Oryantasyonları tamamlandı.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi 2021-2022 Akademik Yılı Bölüm Oryantasyonları 22 Eylül'de çevrimiçi olarak gerçekleştirildi. Bölümlerimiz LMS üzerinden oryantasyon toplantılarını gerçekleştirdi.

Bölüm öğretim elemanları ve yeni öğrencilerin ilk buluşmasında öğrencilerimizin heyecanı paylaşıldı. Öğrencilerimize fakülte, bölümler, müfredatlar ve yönetmelikler hakkında önemli bilgiler öğrencilere anlatıldı. Öğrencileri yeni dönemde neler beklediği aktarıldı.

Yeni dönemin ve öğrencilerimizle buluşacak olmanın heyecanı öğrenciler ile paylaşıldı.

Öğrenciler yeni normalde kampüs yaşamında dikkat etmesi gereken kurallar konusunda uyarıldı. Toplantı sonunda öğrencilerin soruları yanıtlanarak akıllardaki soru işaretleri giderildi.

Öğrencilerimize hayatlarındaki yeni adımda başarılar dilendi. Yeni dönemde görüşmek üzere toplantılar sonlandırıldı.



İstanbul Gelişim Üniversitesi
Ailesine Hoş Geldiniz!



SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

2019-2020 ve 2020-2021
MEZUNİYET TÖRENLERİ



Mezuniyet törenlerimiz büyük bir
coşkuyla kutlandı



2019-2020 ve 2020-2021 mezunlarımızın mutluluğunu ve
heyecanını paylaşmak için törenlerimizi aşağıdaki
bağlantıdan tekrar izleyebilirsiniz



[İstanbul Gelişim Üniversitesi](#)

PANDEMİ SÜRECİNDE DENGE BOZUKLUĞU OLAN HASTALAR İLE İLGİLİ DENEYİMLERİMİZ:

ODYOLOJİ BÖLÜMÜNDE VESTİBÜLER SİSTEM TEORİK VE UYGULAMA EĞİTİMLERİ



Öğr. Gör. Ayşe ÖZER
Arş. Gör. Azize KÖSEÖĞLU

Pandemi döneminde denge bozukluğu olan hasta sayısında artış oldu mu?

Evet, özellikle bazı hastalarımız Covid-19 enfeksiyonu geçirdikten sonra baş dönmesi şikayeti ile geldiler. Bildiğimiz üzere COVID-19 bir viral enfeksiyondur. Bazı viral enfeksiyonlar denge bozukluğuna neden olur. Covid-19 enfeksiyonu geçirenlerin de şiddetli baş dönmesi ve denge problemleri yaşamaları kaçınılmaz oldu. Bu nedenle pandemi ile beraber hasta sayısında artış gözlemlendi. Klinikte Videonistagmografi (VNG), Kalorik test, Postural ve Serebellar testler, Vestibüler Uyarılmış Miyojenik Potansiyeller (VEMP) testlerini ayrıntılı olarak yaptıklarını söyleyen **Öğr. Gör. Ayşe ÖZER** teste başlamadan önce hastadan ayrıntılı anamnez aldıklarını, sonrasında hastaya infrared gözlük takılarak uygun pozisyon verdiklerini ve testin nasıl yapılacağını anlatıp teste başladıklarını söyledi. Test esnasında hastanın göz hareketlerine bakarak nistagmus olup olmadığını tespit edip; bu sayede denge bozukluğunun periferik mi yoksa santral kaynaklı mı olduğunu tespit ettiklerini söyledi. Hastalara kliniğe gelmeden önce eğer vertigo ilacı kullanıyorsa mutlaka 3 gün önceden kesmesini, rahat kıyafetlerle gelmesini ve hafif yiyecekler tüketmesini önerdiğini ekledi.

Hangi tamamlayıcı testleri kullanıyorsunuz? Nasıl yorumluyorsunuz? Testten sonra hastalara önerileriniz nelerdir?

Yaptığımız testler hastalığa göre değişmektedir. Bir test tek başına yeterli değildir. Yeri geldiğinde hepsi bir bütün olarak birbirini tamamlamaktadır. Ayrıca tamamlayıcı test olarak MRI, BT, Doppler gibi görüntüleme yöntemleri bize tanıyı koymada yardımcı olmaktadır. Örneğin; Meniere hastalığı için VNG testi ile birlikte mutlaka kalorik ve saf ses odyometrisi yapılması gerekir veya Süperior Semisirküler Kanal Dehissansı (SSKD) tanısı koymak için yine VNG testinin yanında VEMP, saf ses odyometrisi ile birlikte özellikle akustik reflekslere de bakılması gerekir. Tüm testleri yaptıktan sonra tanıya göre hastalara bazı önerilerde bulunuruz. Öneriler hastalığa göre farklılık göstermektedir. Örneğin Benign Paroksizmal Pozisyonel Vertigo (BPPV) tanısı var ise ani hareketlerden uzak durması; Meniere hastalığında ise tuz, kafein tüketmemesi gibi öneride bulunabiliriz.

Odyoloji lisans eğitiminde, vestibüler sistem ile ilgili aldığı derslerle ilgili bilgi veren

Arş. Gör. Azize KÖSEOĞLU:

“Odyoloji programı öğrencileri 3. yılın birinci yarısında “Vestibüler Sistem Hastalıkları ve Değerlendirme Yöntemleri” dersleri ile teorik ve uygulama olarak vestibüler sisteme giriş yapıldıktan sonra 3. yılın ikinci yarısında “Vestibüler Rehabilitasyon” dersi ile vestibüler rehabilitasyon yöntemlerini ve vestibüler rehabilitasyon programı hazırlamayı öğrenmektedirler.” dedi.

İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Odyoloji Laboratuvarında vestibüler testlerden VNG, Video Head Impulse Test (v-HIT), Kalorik testleri yapabildiklerini söyledikten sonra testler ile ilgili bilgilendirmelerde bulundu:

Videonistagmografi (VNG); iç kulak ve merkezi motor fonksiyonlarını test etmek için kullanılır. Baş dönmesi, denge bozukluğu ve denge ile ilgili diğer hastalıkların sebeplerinin saptanmasında kullanılır. VNG testi istemsiz göz hareketleri olan nistagmusları kaydeder ve denetler. Görsel stimülasyon ve pozisyon değişiklikleri sırasında göz hareketlerini izlemek için kızılötesi gözlükler kullanılır. VNG ile vestibüler ve okülomotor sistem anomalileri belirlenir. Odyolog “baş dönmesi” olan hastayı etkin bir şekilde değerlendirir, Benign Paroksizmal Pozisyonel Vertigo (BPPV), Vestibüler Nörit, İnternükleer Oftalmopleji (INO) ve diğer periferik ve santral nörolojik patolojilerin neden olduğu anormal göz hareketlerini objektif olarak ölçer, video kaydını yapar ve dokümante eder.

Kalorik test; kulak kanalına soğuk ve sıcak kalorik uyarın (hava ve su) verilerek geçici ve kısa süreli baş dönmesi oluşturulur. Oluşan bioelektrik aktivite ve gözlerdeki nistagmus video ile kaydedilir, dokümante edip yorumlanır. Kalorik test, vestibüler hipofonksiyon ve yön üstünlüğü parametrelerini ölçer.

Video Head Impulse Test (v-HIT); vestibülo-oküler refleksin objektif olarak değerlendirildiği bir test olup, semisirküler kanalların değerlendirilmesinde, gizli sakkadların objektif olarak değerlendirilmesini sağlar. Test süresi (5-10 dakika) kısadır ve video kaydı alınır.

Covid-19 pandemisi sürecinde denge bozukluğu problemi yaşayan hastalarımızın sayısı artmıştır. Ancak odyologların bu konudaki farkındalığı ile denge problemlerinin tanısına yönelik testlerin erken dönemde kullanılması, hastalarımızın erken tanı almasını sağlayarak tedavinin seyrine olumlu katkıda bulunmaktadır.



FATMA REFET ANGIN

MİNNET VE SAYGIYLA..

Cumhuriyet'in ilk kadın öğretmenlerinden..
1915 yılında Gelibolu'da doğdu.
Babası bir Kuva-i Milliye'ci..
Eğitim öğretim hayatına Mahalle Mektebi'nde başladı. Ancak 2 gün dayanabildi. Okumayı yazmayı annesinden öğrendi. Cumhuriyet'in ilan edilmesi ve Tevhid-i Tedrisat Kanununun çıkarılması ile birlikte Gelibolu'da açılan Cumhuriyet İlkokulu'na başladı. Öğretmen olmaya karar verdiğinde daha küçük bir çocuktu.

Hayatı boyunca Atatürk ile yolları kesişen Refet Angın, daha ilkokuldayken ilk karşılaşmalarında "Büyüyünce ne olacaksın çocuk?" sorusuna "Öğretmen olacağım." cevabını verdi. Öğretmen olmasında ve hatta tarih öğretmeni olmasında Mustafa Kemal Atatürk'ün etkisi büyüktü. 1932 yılında Edirne Kız Öğretmen Okulu'nu bitirdi. Gazi Terbiye Enstitüsü Tarih bölümünü yazıldı. Aynı zamanda Dil ve Tarih - Coğrafya Fakültesini kazandı. İkisini de 1936 yılında bitirdi.

Türkiye'nin birçok şehrinde öğretmenlik yaptı ve idari görevlerde bulundu. Yaklaşık 20 yıl Ankara'da görev yaptıktan sonra İstanbul'a gitti. 24 Kasım İlk öğretmenler günü olarak ilan edildiğinde Refet Angın yılın öğretmeni seçildi. Çalışmayı sevdiğini her fırsatta dile getiren Angın, 1982 yılında emekli olduktan sonra bile 24 yıl daha özel anlaşmayla öğretmenlik yaptı ve 90 yaşına kadar çalıştı. Yıldız Teknik Üniversitesi 2006 yılında Angın'a onursal doktora unvanını verdi. Hayatının son günlerine kadar Millî Eğitim Bakanlığı'nda "Onursal Danışmanlık" görevi yaptı. Kıymetli öğretmen Fatma Refet Angın 30 Ocak 2010'da 95 yaşında hayata gözlerini yumdu.



İSTANBUL: İKİ KİTA BİR ŞEHİR

İstanbul'da Nereleri Gezebilirim?

KEŞFET

NERELERİ GEZEBİLİRİM?



KARAKÖY KAMONDO MERDİVENİ

Halk arasında "Aşıklar Merdiveni" olarak anılan merdiven Kamondo ailesi tarafından torunları için yapılmıştır. Torunlarının okula giderken daha uzak bir yoldan gitmek zorunda kalmalarını fark eden Abraham Kamondo, daha kısa ve rahat bir ulaşım yolu olması açısından torunları için bu merdivenleri yapmıştır.



GALATA KULESİ

Galata Kulesi, İstanbul'un Beyoğlu ilçesinde bulunmaktadır. Galata Surlarında bir gözletleme kulesi olarak inşa edilmiş olan kule günümüzde, bir sergi alanı ve müze olarak kullanılmaktadır. Hem Beyoğlu'nun hem de İstanbul'un sembol yapılarından biridir.



TAKSİM MEYDANI

Osmanlıca "Cadde-i Kebir", Fransızca "Grande Rue de Pera" olarak isimlendirilen "İstiklal Caddesi", Tünel Meydanı ile Taksim Meydanı arasında yer alan ve Beyoğlu ilçesine ait bir caddedir. 1800'lü yılların sonundan günümüze değin Türkiye'nin en popüler caddeleri arasındadır.



EYLÜL AYI ÖNEMLİ GÜNLER



- 1 Eylül: Dünya Barış Günü
- 2 Eylül: Dünya Sakal Günü
- 3 Eylül: Dünya Gökdelen Günü
- 4 Eylül: Dünya Vahşi Yaşam Günü
- 5 Eylül: Bir Şeylere Geç Kalma Günü
- 8 Eylül: Dünya Okuma Günü
Dünya Fizyoterapistler Günü
- 9 Eylül: Oyuncak Ayı (Teddy Bear) Günü
- 12 Eylül: Video Oyunları Günü
Dünya İlk Yardım Günü
- 13 Eylül: Dünya Yazılım Geliştiricileri Günü
- 16 Eylül: Uluslararası Kitap Satın Alma Günü
- 18 Eylül: Cheeseburger Günü
- 19 Eylül: Gaziler Günü
- 19 – 25 Eylül: Dünya İşitme Engelliler Haftası
- 21 Eylül: Dünya Alzheimer Günü
Okulların Başlangıcı (Okula Dönüş)
- 22 Eylül: İş Kadınları Günü
- 23 Eylül: Ekinoks
- 25 Eylül: Dünya Rüya Günü
Dünya Eczacılar Günü
- 26 Eylül: Türk Dil Bayramı
- 27 Eylül: Dünya Turizm Günü
- 29 Eylül: Dünya Kalp 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 TÜNCER

Dr. Öğr. Üyesi Gülay TAMER

Arş. Gör. Engin ÇAĞLAR

Arş. Gör. Rumeysa Nur AKBAŞ

Arş. Gör. Ümran ALTUNDAL

Arş. Gör. Tuğba TÜRKAN

