

Annelerimize sevgi ve saygılarımızı sunuyoruz



Editörden | Dr. Yahya Laleli

Yolun Açık Olsun Türkiye

Demokratik düzenin işlediği uzlaşmacı bir ortamda ekonomik ve sosyal sorunlardan çekinmeye, korkmaya bir sebep yoktur. Cumhuriyet rejimimizin kurumlar arası dengeye dayanan sürekliliği, 10'uncu demokratikleşme çalışmaları kapsamında; zedelenmeden, zenginleşerek gelişmeli, olası değişiklikler demokratik istikrarı sağlamalı, bilimsel ve kurumsal değerler taşımaktadır.

Bu nedenle, Cumhuriyetin temel ilkelelerini değiştirmeden huzurun sürekli kılınması ve demokrasinin zenginleştirilmesi için katkı, hepimize düşen bir görevdir. Bu katkı evrensel kavramlar içinde, taraf olmadan, müessir medeniyetler seviyesini yakalamaya yönelik toplumu uzlaştırıcı olmalıdır.

Biz uzlaşmaya varız, taraf olmak istemiyoruz

Malatya Olayları ve 23 Nisan

Bugün 23 Nisan, Milli Egemenlik ve Çocuk Bayramı. Egemenliğimize, birbirimize ve Cumhuriyetin kurumlarına mutlak güvenimizin olması gereken bir gün. Rahip Santoro ile başlayıp, Hrant

Dink ve sonra ölümden de kötüsü var dedirtecek şekilde Malatya'da devam eden cinayetlerin arkasındaki güvensizliği veya vahşi gücü anlamıyorum. ...

Devamı için: www.duzen.com.tr

Bu Sayıda

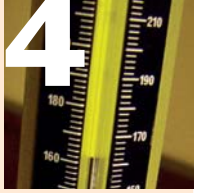
Anemi (Kansızlık)

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) verilerine göre dünyada 2 milyarın üzerinde insanda anemi görülmekte ve bu hastaların yarısından fazlasında anemi demir eksikliğine bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Aneminin en dramatik sonuçları da anne ve bebek ölümleri, çocuklarda bilişsel ve fiziksel büyüme geriliği ve yetişkinlerde iş gücü kaybı olarak karşımıza çıkmakta



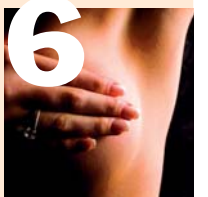
Hipertansiyon, Sessiz Katil!

Dünyada ortalama yaşam süresinin giderek uzaması, hipertansiyonun önemini de artırmakta. Çağımızın getirdiği stres ve obezite de hipertansiyonun daha erken yaşlarda ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Tansiyon yüksekliğini erken farketmek ve önlem almak, ileride neden olabileceği olumsuz sonuçları engelleyebilir



Meme Kanseri ve Mamografi

Kadınlarda en çok görülen kanser tipi olan meme kanseri için en önemli tarama testi mamografidir. Mamografi sayesinde 50-69 yaş arasındaki kadınlarda meme kanserine bağlı ölümlerin %35 azaltıldığı bildirilmektedir



Laboratuvarın Haberler

- Mikrobiyoloji Günleri 12-13 Mayıs tarihlerinde
- Düzen Norwest Çevre ve Gıda laboratuvarımızın yeni binasında
- LABPT'de kapsam genişletildi
 - Hematolojik malignitelerde genetik incelemeler
 - Yeni holter cihazları kullanıma girdi

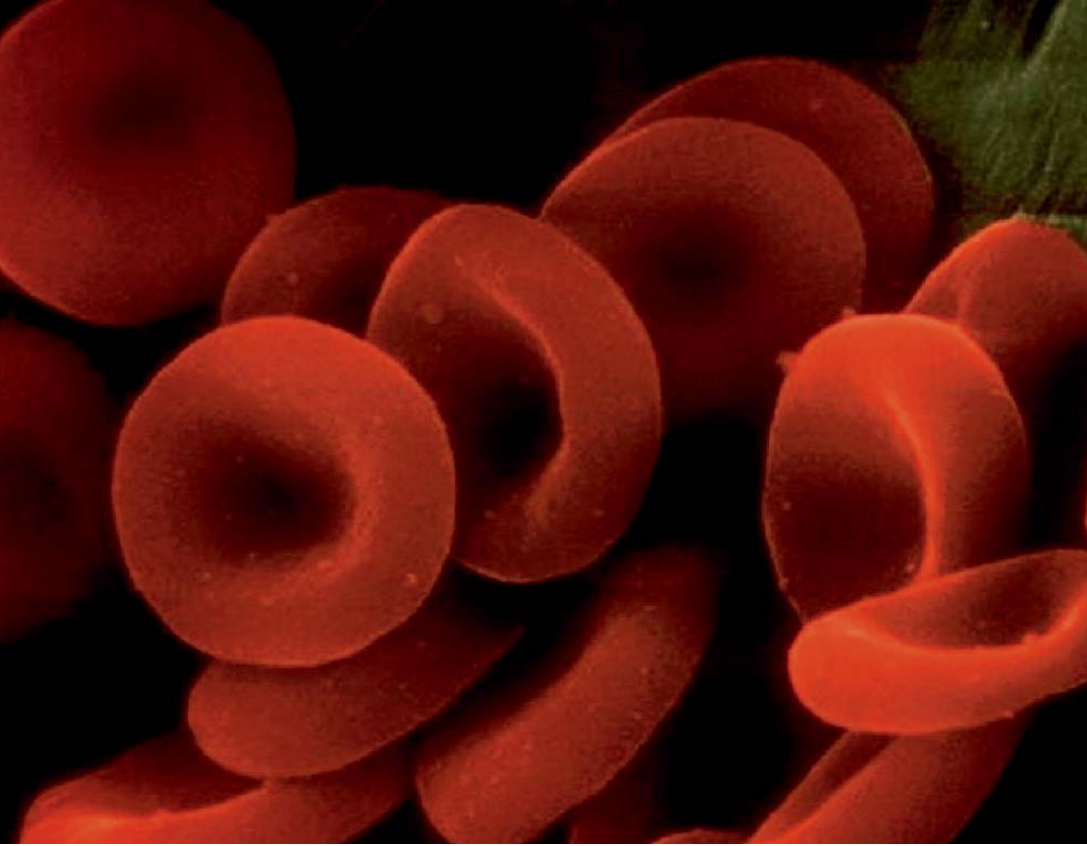


Sevdiklerinizin Sağlığı İçin Farklı Bir Armağan

Hepimiz sevdiklerimize sağlıklarını hediye etmek isteriz. Yakınlarımızın sağlığı için bir adım atabiliriz



Anemi (Kansızlık)



Nedeni bilinmeyen yorgunluğunuz ve halsizliğiniz varsa, anemiden şüphelenmek gerekir. Tam kan sayımı yapılarak hastalık kolayca anlaşılabilir. Bu rutin kan testi, daha ileri testlere gerek olup olmadığını gösterir ve anemi değerlendirmesinde yapılacak ilk testtir.

Kan değişik hücre tiplerini içeren hayati bir sıvıdır ve içinde en yoğun bulunan hücreler kırmızı kan hücreleridir. Kırmızı kan hücrelerinin görevi oksijeni vücuda dağıtmaktır. Anemi, kırmızı kan hücre sayısının ya da içlerindeki hemoglobinin normalden düşük olduğu durumdur. Kırmızı kan hücreleri yaklaşık 120 gün yaşarlar ve bu nedenle vücudumuz sürekli yenilerini yapmak durumundadır. Anemi olduğu zaman, sağlıklı kırmızı kan hücrelerinin yapımı azalmıştır, çok fazlası kaybedilmektedir ya da yerine konulandan daha hızlı bir şekilde yıkıma uğramaktadırlar. Sonuçta kanda dokulara oksijen taşıma kapasitesi düşer ve bu da halsizliğe yol açar.

Anemi aslında bir hastalık olmaktan çok hastalık sürecinin bir belirtisidir. Genellikle akut veya kronik olarak sınıflanır. Kronik anemi uzun bir zaman süreci içerisinde oluşur. Akut anemi ise hızla gelişir. Kadınlarda anemi erkeklere oranla iki kat daha fazla görülür. Her yaşta görülebilmekle beraber yaşlılarda anemi genellikle diğer tıbbi sorunlara eşlik eder.

Anemi Tipleri

Demir Eksikliği, aneminin en sık görülen nedenidir. Yaklaşık olarak her 5 kadından birisinde, hamile kadınların yarısında ve erkeklerin %3'ünde demir eksikliği anemisi görülür. Hemoglobin üretimi için demire ihtiyaç vardır. Demir yeterli olmazsa kırmızı kan hücreleri için yeterli hemoglobin sentezlenemeyeceği için anemi (demir eksikliği anemisi) oluşur. Kronik ve yavaş kan kaybı-

na yol açan durumlar da (ülser, barsak polipleri ya da kanseri) demir eksikliği anemisine yol açabilir. Menstrüasyon periyodunda fazla kan kaybı da aynı riski oluşturur. Demir içeren besinlerden yoksun bir beslenme ve gebelikte artan demir ihtiyacı nedeni ile bu durumlarda da yine demir eksikliği anemisi oluşur.

Demir yanında sağlıklı kırmızı kan hücrelerinin üretimi için Vitamin B12 ve Folat'a da

(Folik asit) ihtiyaç vardır ve bunların eksik alınması da anemiye yol açabilir. Bazen de mide-barsak sorunları nedeni ile bu besinler alınsa bile vitaminlerin emilimi bozuk olmaktadır. Bu vitaminlerin eksikliğine bağlı olarak gelişen megaloblastik anemide kemik iliği büyük anormal kırmızı kan hücreleri yapar.

Kanser, romatoid artrit, inflamatuvar hastalıklar, böbrek yetmezliği gibi kronik hastalıklarda da değişik nedenlere bağlı anemi görülebilir.

Bazen kemik iliği her üç tip kan hücresinin de (kırmızı hücre, beyaz hücre, trombosit) üretimini gerçekleştiremez. Aplastik anemi olarak adlandırılan bu hastalık hayatı tehdit eden çok ağır bir durumdur ve sıklıkla otoimmün nedenlere bağlı olduğu düşünülmektedir. Ayrıca kemoterapi, radyoterapi, çevresel toksinler ve gebeliğe bağlı olarak da görülebilir.

Lösemi, multiple myelom, lenfoma gibi genellikle kemik iliğini etkileyen hastalıklara bağlı olarak anemi görülebilir. Bazı kan hastalıklarında, otoimmün hastalıklarda, bazı antibiyotiklerin kullanımı esnasında kırmızı kan hücreleri yerine konulabilenden daha hızlı bir şekilde yıkıma uğrarlar ve bu da eksikliğe yol açar. Hemolitik anemi olarak adlandırılan bu durumlarda sarılık ve dalak büyüklüğü de tabloya eşlik eder.

Hemoglobin yapısında kalıtsal bozukluk nedeni ile oluşan ve ülkemizde sık görülen bir anemi çeşidi de talasemi (Akdeniz anemisi) tipleridir. Yaygın olarak gözlenen taşıyıcılık ve nadir olarak gözlenen hastalık durumu birbirinden farklıdır. Her ikisi de beta-talasemi taşıyıcısı olan anne babaların çocuklarında hastalık görülme riski %25'dir. beta-talasemi taşıyıcılarında genellikle hafif-orta düzeyde anemi görülürken bu insanlar normal hayatlarını sürdürebilirler. Ancak beta-talasemi hastaları ciddi bir anemi tablosu ile sürekli bakım ve tedaviye ihtiyaç gösterirler. Talasemi dışında bir diğer yapısal bozukluk da orak hücre hastalığı denilen ve yine yurdumuzda görülebilen anemi tiplerinden birisidir.

Tanı

Nedeni bilinmeyen yorgunluğunuz ve halsizliğiniz varsa, anemiden şüphelenmek gerekir. Tam kan sayımı yapılarak hastalık kolayca anlaşılabilir. Bu rutin kan testi, daha ileri testlere gerek olup olmadığını gösterir ve anemi değerlendirmesinde yapılacak ilk testtir. Ayrıca anemi aslında bir hastalık belirtisi olduğu için, nedeni açığa çıkarılmalıdır.

Anemi için yapılabilecek laboratuvar testleri:

- Tam kan sayımı: Aneminin ciddiyetini tespit eder, nedenleri hakkında bilgi verir.
- Periferik yayma: Kırmızı kan hücrelerinin mikroskop altında incelenmesini sağlar. Hücre yapısı, büyüklüğü, şekli ile ilgili bilgi verir.
- Serum demir düzeyi: Demir eksikliği aneminin en sık nedenidir.
- Transferin düzeyi: Vücutta demiri taşıyan proteindir.
- Ferritin: Vücutta kullanılabilir toplam demir miktarı ile ilgili bilgi verir.
- Folik asit: Kırmızı kan hücrelerinin üretimi için gerekli olan bir vitamin.
- Vitamin B12: Kırmızı kan hücrelerinin üretimi için gerekli olan bir vitamin.
- Gaitada gizli kan testi: Mide-barsak sisteminde bir kanamanın olup olmadığını anlaşılmasına yardımcı olur.
- Bilirubin: Kırmızı kan hücrelerinin vücuttaki yıkımı ile ilgili bilgi verir.
- Hemoglobin elektroforezi: Ailesinde anemi hikayesi olanlarda yapılır. Beta-talasemi (Akdeniz anemisi) ve orak hücre hastalığı gibi kalıtsal hemoglobin sentez bozukluklarını ortaya çıkarır.
- Retikülosit sayımı: Kemik iliğinde üretilen yeni kırmızı kan hücrelerinin sayımı.
- Kemik iliği biyopsisi: En son yapılabilecek testlerden birisidir. Kırmızı kan hücresi üretiminin durumuna bakılır.

Anemi Belirtileri

Kırmızı kan hücrelerindeki azalma vücuttaki tüm dokulara oksijen dağıtımını azalttığı için, aneminin pek çok belirtisi vardır. Anemi genellikle altta yatan diğer tıbbi sorunu kötüleştirir. Örneğin bir kalp problemi varsa ve anemi eşlik ediyorsa, kalp hastalığı nedeni ile yaşanacak problemler, anemisi olmayan birisine göre daha fazla olacaktır. İlk başta anemi çok hafif olabilir ve fark edilmeyebilir. Ancak ciddileştikçe belirtiler artar.

Anemi nedeni ile kalp sorunları özellikle aritmi ve kalp yetmezliği görülebilir. Vitamin eksiklikleri özellikle sinir hasarı ve mental fonksiyonlarda bozukluklara yol açabilir. Anemi ciddi olursa kişinin günlük

hayatını sürdürmesi zor olabilir ve bazen tedavi ile bile aneminin düzelmesi aylar sürebilir.

Pek çok anemi türünün ana belirtisi halsizliktir. Diğerleri;

- Baş dönmesi
- Soluk beniz
- Özellikle el ve ayaklarda üşüme ve uyuşukluk
- Kalp çarpıntısı
- Solunum sıkıntısı
- Göğüs ağrısı
- Karın ağrısı
- Kilo kaybı
- Baş ağrısı
- Düşük kan basıncı

Korunma

Aneminin pek çok tipinden korunmak mümkün değildir. Ancak demir eksikliği, vitamin B12 ve folik asit eksikliği sonucu oluşan anemilerden korunmak, bunları zengin olarak içeren besinlerin alınması ile mümkün olur. En iyi demir kaynağı kırmızı ettir. Bunun dışında fasulye, mercimek, koyu yeşil yapraklı sebzeler, kuru meyve ve yemişler ile demir destekli kahvaltılık gevrekler demirden zengin besinlerdir. Folik asit, narenciye, koyu yeşil yapraklı sebzeler, bakla ve desteklenmiş kahvaltılık gevreklerde; Vitamin B12, et ve süt ürünlerinde bol bulunur. Vitamin C içeren meyveler ve suları demir emilimini artırırlar. Özellikle büyüme çağındaki çocukların,



hamile olan ve adet gören kadınların demirden zengin besinlerle beslenmeleri çok önemlidir. Yeterli demir alımı, yeni doğanlar ve vegeteryanlar için de hayati önem taşır.



Hipertansiyon, Sessiz Katil!



Hipertansiyon tanısının konması bazen çok güç olabilir. Hastalar hastane ortamından ve doktor muayenesinden etkilendikleri gibi, bazı durumlarda tansiyon yüksekliği olduğu halde tespit edilemeyebilir. Ayrıca tedavi takibinde de gün içinde çeşitli zamanlarda sık ölçümler gerekebilir.

Hipertansiyon, yani yüksek kan basıncı, genellikle bulgu vermeyen, ama damarlarda yarattığı hasar nedeniyle felç, kalp yetmezliği, kalp krizi, böbrek yetmezliği, görme kaybı gibi çok ciddi sonuçlara yol açabilecek önemli bir sağlık sorunudur. Bu nedenle yüksek kan basıncına “sessiz katil” yakıştırması yapılmaktadır.

Kan basıncı, kanın atardamar duvarlarına uyguladığı güçtür. Kalbimiz her kasıldığında atardamarlara, yani kalpten vücuda temiz kanı iletmekle görevli olan damarlara kan pompalar. Bu pompalanma anında kan basıncı değeri en yükseğe ulaşır, buna sistolik kan basıncı denir. Bu değer halk arasında “büyük tansiyon” olarak ifade edilir. Kalbin pompalama aralarında, istirahat halindeyken kan basıncı düşer, buna da diastolik kan basıncı denir. Bu da halk arasında küçük tansiyon olarak bilinen değerdir. Kan basıncı ölçümü yapıldığında bu iki değer mm civa (mmHg) cinsinden ifade edilir.

Sekonder kan basıncı yüksekliği nedenleri

- Böbrek hastalıkları: Diabetik nefropati, polikistik böbrek hastalığı, glomerül hastalıkları, hidronefroz, renovasküler hipertansiyon vb.

- Böbrek üstü bezini ilgilendiren hastalıklar: Cushing sendromu, hiperaldosteronizm, feokromositoma
- Aort koarktasyonu
- Tiroid hastalıkları

- Hiperparatiroidizm
- Uyku apnesi
- Obesite
- İlaçlar: Doğum kontrol hapları, gribal enfeksiyon tedavisinde kullanılan bazı ilaçlar vb.

Erişkinlerde Kan Basıncı Değerlerinin Sınıflandırılması (mmHg)*

Gelişmiş ve gelişmekte olan toplumlarda değişen yaşam alışkanlıklarının da etkisiyle her üç kişiden birinde kan basıncı yüksekliği görülmektedir. Genetik yatkınlığın olduğu bireylerde çevresel pek çok faktörün tetiklemesiyle hipertansiyon ortaya çıkabilir. Kan

basıncı yüksekliklerinin çoğunda (%90-95) altta yatan tek bir özel neden tanımlanamayabilir. Bu durum esansiyel ya da primer kan basıncı yüksekliği olarak tanımlanır. Kan basıncı yüksekliği başka bir tıbbi nedene bağlıysa bu da sekonder kan basıncı yüksekliği olarak adlandırılır.

Kategori	Sistolik	Diastolik
Normal	120'den az	80'den az
Prehipertansiyon	120-139	80-89
Yüksek kan basıncı		
Evre 1	140-159	90-99
Evre 2	160 veya üstü	100 veya üstü

(*18 yaş ve üstü, yüksek kan basıncı için ilaç kullanmayan, akut herhangi bir hastalığı ve kronik böbrek, şeker hastalığı olmayan erişkinler için yapılmış sınıflamadır. Kronik böbrek ve şeker hastalarında 130/80 mmHg ve üstü değerler yüksek kan basıncı olarak kabul edilmektedir.)

Not: Sistolik ve diastolik kan basıncı değerleri farklı kategorilerde ise, kan basıncı değerlerini sınıflamak için daha yüksek kategorideki değer esas alınmalıdır. Örneğin, 160/80 mmHg evre 2 olarak değerlendirilmelidir.

Kan basıncı yüksekliği, genelde bulgu vermediği için, periyodik doktor kontrollerinde rutin yapılan ölçümlerle ortaya konabilir. Bir kez kan basıncı yüksekliği saptanan bireylerde standardize ardışık ölçümlerle, gerekirse 24 saatlik kan basıncı kayıtlarıyla (tansiyon monitorizasyonu) tanı koymak mümkündür. Bu noktadan hareketle, 2 yaşından itibaren rutin kan basıncı ölçümleri önerilmektedir. 21 yaşından sonra, her iki yılda en az bir kez kan basıncı ölçümü yaptırmak gereklidir.

Kan basıncı yüksekliği saptanan bireylerde bazen yalnızca yaşam tarzında sağlıklı değişiklikler yapmak bile çözüm sağlayabilir.



24 Saat Tansiyon Takibi

Hipertansiyon tanısının konması bazen çok güç olabilir. Hastalar hastane ortamından ve doktor muayenesinden etkilendikleri gibi, bazı durumlarda tansiyon yüksekliği olduğu halde tespit edilemeyebilir. Ayrıca tedavi takibinde de gün içinde çeşitli zamanlarda sık ölçümler gerekebilir. Bu gibi durumlarda 24 saat tansiyon takibi en uygun yoldur. Bunun için ufak boyutlardaki bir tansiyon cihazı kola bağlanır. Bu cihaz sayesinde otomatik olarak gündüz 15, gece ise 30 dakikada bir kez tansiyon ölçümü yapılır. 24 saat sonunda toplanan sonuçlar da bir kardiyolog tarafından değerlendirilir. İhtiyaç duyulması halinde tansiyon monitorizasyonu için laboratuvarımızla temasa geçmeniz yeterli olacaktır.

Hipertansiyonu Önlemek İçin



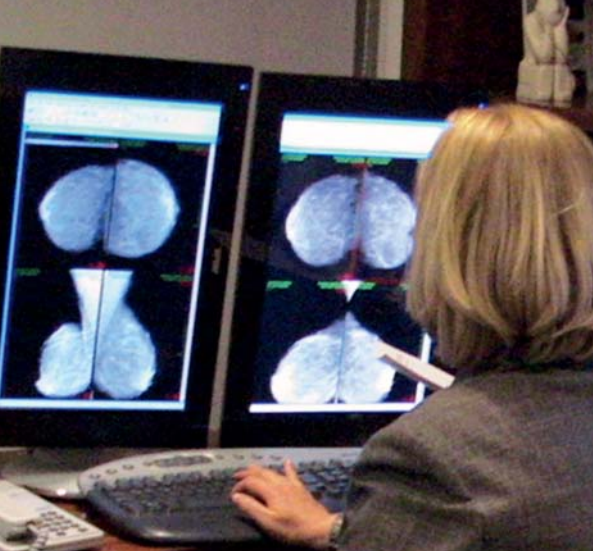
- Sigara ve hiçbir tütün ürünü kullanmamak
- İdeal kiloya ulaşmak ve korumak
- Düzenli egzersiz yapmak
- Meyve, sebze ağırlıklı, iyi yağların yer aldığı, doymuş yağların kullanılmadığı dengeli bir beslenme planı benimsemek

- Sodyum, alkol ve kafeini sınırlamak
- Stres yönetimi, gevşeme teknikleri uygulamaları yapmak

Sağlıklı yaşam alışkanlıklarına rağmen kan basıncı değerlerinin normal sınırlarda tutulmadığı durumlarda ilaç tedavisi kaçınılmazdır. Yüksek kan basıncı, tedavisi mümkün bir sağlık sorunudur. Farklı ilaç kombinasyonlarının gerekebileceği ve bu tedavinin yaşam boyu sürecek bir tedavi olabileceği unutulmamalıdır. Günümüzde farmakogenetik biliminin sunduğu bireye özgü tıp uygulamaları sayesinde hipertansiyon tedavisinde de büyük gelişmeler beklenmektedir. Kan basıncı yüksekliğine sahip kişilerin periyodik sağlık kontrollerini aksatmamaları da hayati önem taşır. Kan basıncı yüksekliği olumlu yaşam alışkanlıkları, doğru tanı ve uygun tedavi ile üstesinden gelinebilecek bir sağlık sorunudur, yeter ki, geç kalınmasın!



Meme Kanseri ve Mammografi



Meme kanseri kadınlarda görülen en sık tümörlerden biridir. Yaşamı boyunca yaklaşık 8 kadından biri meme kanseri olmakta, 30 kadından biri de meme kanserinden ölmektedir. Meme kanseri riski yaşla birlikte artmaktadır. Bazı hızlı büyüyen nadir cins tümörlere rağmen meme dokusu tümörleri genel olarak başlangıç evresinde yavaş büyürler. Tümörün 1 cm'yi bulması yaklaşık 1-2 sene sürer. Bu nedenle erken tanı ölüm oranını azaltmak açısından çok önemlidir. Erken tanıda amaç 1 cm'den küçük henüz elle muayenede hissedilmeyen tümörleri tespit etmektir. Meme kanserinin tanısında mammografi en iyi inceleme yöntemidir. Özellikle yoğun meme dokusu bulunan kişilerde ultrasonografi de tanıya yardımcı olur.

Mammografi nedir?

Mammografi düşük doz radyasyon kullanarak meme dokusunun incelenmesine olanak sağlayan görüntüleme yöntemidir. Bir mammografide alınan doz ortalama bir kişinin çevreden 3 ayda aldığı radyasyona eşittir. Mammografi iki şekilde uygulanır.

1. Tarama amaçlı: Amerikan radyoloji ve toplum sağlığı kuruluşları erken tanı koyabil-

mek amacıyla 40 yaşından sonra yılda bir kez mamografi çektilmesini önermektedir. 2. Tanısal amaçlı: Klinik şikayeti olan ve doktorun muayenesi sırasında ele gelen lezyonların karakterini saptamak için mamografi çekilir.

Mammografi işlemi nasıl uygulanır?

Hasta işlem konusunda bilgilendirildikten sonra deneyimli mammografi teknisyeni tarafından meme dokusu iki yönlü özel pozisyonlarda filme alınır. İşlem sırasında meme dokusu iki plaka arasında sıkıştırılır. Sıkıştırma işlemi bazen ağrıya neden olabilir. Daha düşük dozda daha etkili grafi elde etmek, inceltilmiş, hareketsiz ve homojenize doku görüntüleyebilmek açısından sıkıştırma işlemi zorunludur. Yeni teknoloji ile imal edilen cihazlarda ağrı duyusunu en aza indirmeye yönelik ergonomik tasarımlar uygulanmaktadır. Ayrıca meme dokusunun en az hassas olduğu periyotta mammografi çektilmesi de önerilebilir. Mammografi çektilmek için en uygun dönem adet kanamasını takiben eden ilk haftadır.

Alınan filmler uygun şekilde basıldıktan sonra konusunda deneyimli radyoloji uzmanı tarafından değerlendirilir. Şüpheli lezyon varsa ekstra pozisyonlar çekilir veya ultrasonografik inceleme yapılır.

Dijital mammografi nedir?

Tüm dünyada dijital teknolojinin gelişimi görüntüleme alanını da etkilemiştir. Dijital mammografi de x-ray ile çalışan bir sistemdir. Burada x-ray bilgisi dijital kameralarda olduğu gibi dedektörler aracılığıyla elektrik sinyallerine dönüştürülür. Bu sinyaller bilgisayar ekranına gönderilir ve gerekirse film olarak basılır. Hastaya uygulanan prosedür açısından klasik mammografi ve dijital mammografi arasında herhangi bir fark yoktur. Uzun yıllara yayılan çok merkezli ve çok uluslu yürütülen çalışmalar sonucunda tanı değeri açısından da belirgin bir farklılık saptanmamıştır. Ancak 50 yaşın altında, yoğun meme yapısı gösteren kişilerde dijital mammografinin duyarlılığının daha yüksek olduğu bildirilmektedir.

Dijital mammografinin en önemli üstünlüğü alınan görüntüde ekran üzerinde kontrast değişiklikler yapılabilmesi ve en uygun görüntünün elde edilmesine olanak sağlamasıdır. Görüntü istenildiği kadar büyütülebilir. Bu nedenle film tekrarı en aza indirgenir. Ayrıca dijital görüntüler PACS sistemi aracılığı ile uzun süre bilgisayarda muhafaza edilebilir. Böylece eski ve yeni filmler aynı ortamda karşılaştırılabilir olarak kolayca değerlendirilebilir.

Dijital mammografinin en önemli üstünlüğü alınan görüntüde ekran üzerinde kontrast değişiklikler yapılabilmesi ve en uygun görüntünün elde edilmesine olanak sağlamasıdır

Mammografinin değerinin sınırlı olduğu durumlar

Her kadının normal meme dokusu farklıdır. Bu nedenle özellikle yoğun meme dokusu olan kadınlarda mammografiyi değerlendirmek güç olabilir. Bu durumda eski mammografi ile karşılaştırma yaparak yorumlanmak ve ultrasonografiden yararlanmak büyük önem taşır.

Meme protezi olan kişilerde de mammografiyi doğru değerlendirmek sorun olabilir. Bu durumda deneyimli bir teknisyen ve radyoloji uzmanı ile çalışmak önemlidir.

Mammografi günümüzde meme lezyonları için en iyi görüntüleme yöntemleri arasında olmasına rağmen, tanı değeri meme yapısına bağlı olarak %70-95 arasında değişir.

Yeni Dijital Mammografi Cihazımız Kullanıma Giriyor

En yeni teknolojileri her zaman laboratuvarımızda sizlere sunmaya devam ediyoruz ve yeni dijital mammografi cihazımız sayesinde sizlere daha hassas ve hızlı sonuçlar verme imkanına kavuşuyoruz. Dijital mammografi ile ilgili olarak daha ayrıntılı bilgi almak isterseniz laboratuvarımızla temasa geçmeniz yeterli olacaktır.



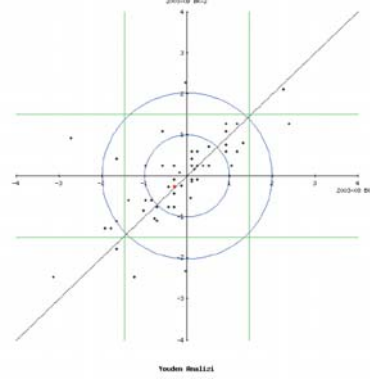
Laboratuvardan Haberler

Mikrobiyoloji Günleri

Daha önceki yıllarda laboratuvarımıza gelen yoğun istek üzerine ilk kez bu yıl sadece Mikrobiyoloji konularını içeren bir toplantı organize edildi. 12-13 Mayıs tarihlerinde Ankara'da yapılacak olan toplantıda Mikrobiyoloji alanındaki son yenilikler ve gelişmelerin yanı sıra klinik mikrobiyoloji laboratuvarının sorunları da tartışılacak. Program ve katılım hakkında daha detaylı bilgiye laboratuvarımızdan ulaşabilirsiniz.



katıldı. Bu yıldan itibaren isteyen katılımcılara mikrobiyoloji bölümü kapsamında her dönem 2 farklı suş da gönderilecek. Ayrıca program bundan sonra LABPT olarak adlandırılacak.



Çevre ve Gıda Laboratuvarımız Yeni Binasında



Laboratuvarımızın hizmet kapsamı ve kapasitesi her geçen gün daha da genişlemekte. Bu kapsamda Düzen Norwest Çevre ve Gıda Laboratuvarı'mız geçtiğimiz günlerde yeni binasına taşındı. 1.000 m²'lik hizmet alanına kavuşan Gıda ve Çevre Laboratuvarı'mızın yıllık akreditasyon denetimi de önümüzdeki ay gerçekleştirilecek. Ayrıca bu denetim sırasında akreditasyon kapsamının da genişletilmesi

planlanmaktadır. Düzen-Norwest Çevre ve Gıda Laboratuvarımız, Alman Akreditasyon Kurumu (DAP) tarafından 2005 yılında DIN EN ISO/IEC 17025 standardına göre akredite edilmişti.

Düzen Norwest Yeni Adres
Büyükesat Mah. Kaptanpaşa Sok.
No: 2/1-2 06700
Gaziosmanpaşa Ankara
Tel: 447 29 99

LABPT

Türkiye'deki klinik laboratuvarlar arasındaki harmonizasyonun artırılması amacı ile tarafımızca 6 yıldır yürütülen "Laboratuvarlararası Karşılaştırma Programı"nın kapsamı genişletildi ve adı değiştirildi. Biyokimya paneli hormon testlerinin katılımı ile genişletilirken, mikrobiyoloji bölümü de programa

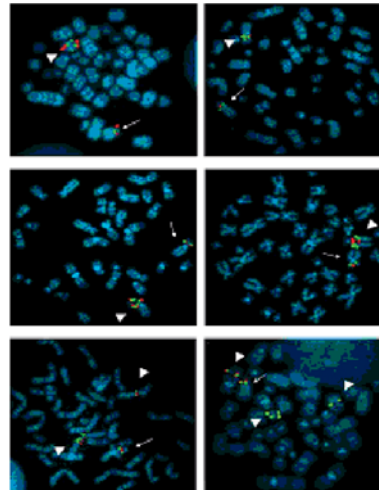
Yeni Holter Cihazları Kullanıma Girdi



Welch Allyn marka yeni holter EKG'lerimiz sayesinde artık kalp ritminizin 24 saat boyunca takibi çok daha kolay olacak. Boyut olarak çok daha ufak olan bu cihazı taşımaları da çok kolay. Bu sayede kayıt sırasında günlük hayatınız çok daha az etkilenecek. Ayrıca yeni holter cihazlarında değerlendirme ve raporlama konusunda da çeşitli yenilikler mevcut.

Hematolojik Malignitelerde Genetik İnclemeler

Gelişen tanı yöntemleri ile birlikte farklı disiplinler de laboratuvarımız bünyesine katılmaya devam ediyor. İlerleyen moleküler teknikler



ve biriken veriler ışığında günümüzde hematolojik malignitelerde kullanılan sitogenetik, moleküler sitogenetik (FISH) ve moleküler yöntemlerin kullanılacağı laboratuvarımız geçtiğimiz aylar içinde hizmete girdi. Başta kan hücrelerinde çocukluk çağı veya erişkin dönemde görülen kanserlerin tanı ve takibinde kullanılacak testlerin yapılacağı bölümde çalışılan testlerin listesine web sitemizden ulaşabilirsiniz.

Farklı Bir Armağan

Sevdiklerinizin Sağlığı İçin



Annelerimize...

Osteoporoz Kontrol Paneli (210 YTL)

1. Kemik Mineral Yoğunluk Ölçümü
Lomber Vertebra AP
Femur Proksimal (Sağ Kalça)
2. Biyokimya Testleri
Açlık Kan Şekeri
Alkalen Fosfataz
Kalsiyum (Serum)
Fosfor (Serum)
Total Kolesterol
3. Sedimantasyon Hızı
4. Tam Kan Sayımı
(Hemoglobin, Hematokrit,
Eritrosit, MCH, RDW, MCV,
MCHC, Trombosit, Lokosit,
Periferik Yayma)

Menopoz Sonrası Değerlendirme ve Osteoporoz Taraması (500 YTL)

Yukarıdaki osteoporoz taramasına ilaveten;

1. Mamografi (çift taraflı)
2. Meme USG (çift taraflı)
3. Vajinal Ultrasonografi
4. Üst Abdominal Ultrasonografi

Babalarımıza...

40 Yaş Üstü Erkek Sağlık Taraması (295 YTL)

1. Açlık Kan Şekeri
2. Tam Kan Sayımı (Hemoglobin, Hematokrit, Eritrosit, MCH, RDW, MCV, MCHC, Trombosit, Lökosit, Periferik Yayma)
3. Tam İdrar Tetkiki
4. Homosistein
5. Total Kolesterol
6. HDL-Kolesterol
7. LDL-Kolesterol
8. Trigliserit
9. Prostat Spesifik Antijen (PSA)
10. Tüm Batın Ultrasonografisi
11. EKG
12. Akciğer Grafisi

Hepimize...

Ön Sağlık Taraması I (140 YTL)

1. Açlık Kan Şekeri
2. Tam Kan Sayımı (Hemoglobin, Hematokrit, Eritrosit, Lökosit, MCH, RDW, MCV, MCHC, Trombosit, Periferik Yayma)
3. Tam İdrar Tetkiki
4. Homosistein
5. Total Kolesterol
6. HDL-Kolesterol
7. LDL-Kolesterol
8. Trigliserit
9. SGPT

Ön Sağlık Taraması II (275 YTL)

Ön Sağlık Taraması I ve ilaveten;

1. Akciğer Grafisi
2. EKG
3. Tüm Batın Ultrasonografisi

Tüm panellerimize uzman hekim tarafından yapılan fizik muayene, sonuçların yazılı değerlendirilmesi ve öneriler dahildir.

Hastalıkları Oluşmadan Önlemek Tedaviden Çok Daha Kolaydır

Yaşamınızdaki tercihlerinizin sağlıklı kalabilmenizde önemli bir rol oynadığını unutmayın. Herşeyden önce bireysel risk faktörlerinizi belirleyip yaşam tarzınızda daha sağlıklı düzenlemeler yapabilirsiniz. İlke olarak;

- Tütün ve tütün ürünlerini kullanmamaya, kullanıldığı ortamlarda bulunmamaya özen gösterin,
- Sağlıklı beslenmenin anlamını kavrayın ve yaşamınızın bir parçası haline getirin,

- Günde 1 bardak kırmızı şarap ya da muadilinden fazla alkol almamaya çalışın,
- Güvenli cinsel yaşam ilkelerini benimseyin,
- Önlenebilir kazalara karşı (ev kazaları, trafik kazaları gibi) risklerinizi en aza indirin. Motorlu taşıtlarda emniyet kemeri (çocuklar için emniyet koltuğu) kullanın, Koruyucu sağlık hizmetleri için doktorunuzu düzenli olarak ziyaret edin, periyodik muayene ve testlerinizi aksatmayın.

www.duzen.com.tr
e-mail: duzenank@duzen.com.tr

ÜCRETSİZ DANIŞMA HATTI
0800 314 73 93

BÜTÜN ŞUBELERİMİZE
ULASABİLECEĞİNİZ
TELEFON NUMARASI **444 3 522**

Hazırlayanlar
Dr. Murat Öktem
Dr. Özlem Aker
Dr. Çağatay Kundak
Dr. Filiz Yenicesu
Emine Tokalı

Grafik Tasarım
3tasarım
www.3tasarim.com

Ankara
Tunus Caddesi No: 95 06680
Tel: 0.312.468 70 10
Faks: 0.312.427 81 74
Atatürk Bulvarı No: 237/39 06680
Tel: 0.312.468 95 41
Faks: 0.312.426 99 56
Mithatpaşa Cad.
No: 16/15 06420
Tel: 0.312.433 29 24
Faks: 0.312.434 09 70

İstanbul
Avrupa Yakası
2. Taşocağı Cad. No: 8 Mecidiyeköy
Tel: 0.212.272 48 00
Faks: 0.212.272 48 04
Anadolu Yakası
Bağdat Caddesi Gündüz Apt.
B Blok No: 160/7
Selamiçeşme Kadıköy
Tel: 0.216.302 97 93
Faks: 0.216.363 51 88

Adana
Atatürk Bulvarı No: 34/2 01120
Tel: 0.322.454 49 01
Faks: 0.322.457 55 05
Mersin
Atatürk Caddesi 4303 No: 25 Çamlıbel
Tel: 0.324.237 59 59 Faks: 0.324.239 02 95
Bursa
Bozkurt Cad. Raca Apt. No: 18
Altıparmak 16050
Tel: 0.224.225 56 80 Faks: 0.224.225 56 84