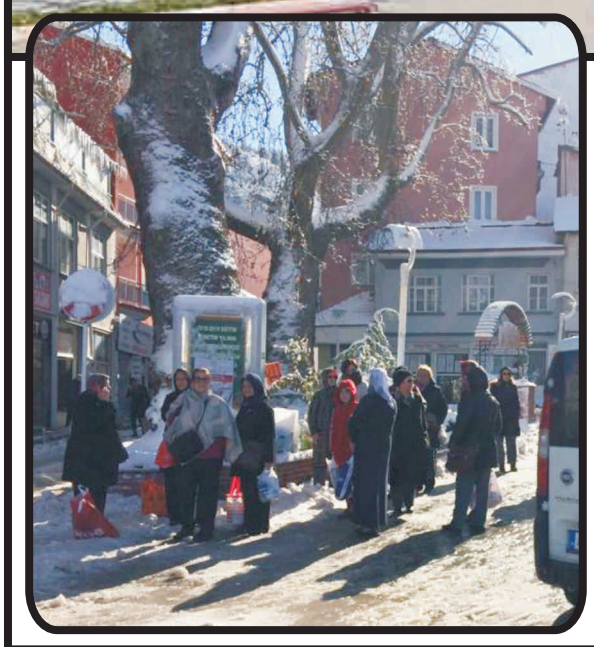
Simav'ın Sesi

GÜNLÜK SİYASİ AKTÜEL GAZETE

YIL : 20 SAYI 4193 26 OCAK 2019 CUMARTESİ FİYATI : 50 Krş. (KDV Dahil) www.simavinsesigazetesi.com

EYNAL'DA SÖMESTRİ DOLULUĞU



Gelecek bir iki yıl içinde Simav belediyesi ve özel sektör yatırımlarının tamamlanmasıyla 3 bine yakın yatak kapasitesine ulaşacak olan Eynal Kaplıcalarında Simav Belediyesi ve özel sektörün termal tesis inşaatları hızla yükselirken, Eynal'da mevcut 800 yatak kapasitesiyle sömestri tatili dolu dolu geçiriyor.

Okulların tatile girmeden vatandaşların rezervasyonlarını günler öncesinden yaptığını kaydeden Eynal Kaplıcaları İşletme Müdürü Cemil Baybuk, "Bilindiği gibi her Kurban ve Ramazan bayramlarında olduğu gibi ülkemizde sömestri tatili olarak da adlandırılan 15 tatilde de tam bir doluluk yaşıyoruz. Konya, Uşak, Bursa gibi illerden gelen konuklarımız termal tesislerimizde hem şifa bulup hem de tatil yaparken, Simav esnaflarımız ve Çarşamba günleri kurulan halk pazarındaki üreticilerimiz de termal turizmden ekonomik anlamda destekleniyorlar" dedi.

Haber: Kemal Yalçın

Eynal Kaplıcalarına turlarla gelen konuklar kadar özel araçlarıyla gelen konuklar apart motellerde konaklıyor

TAKSİCİLER İSTEKLERİNİ DİLE GETİRDİ

31 Mart Yerel Seçimlerinde AK parti'den Simav belediye Başkan Adayı olarak açıklanan Av. Adil Biçer, seçim çalışmalarına hızlı başladı.

Simav Ticaret ve Sanayi Odasına yaptığı ilk STK ziyaretinin hemen ardından Cumhuriyet Meydanındaki taksicilerle görüşen, ONLARIN Hastane minibüsü konusunda beklentilerini dinleyen AK Parti'nin Belediye Başkan Adayı Biçer ve AK Parti İlçe Başkanı Ecz. Ahmet Kulat ile partinin ilçe yetkilileri; vatandaşlar, meslek kuruluşları, esnaflar hatta kamu kurumlarında çalışan görevlilerin daha yaşanır, daha gelişmiş bir Simav için taleplerini öncelikli olarak dikkate alacaklarını belirttiler.

Haber: Şerif Erel

Bana Göre

KİŞİ VE TOPLUM SAĞLIĞIYLA İLGİLİ GÜN VE HAFTALARIMIZ

Mustafa Arıgümüş

Şu Türkiye'mizde işin-aşın tamamsa geride sadece sağlık kalıyor.
Sağlığın da yerindeyse tamamsın demektir.
***
Ama acı bir gerçek var ki; Türkiye'de nüfus; doğumlarla, Suriyelilere sunulan öncelikli sağlık hizmetleriyle, diğer ülkelerden göçlerle sürekli olarak arttıkça, hastalıklar da çeşitleri de artıkça artıyor.
Devletin savunma, milli eğitim giderleri kadar sağlık giderleri de buna paralel artış gösteriyor.
Son yıllarda Sosyal Güvenlik Sistemi'nin etkinliğinin artması, herkesin sosyal güvenlik kapsamına dahil edilmesiyle çalışanlar sosyal güvenlik kapsamınca, çalışmayanlar da ilçe kaymakamlıklarındaki Sosyal Yardımlaşma ve Dayanışma Vakıf Müdürlüklerince sosyal güvenlik kapsamına alınıyor.
Kısacası Türkiye'de sağlık hizmeti almayan neredeyse yok gibi.
***
Ama sağlığın böylesine önemli ve güvence altına alınmasına rağmen ülkemizde "Sağlık" konusunda ulusça kutladığımız o kadar çok gün hatta hafta var ki, hem hastalıkların hem de hastalıklara ilişkin farkındalık günlerinin sayısı uzadıkça uzuyor.
Nasıl mı?
İşte böyle:
Sağlıkla İlgili Önemli Gün ve Haftalar
7-13 Ocak: Beyaz Baston Körler Haftası
25-31 Ocak:Dünya Cüzzam (Lepra) Günü
4 Şubat:Dünya Kanser Günü
1-7 Mart:Yeşilay Haftası
3 Mart:Dünya Kulak ve İşitme Günü
Mart Ayının İkinci Perşembesi Dünya Böbrek Günü
12 Mart:Dünya Glokom Günü
18-24 Mart: Ulusal Yaşlılar Haftası
21 Mart Down Sendromlular Günü
24 Mart Dünya Tüberküloz Günü
2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü DEVAMI 2'DE

Bana Göre

KİŞİ VE TOPLUM SAĞLIĞIYLA İLGİLİ GÜN VE HAFTALARIMIZ

Sayfa 1'den devam

7 Nisan Dünya Sağlık Günü
Nisan Ayının İkinci Haftası Kalp Sağlığı Haftası
11 Nisan Dünya Parkinson Hastalığı Günü
17 Nisan Dünya Hemofili Günü
Nisan Ayının Son HaftasıAşı Haftası
Mayıs Ayının İlk HaftasıTrafik ve İlkyardım Haftası
Mayıs Ayının İlk Salı GünüDünya Astım Günü
4-10 Mayıs İşçi Sağlığı ve Güvenliği Haftası
10-16 Mayıs Dünya Engelliler Haftası
12 Mayıs Hemşireler Günü
17 Mayıs Dünya Hipertansiyon Günü
21 Mayıs Dünya Süt Günü
25 Mayıs Dünya MS Günü
28-31 Mayıs Uluslararası Lösemili Çocuklar Haftası
31 Mayıs Dünya Sigara İçmeme Günü
1 Haziran Ulusal Fenilketonüri Günü
21 Haziran Dünya ALS Günü
26 Haziran Uluslararası Uyuşturucu Kullanımı ve Kaçakçılığı İle Mücadele Günü
28 Temmuz Dünya Hepatit Günü
19 Ağustos Dünya İnsani Yardım Günü
3-9 Eylül Halk Sağlığı Haftası
10 Eylül Dünya İntiharı Önleme Günü
21 Eylül Dünya Alzheimer Günü
28 Eylül Dünya Kuduz Günü
1-7 Ekim Emzirme Haftası
1-31 Ekim Meme Kanseri Bilinçlendirme Ayı
10 Ekim Dünya Ruh Sağlığı Günü
12 Kasım Dünya Zatürre Günü
Ekim Ayının İkinci Perşembesi Dünya Görme Günü
18 Ekim Dünya Menopoz Günü
22 Ekim Dünya Kekemelik Günü
26 Ekim Hasta Hakları Günü
1 Aralık Dünya AIDS Günü
29 Ekim - 4 Kasım Kızılay Haftası
14 Kasım Dünya Diyabet Günü
3-9 Kasım Organ Nakli Haftası
Kasım Ayının 3. Çarşambası Dünya KOAH Günü
17 Kasım Dünya Akciğer Kanseri Günü
17 Kasım Dünya Prematüre Günü
18 Kasım Avrupa Antibiyotik Farkındalık Günü
***

Şimdi sormak gerek, sağlık alanında bukadar önemli gün ve haftalar varken, Aile Hekimlikleri, Devlet ve Üniversite hastaneleri niye dolu, niye insanlar randevu alırken günler, haftalar sonrasına gün veriliyor? İnsanlarımız niye sağlık hizmetlerinden hep şikayetçi?

MİNİKLERDEN FARKINDALIK DEFİLESİ

Atatürk ortaokulu bünyesindeki anaokulu öğrencileri 'Atık olmasın, kostüm olsun' projesi kapsamında atık malzemelerden yaptıkları kostümlerle defile düzenledi. Atık farkındalığına dikkat çeken miniklerin defilesine velilerinde ilgilisi büyük oldu.

Akkent Mahallesindeki Atatürk Ortaokulu bünyesindeki anaokulu öğretmenleri, öğrenciler ve velilerle birlikte aylık olarak yaptıkları sosyal sorumluluk projelerinin ikincisini gerçekleştirdi. İlk etkinlik olarak doğuda görev yapan Mehmetçikler için hediye hazırlayan çocuklar, anne ve babalarının yardımıyla duygularına mektuplara aktarmış ve okul idaresi tarafından okula davet edilen posta görevlilerine teslim edilerek kargolanmıştı.

GERİ DÖNÜŞÜM MUHTEŞEM OLACAK

Sorumluluk projeleri kapsamında bu ay ikincisini gerçekleştiren anaokulu sınıfı öğretmen ve minik öğrencileri bu kez farkındalık göstermek için atık malzemelerden kıyafetler yaptı. Minikler evde aileleri ile birlikte atık malzemelerden çeşitli kıyafet, kostümler ve bazı masal ile çizgi film karakterlerini yaptı. Kıyafetleri giyen minikler okulun çok amaçlı tiyatro salonunda öğretmen ve velilerine sırayla sahneye çıkarak defile yaparak sergiledi.

ATIKLAR DEĞERLENDİRİLMELİ

Program sonunda konuşan Atatürk Ortaokulu Müdürü Engin Aykaç, "Atatürk ortaokulu anasınıfı olarak bu yıl düzenli olarak her ay bir proje gerçekleştirmeyi planladık. Bu ay ikincisini gerçekleştiriyoruz. Özellikle ülke olarak atıkların değerlendirilmesi, tekrar geri dönüşüm ile kullanılabilir hale gelmesi konusunda eksik olduğumuzu düşündük ve bu bilincin

çocuklarımıza ana sınıfından aşılamamız gerektiğini düşünerek anasınıfı öğretmenlerimiz ile birlikte böyle bir etkinlik gerçekleştirdik. Bu etkinlikte emeği geçen öncelikle öğretmenlerime, velilerimize teşekkür ediyorum" dedi.

MAT OFSET
MATBAACILIK&GAZETECİLİK&REKLAMCILIK
Mehmet Adil Turgut
YETKİLİ MATBAA
Tel : 0.274 513 54 22
Gsm : 0.542 527 11 13
30 Ağustos Cd. No: 5 SİMAV
BİLGİSAYARLA LASTİK MÜHÜR - KAŞE

Simav'ın Sesi
SAHİBİ : Mehmet Adil TURGUT
SORUMLU YAZI İŞLERİ MÜDÜRÜ : Zekeriya TÜRKEL
MUHABİRLER: Şerif EREL - Kemal YALÇIN
SAYFA EDİTÖRÜ: İsmail YALÇIN
HABER WEB EDİTÖRÜ: Kemal YALÇIN - İSTİHBARAT ŞEFİ: Şerif EREL
BASKI : 30 Ağustos Cad. No. 5 - SİMAV
MERKEZ: MAT OFSET TESİSLERİ 30 Ağustos Cad. No. 5 Tel. 513 54 22 - SİMAV
Kuruluş:21 Eı lül 1999
Kurucusu:Kamil Muştu
(27 Ekim 1961)
İ EREL SÜRELİ İ Aİ INDIR
İLAN TARİFESİ
Dernek Kongre : 300 TL
Resmi İlan (Cm) : 15.00 TL
A.Ş. Gen. Kurul/sonuç : Pazarlığa tabi
Koop. Oda kongre : 350 TL
Zayi : 30 TL
Özel İlanlar ve Reklamlar Pazarlığa Tabidir
Fiı atlara KDV Dahil Değildir.
simavinsesi2010@hotmail.com
www.simavinsesigazetesi.com
YURT İÇİ : 240 TL (Yıllık) - SİMAV : 20 TL (Aylık-Adrese Teslim)
YURT DIŞI : 60 € Euro (Yıllık)
ZİRAAT BANKASI SİMAV ŞB. -H.NO:
TR.860001000180319993575001
Önemli gün, hafta ve konularla ilgili olarak gazetemize köşe yazısı gönderen köşe yazarlarımız ücret almadan yazılarını yazmaktadır.
Gazetemizde yayınlanan tüm yazıların yasal sorumluluğu yazarına aittir. Gazetemize gönderilen yada bizzat verilen yazı ve resimlerin yayınlanması ve geriye iade edilmesi zorunluluğu yoktur.

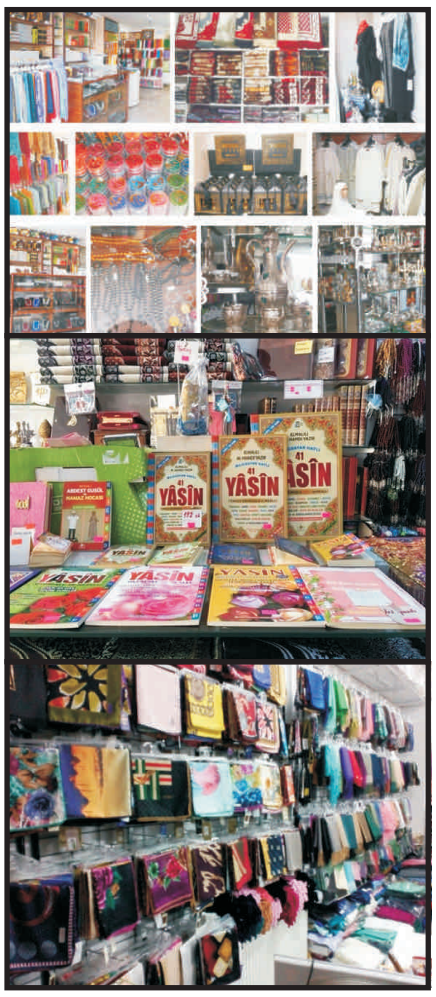
EYLEM PLANI BAKANA SUNULDU

Milli Eğitim Müdürü Hasan Başyiğit beraberindeki heyet ile birlikte Milli Eğitim Bakanı Ziya Selçuk'u ziyaret ederek, Kütahya Eğitim Vizyonu projesi hakkında bilgiler verdi. Milli Eğitim Bakanı Ziya Selçuk, İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından hazırlanan Kütahya Eğitim Vizyonu ile ilgili eylem planını kapsamlı bir şekilde incelemek ve değerlendirmek üzere İl Millî Eğitim Müdürü Hasan Başyiğit, Şube Müdürü İsmail Güven, Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Temel Eğitim Bölüm Başkanı Doç. Dr. Metin Demir, ARGE Birimi Öğretmenleri H. Fatih Parlar ve Mevlüt Duran´ı makamında kabul etti.

İl Millî Eğitim Müdürlüğü´nün Kütahya Eğitim Vizyonu çerçevesinde yürüttüğü veri madenciliği ve e-portföy çalışmaları ile diğer faaliyetler hakkında bilgi alan Bakan Ziya Selçuk, İl Millî Eğitim Müdürü Hasan Başyiğit ve projede emeği geçenlere teşekkürlerini ileterek yapılan çalışmalardan dolayı memnuniyetlerini dile getirdi.

MEVLANA
HAC ve UMRE MALZEMELERİ

Seccade Çeşitleri
Yazma,
Eşarp ve
Şal Çeşitleri
İhram,
Esans,
Kına ve
Sürme Çeşitleri
Ferace
Pardüsü ve
Elbise Çeşitleri
Dini Kitaplar



Tel : 0274 513 88 00 Gsm : 0533 513 15 96
Tepeclk Mh. Cumhurlyet Cd. Halkbank Karşısı No:7 -SİMAV
mevlanahacmalzemeleri@gmall.com

27/60

SİMAV'DA İLK VE TEK

AYDIN OSGB

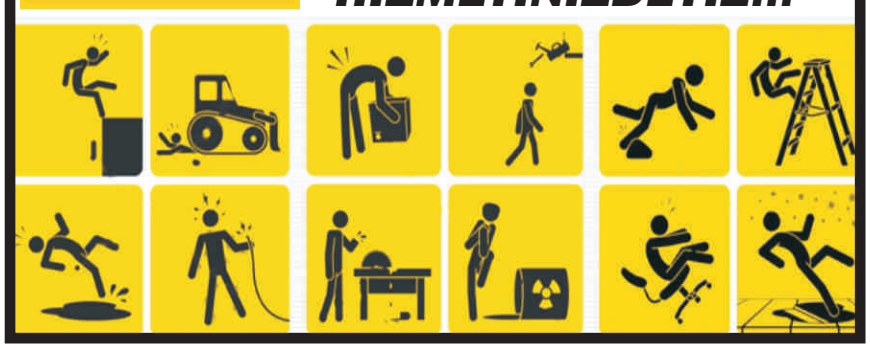
İŞ GÜVENLİĞİ EKİP İŞİDİR

AYDIN
İŞ GÜVENLİĞİ VE İŞ SAĞLIĞI HİZMETLERİ TİCARET LİMİTED ŞİRKETİ
TEL: 0.274 513 72 72 - 0.545 802 12 04
Fatih Mh. Yeni Cami Cd. Süleyman Sami Sk. No: 20/1 SİMAV/KÜTAHYA

İŞ GÜVENLİĞİ VE İŞYERİ HEKİMLİĞİ BİZİM İŞİMİZ...

- İşyeri Hekimliği hizmetleri
- İş Güvenliği hizmetleri
- İSG ve Eğitim danışmanlık hizmetleri
- Tıbbi Laboratuvar hizmetleri
- İşe giriş ve periyodik muayene raporları
- Ağır ve tehlikeli işlerde çalışabilir raporları
- İşyerinde rahatsız olan işçilerin muayene ve reçetelerinin yazılması
- İşyeri risk analizi
- İşyeri acil eylem planı
- Çok sayıda uzman işyeri doktoru ve iş güvenliği uzmanı ile

HİZMETİNİZDEYİZ...



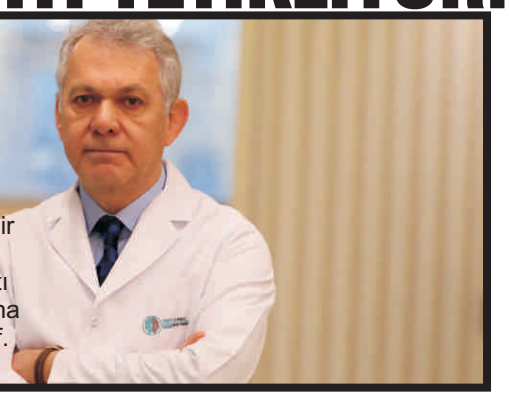
YILIN EN İYİSİ KÜTAHYA ÜLKÜ OCAKLARI

Kütahya Ülkü Ocakları, Türk Dünyası Hizmet Ödüllerinde 'Yılın en iyi ülkü ocağı' seçildi.

Bu yıl 5'incisi gerçekleştirilen ve her kullanıcının 13 farklı kategori için bir kez oy kullanabildiği Türk Dünyası Hizmet Ödüllerine layık görülen kişi ve kurumların ödülleri Esenler'deki Prof. Dr. Adem Baştürk Kültür Merkezi'nde düzenlenen törenle verildi. Akademisyenden sporcuya, yazardan sosyal medyaya kadar çok sayıda kategoride yapılan oylamaya başta Türkiye olmak üzere Avrupa'daki gurbetçi vatandaşlarda yoğun ilgi göstermesi sebebiyle binlerce oy kullanıldı. Kütahya'da birçok sosyal sorumluluk projesi gerçekleştiren Kütahya Ülkü Ocakları düzenlenen gecede 'Yılın En İyi Ülkü Ocağı' seçildi. MHP Kütahya İl Başkanı Ferhan Yıldırım, "Bu anlamlı ödülü ilimize kazandırdığı için ve başarılı çalışmaları sebebiyle Ülkü Ocakları Başkanımız Serdar Akkoç Beyi ve yönetimini tebrik ediyorum" dedi.

AĞIZDAN ALINAN NEFES, KRONİK FARENJİTİ TETİKLİYOR!

Yutak dokularının iltihabı ile meydana gelen farenjit; ateş, boğaz ağrısı, kızarıklık ve yutma güçlüğüne yol açıyor. Hava kirliliği, sigara, alkol, acılı-baharatlı gıdalar vb. boğazı tahriş eden etkenlerin farenjite neden olduğunu belirten uzmanlar, burun tıkanıklığı nedeniyle sürekli ağızdan nefes almanın, kronik farenjitte rol oynadığına dikkat çekti.



Üsküdar Üniversitesi NPİSTANBUL Beyin Hastanesi Kulak Burun Boğaz Uzmanı Prof. Dr. Murat Topak, farenjit hastalığı hakkında önemli değerlendirmelerde bulundu. "Farinks (yutak) ağız boşluğunun arkasında ve yumuşak damağın gerisinde yer alan bir bölge olup içinden gıdalar, sıvılar ve hava geçmektedir. Yutma sırasında katı ve sıvı gıdalar yutaktan yemek borusuna ve oradan da mideye geçer" diyen Prof. Dr. Murat Topak,

"Farenjit yutak dokularının iltihabı olup; ateş, boğaz ağrısı, kızarıklık ve yutma güçlüğü ile karakterizedir. Bademcik iltihapları da farenjitler arasında sayılabilir. Tarif edilen akut farenjit dışında kronik farenjit olarak tanımlanan bir hastalık tablosu da vardır. Kronik farenjitte ateş ya da kırgınlık yoktur ancak yutkunma güçlüğü, gıcık öksürüğü, yanma, gerilme, yabancı cisim takılmış gibi bir his ve boğazı sık sık temizleme isteği vardır" dedi.

Sürekli ağızdan nefes alıyorsanız, dikkat!

Enfeksiyonun da farenjitte bir etken olduğunu ifade eden Prof. Dr. Topak, "Hava kirliliği, sigara içilmesi, alkol, acılı baharatlı gıdalar, çok sıcak-soğuk yiyecek ve içecekler de boğazı tahriş eden etkenler olmakla beraber; burun tıkanıklığı nedeniyle sürekli ağızdan nefes almak, kronik farenjitte daha büyük bir rol oynar. Akut farenjit sık sık tekrarlanıyorsa kronik farenjite dönüşebilir" uyarısında bulundu.

Yetersiz uyku, farenjite neden olabilir!

Birçok mikroorganizmanın farenjite neden olabileceğini kaydeden Prof. Dr. Murat Topak, şu bilgileri verdi:"Erişkin yaş grubu farenjitlerinin %90'ı, çocuk yaş grubu farenjitlerinin ise %60-75'i viral etkenlerle ortaya çıkmaktadır. Soğuk algınlığına yol açan virüsler üst solunum yollarını etkilediği için farenjite de yol açabilirler. Tüm tonsillofarenjitlerin %25'inden ise bakteriler sorumludur. Viral üst solunum yolları enfeksiyonlarındaki risk faktörleri burada da söylenebilir. Bunlar: Kreş, sınıf vb. kalabalık ortamlar, sigara, beslenme yetersizliği, kronik hastalıklar, yetersiz uyku, stres gibi faktörlerdir.Havasız ortamlardan kaçının, ellerinizi sabunla sık sık yıkayın! Farenjite yol açan mikroorganizmalar solunum yolları ile bulaşır. Bulaşma; damlacık enfeksiyonu (hasta olan kişiden hapşırık ve öksürükle çevre ortama yayılarak havada mikropartiküllere yapışarak orada asılı kalıp daha sonra hasta olmayan kişiye solunum yolu ile bulaşması), direkt temas ve indirekt temas (hasta olan kişiden çevreye yayılan ve eşyaların yüzeyinde bir süre canlı kalabilen mikroorganizmalara temas ile bunların burun, ağız veya göze bulaştırılması yolu) ile olur. Korunmak için:

1.Bulaşma yollarının göz önünde bulundurulması, 2.Hasta olan kişiyle yakın temastan kaçınılması, 3.Havasız ve kalabalık ortamlarda bulunulmaması, 4.Ellerin sık sık sabunla 20 saniye süre ile parmak araları ve bilekler dâhil olmak üzere yıkanması, 5.Sigara içilmemesi, 6.Sigara dumanına maruz kalınmaması, 7.Beslenmeye ve yeterli uyumaya dikkat edilmesi gerekir."

Tedavide, pastillerin iyileştirici etkisi bulunmuyor

Prof. Dr. Murat Topak, "Virüslerden kaynaklanan akut farenjitlerde antibiyotikler kullanılmaz. Ancak ciddi enfeksiyonlarda ya da bağışıklık sisteminin çok zayıf olduğu durumlarda antibiyotik önerilebilir" diyerek, sözlerini şöyle tamamladı:

"Antibiyotiklerin yanı sıra, ağrı kesici-ateş düşürücü ilaçlar, alerji düşünülen hastalarda antihistaminikler, burun açıcı spreyler, öksürük kesiciler ve tuzlu karbonatlı su ile ağız gargaraları kullanılabilir. Pastiller genellikle faydasızdır. Kronik farenjitin ise tedavisi oldukça zordur. Hem doktorun tedavi uygulaması hem de hastanın bazı durumlara dikkat etmesi gerekmektedir. Ancak yine de kronik farenjit çoğu zaman tam olarak ortadan kaldırılamaz.

Tedaviyi belirlemek için kronik farenjiti ortaya çıkaran başka bir faktör olup olmadığı araştırılmalıdır. Eğer bulunursa önce onun tedavisi gerekir.

SATILIK TİCARİ İŞYERİ

Eynal Kaplıcaları Yolu Üzerinde 700 m2'si Kapalı, Toplam 1.000 m2 Ticari İşyeri Sahibinden Satılıktır.

0 532 488 70 75

2/10

SAĞLIK-SAĞLIK-SAĞLIK-SAĞLIK-

ANEMİ NEDİR?.. BELİRTİLERİ NELERDİR?

Demir eksikliği dünyada en çok görülen anemi yani kansızlık türüdür. Özellikle az gelişmiş ve gelişmekte olan ülkelerde demir eksikliğine bağlı anemi oranı yüksektir. Memorial Sağlık Grubu İç Hastalıkları Bölümü Uzmanları demir eksikliği ve tedavisi hakkında bilgi verdi.

DEMİR EKSİKLİĞİ NEDİR?

Toplumda kansızlık olarak bilinen demir eksikliği anemisi, kandaki kırmızı kan hücrelerinin yapısında oksijenin taşınması ve bu hücrelerin kırmızı olmasını sağlayan hemoglobin miktarının azalmasıdır. Demir eksikliği, öncelikle mide ve bağırsak kanseri olmak üzere pek çok önemli hastalığın da belirtisi olabilir.

DEMİR EKSİKLİĞİ ANEMİSİNİN BELİRTİLERİ

Demir eksikliğine bağlı kansızlık bazı durumlarda belirti göstermez. Demir eksikliği rutin sağlık kontrollerinde yapılan kan tahlillerinde teşhis edilebilir. Demir eksikliğinin belirtileri arasında;

Cilt solgunluğu,/ Vücutta güçsüzlük, yorgunluk,/ Konsantrasyon bozukluğu,/ Baş ağrısı,/ Ellerde ve ayaklarda uyuşma,/ Sinirlilik hali,/ Kulakların uğuldaması,/ Dudaklarda çatlaklar ve ağız kenarında yaralar,/ Tırnakların çabuk kırılması,/ Saçlarda dökülme sayılabilir.

Demir eksikliğinin ileri derece belirtileri arasında; çarpıntı, toprak veya buz yeme, yavaşlayan tiroit fonksiyonları ve huzursuz bacak sendromu gibi durumlar da görülür.

Çocuklarda demir eksikliği belirtilerinde ise karşımıza çocuklarda yürüme-oturma-konuşmasında gecikme, öğrenmede güçlük ortaya çıkabilir.

DEMİR EKSİKLİĞİ NEDEN OLUR?

Demir eksikliğinin birçok nedeni vardır. Kansızlık, demir, folik asit ve B12 vitamini eksikliğine bağlı olarak ortaya çıkar ve tedavi edilmediğinde büyük sorunlara neden olabilir. Demir eksikliğinin nedenlerinden biri olan demirin yetersiz alımı, yanlış diyet programları nedeniyle yetersiz kalabilir. Ayrıca gebelik, emzirme, büyüme çağındaki çocuklar, düşük doğum tartılı ve erken doğan bebeklerde de demire olan ihtiyaç fazladır.

Çocukların anne sütü yerine demir desteği olmayan mamalarla beslenmesi, inek sütünde 1 yaşından önce geçilmesi, hazır gıdalarla beslenme ve hayvansal gıdaların yeterli alınmaması demir eksikliğine neden olabilir. Yetişkinlerde demir eksikliğinin en belirgin sebepleri ise; çay, kahve tüketiminin fazla olması, etin kavrularak ya da fırında fazla pişirilmesi ile sosis, salam gibi işlenmiş besinlerin sık tüketilmesidir.

Bazı kişilerde demir bağırsak tarafından yeterince emilemez. Bu da demir eksikliğine neden olan bir başka etkendir. Kadınlardaki aşırı adet kanaması, sık ve fazla sayıda doğum, düşükler, kürtaj yaptırmış olmak, mide-bağırsak sistemindeki iyi ya da kötü huylu tümörler de demir eksikliğinin sebeplerindendir.

DEMİR EKSİKLİĞİNDE NE YEMELİ, NE YEMEMELİ?

"Demir eksikliği için ne yemeliyiz?" sorusu toplumda en çok merak edilen konulardan biridir. Demir eksikliğinden korunmak için kayısı, kuru baklagiller, taze sebze ve meyve bolca tüketilmelidir. Demir eksikliğinde ne yenmeli konusunda yapılabilecek en doğru davranışlardan biri de C vitaminini sık tüketmektir. Çünkü C vitamini demirin bağırsaklardan emilimini artırır.Demir eksikliğinde ne yenmemeli sorusu da oldukça önemlidir. Kafeinli içecekler, süt ve kepek demir emilimini azalttığı için sık tüketilmemelidir. Ayrıca B 12 vitamini alımı da demir eksikliğinde oldukça önemlidir. Çünkü B12 kırmızı kan hücrelerinin kemik iliğinde üretilmesini sağlar ve kansızlığa yol açabilir.

Demirin bağırsaktan emilimini artırmak için;

C vitamini demirin emilimini artırır. Bu nedenle yumurtayı portakal suyu veya domatesle, köftenin yeşil salata ile tüketilmesi demirim emilimin artırmak açısından önemlidir. Mayalı ekmekteki demir mayasız ekmeğe göre daha çok emilir. İyi pişmemiş kuru baklagiller ya da kepek ekmeği demirin emilimin azaltır. Posalı gıdalarla beslenme demirin emilimini azaltır. Gıdaları saklamakta kullandığımız alüminyum, paslanmaz çelik ve teneke de demirin emilimin azaltır.

YEMEKLERLE ÇAY VE KAHVE TÜKETMEYİN!

Demir eksikliğini önelemenin bir yolu da çay ve kahveyi yemek sırasında ya da hemen sonrasından tüketmemekten geçiyor. Çay ve kahveyi mümkün olduğunca ara öğünlerde tüketmeye özen gösterin. Ayrıca çayı açık ve limonla birlikte tüketmekte fayda vardır. DEMİR EKSİKLİĞİNDE NE

YEMELİ, NE YEMEMELİ?

"Demir eksikliği için ne yemeliyiz?" sorusu toplumda en çok merak edilen konulardan biridir. Demir eksikliğinden korunmak için kayısı, kuru baklagiller, taze sebze ve meyve bolca tüketilmelidir. Demir eksikliğinde ne yenmeli konusunda yapılabilecek en doğru davranışlardan biri de C vitaminini sık tüketmektir. Çünkü C vitamini demirin bağırsaklardan emilimini artırır.Demir eksikliğinde ne yenmemeli sorusu da oldukça önemlidir. Kafeinli içecekler, süt ve kepek demir emilimini azalttığı için sık tüketilmemelidir. Ayrıca B 12 vitamini alımı da demir eksikliğinde oldukça önemlidir. Çünkü B12 kırmızı kan hücrelerinin kemik iliğinde üretilmesini sağlar ve kansızlığa yol açabilir.

Demirin bağırsaktan emilimini artırmak için;

C vitamini demirin emilimini artırır. Bu nedenle yumurtayı portakal suyu veya domatesle, köftenin yeşil salata ile tüketilmesi demirim emilimin artırmak açısından önemlidir. Mayalı ekmekteki demir mayasız ekmeğe göre daha çok emilir. İyi pişmemiş kuru baklagiller ya da kepek ekmeği demirin emilimin azaltır. Posalı gıdalarla beslenme demirin emilimini azaltır. Gıdaları saklamakta kullandığımız alüminyum, paslanmaz çelik ve teneke de demirin emilimin azaltır.

EN İYİ DEMİR KAYNAĞI BESİNLER

Kuru kayısı, kuru üzüm, kuru dut gibi kuru meyveler/ Yeşil yapraklı sebzeler (ıspanak, pazı)/ Fındık, fıstık ve susam/ Karaciğer, kırmızı et, tavuk ve balık eti/ Yumurta/ Pekmez ve üzüm/ Kuru baklagiller/ Yumurtayı portakal suyu ile tüketin/ Baklagilleri etle pişirin/ Her öğünde mutlaka bol yeşillik tüketin. Yumurta haşlama yerine kimi zaman menemen gibi pişirilip; yeşil, kırmızıbiber, domates ve soğanla C vitamini kazandırıldığında, demirin alımını artırılmış olur. Ispanak yanına yoğurt ile tüketildiğinde demir emilimi azalmaktadır. Ispanağın yumurta ile pişirilmesi ise biyoyararlılığını artırır. Kurubaklagil ve tahıllı yemekler; yanında mutlaka bol maydanozlu, marullu, domates ve limonlu salata ile tüketildiğinde, tahıl ve baklagillerin içindeki demir daha fazla emilir. Ayrıca bu besinler kıyma, parça et ya da tavukla pişirildiğinde demir alımı artmaktadır.

Demir eksikliği ileri boyutta olan kişiler; süt, yoğurt ve ayran gibi kalsiyum içeren gıdaları yemeklerin yanına değil, ara öğünlerde tüketmelidir. Çünkü kalsiyumun demirin emilimini yavaşlatma özelliği vardır. Kahvaltılarda 1- 2 tatlı kaşığı kadar pekmez günlük demir ihtiyacının çoğunu karşılamaktadır. Özellikle keçiboynuzu pekmezi demir yüksek demir içerir. Ara öğünlerde; kuru meyvelerden kayısı, dut ve kuru üzüm, günlük demir alımına katkıda bulunur.

ÇALIŞANLARIN EN ÇOK PARA KAZANDIĞI ŞEHİRLER BELLİ OLDU

Çalışanların en çok para kazandığı şehirler ve aylık ortalama maaşları belli olurken, en çok parayı Zürih'te çalışanların kazandığı görüldü.

Ajans Press'in Deutsche Bank verilerinden ve medya yansımalarından derlediği bilgilere göre, çalışanların en çok para kazandığı şehir Zürih olarak belirlendi. Zürih'te çalışanların ortalama aylık geliri 5 bin 876 dolar olurken, onu 4 bin 817 dolar ile San Francisco ikinci sıradan, 4 bin 304 dolar ile de New York'un üçüncü sıradan izlediği görüldü. Listede ilk on içerisinde yer alan diğer şehirler ise sırasıyla, Sydney, Melbourne, Oslo, Singapur, Kopenhag, Wellington ve Tokyo oldu. Sıralamada Türkiye'den herhangi bir şehrin yer almaması ise dikkat çekti.

ITS Medya ve Ajans Press'in gerçekleştirdiği medya incelemesinde, konuyla ilgili yazılı basına yansıyan haber adetleri de belli oldu. Son bir yıl içerisinde maaş gelirleriyle alakalı yazılı basına 47 bin 980 haberin yansıdığı tespit edildi. Özellikle yıl sonlarında haber çıkışlarındaki artış dikkat çekerken, asgari ücretin 27 bin 148 haberle gündemin en çok konuşulan başlıkları arasında yer aldığı tespit edildi.

DUVARLARI AŞAMADI!

Polis, Kütahya'da Fatih Sultan Mehmet Bulvarı üzerinde bir duvara defalarca çarpan alkollü sürücüyü durdurularak işlem yaptı.

Olay, akşam saatlerinde Fatih Sultan Mehmet Bulvarındaki Maliye binası önünde meydana geldi. Alkollü olduğu öğrenilen sürücü, maliye yanındaki termik lokali duvarına çarptı. Geri geri çıkıp defalarca duvara çarpan sürücüyü çevredeki vatandaşların ihbarıyla olay yerine gelen polis ekipleri durdurabildi. Polis, alkollü sürücünün ehliyetine el koyarken, hurdaya dönen otomobil emniyet otoparkına çektirildi.

MATOFSET
MATBAACILIK&GAZETECİLİK&REKLAMCILIK

SUDOKU

SUDOKU BİR AKIL OYUNUDUR!

Uzun yıllar Japonyayı kasıp kavurduktan sonra tüm dünyaya yayılan SUDOKU her biri dokuz kutuya bölünmüş, dokuz büyük kareye, ilk dokuz rakamı yerleştirme sanatıdır.

Hazırlayan **KOLAY** Şerif Erel

5				9	8	6	7	
4								8
	6				2	3		
9	8		1					
3								7
					3		9	2
		5	2				8	
6								1
	9	7	4	8				3

ORTA

1				2			3	9
		5	1		6			
				8			5	4
	9	2					8	
	6						9	
	1					3	7	
2	7			5				
			6		7	5		
6	5			4				3

ZOR

	9				7			2
4		1				6		
	2		9	5				
	1			7		5		
8		5		1		2		4
		2		8			1	
				4	2		3	
		9				7		6
5			8				2	

DÜNKÜ SUDOKU BULMACA ÇÖZÜMLERİ

KOLAY

4	2	5	1	9	6	3	7	8
1	3	6	2	7	8	5	9	4
9	7	8	5	3	4	2	6	1
2	1	3	4	8	7	6	5	9
6	4	9	3	1	5	7	8	2
5	8	7	6	2	9	1	4	3
8	5	2	9	6	3	4	1	7
7	6	1	8	4	2	9	3	5
3	9	4	7	5	1	8	2	6

ORTA

7	5	1	3	9	8	4	6	2
9	6	2	6	1	4	5	8	7
8	6	4	7	2	5	1	9	3
3	9	5	2	8	1	6	7	4
6	2	8	4	7	3	9	1	5
1	4	7	5	6	9	3	2	8
4	7	9	1	5	2	8	3	6
2	8	3	9	4	6	7	5	1
5	1	6	8	3	7	2	4	9

ZOR

2	3	5	4	7	8	9	1	6
8	1	7	6	9	5	4	3	2
6	9	4	3	2	1	5	8	7
7	2	9	8	1	3	6	4	5
1	5	3	7	4	6	2	9	8
4	6	8	2	5	9	1	7	3
3	7	1	9	6	2	8	5	4
9	8	6	5	3	4	7	2	1
5	4	2	1	8	7	3	6	9

Sayfa 8'den devam

Goca Arifin Sali, Ballelen Hüsen, Kamilenin Amet, Kıymın Adem.
Bunlar, Hatıp İsmel'in hakkından gelemediği, bir türlü disipline sokup dize getiremediği büyük çocuklardı. Bu böyle kalsa neyse. Bu yaramaz çocuklar, peşlerine taktıkları kendilerinden küçük çocukları da dersten ayarttıkları için, bunlar sanki hocanın can düşmanları gibiydi.
Bu yüzden Hatıp İsmel, onlara zevkle dayak atardı. Ama nafile onlar yine'de yapacakları yaramazlıklardan vazgeçmezlerdi.
Hatıp hocanın bu davranışlarına bir anlam bulmaya çalışan ben, adeta hocanın karşısında put gibi duran bir kaç çocuktan biri idim. Kışın soğuğunda, çocuklara dayak atarken terleyen bir insan düşünün!, sinirlenince, delirmişe dönen ve kendisinden geçen bir adam düşünün!.
Çoğu hocanın boyundan büyük bu Eşşek kadar çocukları, eğitimsiz bir insanın disipline etme düşüncesini düşünün!.
Böyle bir ortamda, o kişinin psikolojik yapısının, bir piskopata dönüşemeyeceğini kim garanti edebilir!?.
***
1970 depreminde caminin minaresi tam orta yerinden yıldırım işareti gibi zarar görür. Minarenin deprem sonrası zarar görmesi sonucu, çevresine ve camiye zarar vereceği korkusundan, köylüler aralarında toplanır ve minarenin yıkılmasına karar verirler.Bu sırada, caminin minaresinin yıkılmasından korkan köyküler, korkudan camiye giremezler.
Bir gün bir kamyonun arkasına bağlanan zincirlerle minarenin bükülmüş yerinden bağlanarak, -bir ağaç gibi- meydana doğru devrilmesi için, kamyon ile çekmeye çalışırlar.
Meydan eniş aşağı olmasına rağmen, bir kamyonun gücü minareyi devirmeye yetmez.Bu olmayınca çevre köylerden bir kamyon daha bulunur. İki kamyon arka arkaya aşağıya doğru patinaj yaparak çekerlerken, bu kez; minarenin ayakta kalma gücü, iki arabanın gücüne dayanamaz ve büyük bir gürültü ile, ortalığı toz bulutuna boğarak yıkılır.
Minare yıkılır yıkılmasına ama, toz bulutuyla yıkılma aynı anda gerçekleştiği için, önce ne olduğu anlaşılmaz.Toz bulutu dağıldıktan sonra, köylüleri şoke eden asıl gerçek ortaya çıkar.Köylüler camiye doğru baktıklarında. Minare yıkılmamış, olduğu yere çökmüştü. Minare, çökmeyle birlikte, caminin çatısını da birlikte çökertmiş ve bu durum köylüleri gözyaşlarına boğmuştu.O günden sonra köyün ne camisi, ne de minaresi kalmıştı. Köylüler daha sonra, köy odasını hem cami, hem de köy odası olarak kullanmaya başlarlar.
***
Deprem sonrası köye uzmanlar gelir, uzun tartışmalar sonrası, köyün başka bir yere taşınması kararlaştırılır. Köylülerden bazıları, yeni yapılaşmanın, devletin depreme dayanıklı -betonarma tuğla yapımı- binalar yerine, kolaycılığı seçerek Prefabrik türü basit yapılaşmayı seçtiğinden dolayı, bu tür yapılaşmaya karşı çıkarlar. Bunların başını çekenlerin içinde duvar ustası babam da vardı.
Plan ve parsellemenin yapılmasına rağmen, o zamanlar köy kent türü bu planlamadan vazgeçilir. Köyde, evleri tamamen yıkılarak zarar görmüş bir kaç kişinin zorunlu ihtiyacına dayalı 3 adet prefabrik baraka türü yapı yapılarak, köyün tamamının taşınma işlemi böylece askıya alınır.
Depremden uzun zaman sonra, köyün büyük bir bölümü, zamanla köyden 500 metre kadar uzaklıkta, bulunan, Simav Bursa yolu kenarındaki -eskiden köyün harman yeri olarak kullanılan- Alan ve Çakmak tepesi denilen mevkiye, kendi imkanlarıyla, kendi arazilerine inmişler. Şimdi orayada da bir cami yaptırılmış.
***
Köyün gençleri İstanbul, İzmir gibi büyük kentlere göç ederken, bir bölümü de Simav kentine yerleşmiş. Köyün adı köleler köyü iken, Çınarlıdere Köyü olmuş, köyün eski yerleşiminde ise, hala10 hane kadar ev, 30 kadarda insan kalmış. Şimdi köye iki katlı cami yaptırılmış ve kadrolu imamı bulunmakta. Köyün eski imamı Hatıp Hoca, köye kadrolu imam atandıktan sonra, Rençberciliğe geri dönmüş, ondan bir süre sonra da rahmetli olmuş.Köyde, bir kaç kadrolu imamın değişmesi sonrasında, şimdiki kadrolu imamı, neredeyse 20 yılı aşkındır bu köyde hizmetli olarak bulunmaktaymış. Köyün imamı köyde kalan bir kaç insanla iç içe geçmiş. Köyün ekilmeyen -sahipli ama- gerçekte sahipsiz kalan tarlalarını sürüp, ekerek, çiftçilik yapmanın yanı sıra, Holstein, Mantafon inekleri ile sütçülük ve besicilik yaparak köyde kalıcı bir düzen kurmuş.
***
Annem, 8 Eylül 2017 tarihinde hakkın rahmetine kavuştu. Vasiyeti üzerine köy mezarlığına, babamın yanına gömülmeyi isteyince; Simav'dan konvoy halinde -belediyeden tahsis edilen- cenaze aracı, Aşevi aracı ve otobüslerle epey bir kalabalık köye geldik.
Kentten gelenler ve çevre mahalle ve köylerden gelenler, erkekli, kadınlı annemi sevenler, köydeki evin çevresinde toplandı. Onu son yolculuğuna uğurlamaya gelen kalabalıklarla, neredeyse köyün sokakları doldu taştı
Ölümü Cuma'ya denk geldiği için, cenazeden dolayı, neredeyse yarım asırı aşkın bir süre sonra, tekrar köyün camisine ayak basacağım.
Bu vesile ile, annem için hem Cuma namazı, hem de Mevlid ve hayır bir arada yapıldı.
***
Camiye girmeden önce, caminin yan tarafındaki tuvaleti ziyaret etmek istedim. Dört kabinlik tuvalette; hangi kabine girdimse; suları akmıyor. Ortalığı .ok ve koku götürüyor. İyiki yemeğin yanında; beraberimizde 500 cl lik Pet şişe su götürmüşüz.Bunlardan yararlanarak taharetlendik.
Abdest alıp camiye gireceğiz. caminin alt girişinde, lavoba ve havuzları yaptırılmış.Burada sular akıyor, fakat lavoba havuzlarının akıntıları tıkalı. Lavoba havuzunda biriken su tiksinti uyandıracak boyutta.
Burada ben, köyün imamı adına; gelen misafirlere mahçup oldum. Bazı misafirlerin şikayetleri açıktan, bazılarının şikayetleri kulağıma eğilerek oluyordu.
Neyse fazla abartmayayım, köye eski halinden büyük ve daha görkemli, içi çini ve mistik işlemelerle bezenmiş, -içine Üç beş yüz kişilik cemaat alacak- bir cami yapılmış.
Fakat, köye köy demeye bin şahit lazım; çünkü, camisi kent camileri ile baş ölçüşecek bir yapıt.
***
Türkiye'nin neresinde bir köy görsem ve hangi köye gitsem; dikkatimi çeken en görkemli yeri, iki minareli camileri. Buradan, camiler hakkında başka bir anlam çıkardığım düşünülmesin. Ben daha itinalı davranarak; inançlardan önce insanlara önem verdiğim için böyle düşünüyorum...
Burada benim şaşkınlığım daha da ileri, asıl dikkat çekmek istediğim, insanların iki yüzlülüğü karşısındaki şaşkınlığımdır.
Asıl şaşkınlığa gelince; Köylerin sokaklarının pisliği. Sokaklar, .ok kokusundan geçilmezken,Evlerin içleri, altta kalan hayvanların pisliğiyle kokarken, Camilerin tuvaletleri .oktan girilmezken, görkemli camileri ile övünmelerine olan şaşkınlığımdır.
Bütün bunlardan sonra, elbette insanların inançlarını yerine getirdiği ve ibadet yaptığı yerler çok çok önemlidir.
Eğer, buraları inanc merkezi ise, daha itinalı korunmalı, temiz ve çekici olmalıdır. Bu kesinlikle bu şekilde olmalıdır. Köyün imamı, caminin ruhani lideri; bundan kesinlikle camini imamı sorumludur.
***
Sadece bununla mı?
Hocanın asıl sorumlu olmak zorunda olduğu; insanların eğitimine yönelik çalışmalarıdır. Daha da önemlisi; herşeyden önce hocalar pedoğojik eğitimli olmalıdır.
Yetlililere ve MEB'ına sormak gerekir; hangi imam dini eğitimin dışında her hangi bir pedogojik eğitim alıyor?.
Müslümanlar, islamı ve dini -kendilerince- anlatırlarken mangalda kül bırakmayacak dilde anlatıyorlar. En başında da; "Temizlik imandan gelir" diye övünüyorlar; Gerçekte böyle mi?
Ömürlerini geçirdikleri evleri, aşındırdıkları sokakları. Söyledikleri, inandıklarının pratiği olmalı'ki; imandan insan anlaşılsın..
İnananların özel ve genel ibadet alanlarının temizliği ve görkemliği önem taşıması elbette gereklidir!.
Bu anlamda insan, temizliği ne zaman içeriden dışarıya doğru, yani önce beyinden, yani eğitimle anlarsa'ki; mantıki açıdan da zaten bu böyledir.

İşte; insan, iman ve temizlik üçgeni, manevi açıdan; o zaman anlamlı ve anlaşılırlık taşır.
***
Not:
Hikayede adı geçen isimler ve lakaplar yerel konuşma dili ile yazılmıştır.

İsmail Göçüm - 7 Ocak 2018

DÜNYANIN HAVASI EN TEMİZ ŞEHRİ HELSİNKİ OLDU

2019 yılı itibarıyla havası en temiz şehirler açıklanırken, dünyanın havası en temiz şehri Helsinki olarak görüldü. Türkiye'den de dört şehrin havası temiz şehirlerarasında yer alması dikkat çekti.

PRNet'in Numbeo verilerinden ve medya yansımalarından derlediği bilgilere göre, 2019 yılı itibarıyla havası en temiz şehir Helsinki olarak görüldü. Helsinki 13,01 puanla listenin başına yerleşirken, onu 13,95 ile Canberra ikinci sıradan, 14,73 ile de Reykjavik üçüncü sıradan takip etti. Listeye Türkiye'den de dört şehrin girdiği görülürken, ilk 100'ün içinde sadece bir şehrin olması dikkat çekti. Böylelikle Türkiye'den Bursa sadece ilk 100'e girerken, İzmir'in 158'inci, İstanbul'un

177'nci, Ankara'nın ise 185'inci sırada yer aldığı saptandı. Havası en temiz şehirler sıralamasında ilk onda yer alan diğer şehirler ise sırasıyla, Wellington, Zürih, Victoria, Stockholm, Viyana, Lüksemburg ve Ottawa oldu.

PRNet ve Ajans Press'in gerçekleştirdiği medya araştırmasında konu ile ilgili yazılı basına yansıyan haber adetleri de belli oldu. Gerçekleştirilen yazılı basın incelemesinde çevre kirliliği ile ilgili 2018 yılında 19 bin 458 haber çıkışı tespit edildi. 2019 yılının ilk 22 günlük diliminde ise çevre kirliliği hakkında bin 485 haberin yansıma bulduğu görülürken, çevre kirliliği haberlerinin içerikleri incelendiğinde ise, yeşil alan ve betonlaşma başlıklarının en çok konuşulan içerikler içerisinde yer aldığı tespit edildi.

BÜTÜNER: KAR VE YAĞMUR ÇİFTÇİMİZİN YÜZÜNÜ GÜLDÜRDÜ

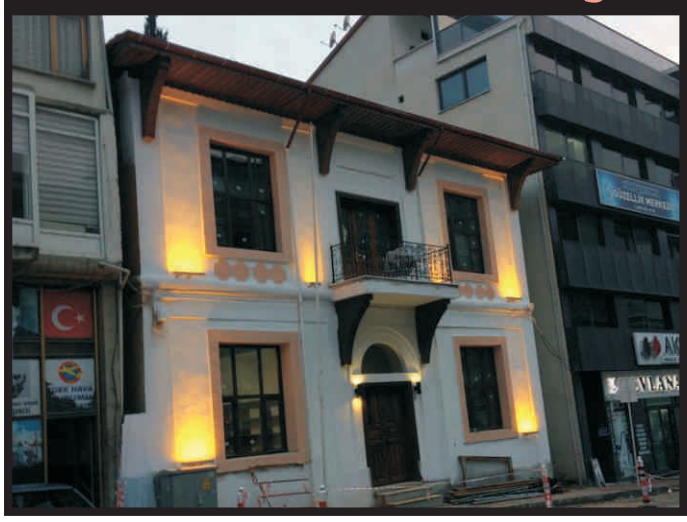
Haber: Kemal Yalçın

Kadir Bütüner

Simav Ziraat Odası Başkanı Kadir Bütüner, son haftalarda etkili olan kar ve yağmur yağışlarının tarım alanları ve çiftçiler için önemli olduğunu bildirdi.

Simav merkez, 83 köy ve 6 beldedeki çiftçilerin uzun süredir kar ve yağmura hasret kaldığını açıklayan Simav Ziraat Odası Başkanı Kadir Bütüner, "Çiftçilerimiz son haftalarda yaşanan yağışlara sevindi. Bereketin yağdığı ekili alanlar tekrar filizlenecek. Uzun bir süredir kuraklık yaşanınca yer yer bazı ekili alanlarda tohumlar çürümeye yüz tutmuştu. Ancak son yağışlar ekili alanlara adeta ilaç gibi geldi. Bölgemizdeki bazı çiftçilerimiz ise şer altı kaynaklarının beslenmesi açısından yağışların bir süre daha devam etmesirden yana. Geçen yıla oranla bu yıl yağışlar önemli derecede artış gösterse de çiftçilerimiz bu ayın sonuna kadar yağmur hatta kar bekliyor" dedi.

MİLLET KAHVESİ AÇILMAYI BEKLİYOR



Belediye Başkanı Süleyman Özkan'ın geçmişi geleceğe taşıma adına Simav Belediyesi Kent müzesine verdiği önem kadar Cumhuriyet Caddesindeki eski polis ve jandarma binasına verdiği önem takdirle karşılanıyor.

Tarihi binanın Millet Kahvesi olarak yapılan tadilat ve restorasyon çalışmasının ardından hizmete girmesi için önemli bir çalışmanın kalmadığı öğrenilirken, binanın dokusuna uygun ahşap mobilya ve oturma guruplarının tamamlanmasının beklendiği öğrenildi.

Haber: Şerif Erel

OBEZİTE AMELİYATI YAPABİLEN MERKEZLERDEN BİRİ DE KÜTAHYA

Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Evliya Çelebi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Genel Cerrahi Uzmanı Doç. Dr. Faik Yaylak konu hakkında açıklamasında"Obezite Ameliyatı Yapabilen Merkezlerden Biriyiz"dedi.

İlk olarak 2012 yılında Evliya Çelebi Eğitim ve Araştırma Hastanesinde Genel Cerrahi bölümünde Prof. Dr. Mustafa Cem Algın tarafından başlatılan tüp mide ameliyatı; 2015 yılından itibaren ileri seviye laparoskopi (kapalı) şeklinde Prof.Dr Mustafa Cem Algın, Doç. Dr. Faik Yaylak ve Doç. Dr. Sezgin Zeren tarafından Obezite ve Metabolik Cerrahi tedavisinde başarıyla uygulandığı açıklandı.

Son olarak 31 yaşında 130 kg olan Oğuzhan Kara, Doç. Dr. Faik Yaylak ve Doç. Dr. Sezgin Zeren tarafından yaklaşık 2 saat süren bir operasyon ile sağlıklı bir şekilde hastaneden taburcu edildiği belirtildi.

Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Evliya Çelebi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Genel Cerrahi Uzmanı Doç. Dr. Faik Yaylak konu hakkında açıklamalarda bulundu.

"Sağlık Bakanımız Sayın Dr. Fahrettin Koca'nın "Herkesin yapabileceği bir ameliyat şekli değil. Artık bu ameliyatı kimlerin yapması gerektiğiyle ilgili kuralları belirliyoruz. Obezite ameliyatı yapacak doktora tecrübe şartı getiriyoruz." Açıklamasında olduğu gibi bizler 2012 yılından bu yana ileri seviye laporaskopi (kapalı) ameliyatları için gerekli alt yapı çalışmalarını yapmaktayız. Çok iyi bir şekilde eğitimini aldık. Şu anda da Kütahya'mızda Obezite Merkezimizi kurmuş bulunmaktayız. Günümüzün hastalığı olarak karşımıza çıkan Obezite için mücadele edilse de her şeyi deneyip zayıflayamayan hastalarımızı en son çare olarak tüm tetkiklerini araştırıp ameliyatlarını gerçekleştiriyoruz. Böylece obezite ile beraber gelişen diğer hastalıklarından da kurtulmaları mümkün olmaktadır. En son 31 yaşındaki genç arkadaşımız Oğuzhan Kara'ya Tüp Mide (mide küçültme) ameliyatını Sezgin Hocam ve tecrübeli ekibimiz ile birlikte 2 saat gibi bir sürede gerçekleştirdik. Hastalarımızı ameliyattan sonra öylece bırakmıyoruz. Diyetisyenler ile birlikte kontrollü bir şekilde takip ediyoruz. Genç arkadaşımız 8 günde 10 Kg vererek şimdiden rahatladığını görüyoruz. İlerleyen zamanlarda sağlıklı bir şekilde

tamamen fazla kilolarından kurtulacağını bekliyoruz."

Dr. Yaylak; Hastanede tüp mide ameliyatını yanında, laporoskopik gastrik by-pass ameliyatlarının da başarılı bir şekilde yapıldığını ifade etti.

Ameliyat olan Oğuzhan Kara ise; "Öncelikle burada bu imkanları sağlayan İdarecilerimize ve Hekimlerimize teşekkür ederim. Ben aslen Sivaslıyım, Antalya'da doğup büyümüş, 2006 yılından itibaren okul sebebiyle Kütahya'da yaşayan biri olarak, hiçbir zorlukla karşılaşmadan bu ameliyatın burada olmasından çok mutluyum. Hocalarımız ekip ve görevliler işlerinde gayet başarılılar. Hepsine teşekkür ederim. Şimdiden 8 kilo verdim. Fit olmaya hazırım." Dedi.

MİSAFİR KALEM

İsmail GÖÇÜM
Gazeteci-Serbest Yazar
Bremen-ALMANYA

BİZİM KÖYÜN İMAMI

Bir anı

Benim çocukluğumda, köyümüzün orta yerinde, içi ahşap işlemeli camisi ve bitişiğinde minaresi vardı. Caminin karşısında ise yine ahşap köy odası ve altında misafirlerin hayvanlarını bağladığı ahır vardı.Köyün imamı Hatıp İsmel, köylüler tarafından her haneye bir kile tahıl karşılığında imam olarak görev yapardı. Hatıp İsmel, köyün imamlığı yanında kendi işleriyle meşgul olurken, aynı zamanda da köyün çocuklarına din dersi de vermekle görevli idi.

O zamanlar, İlkokulu olmayan 30 hanelik bir köy. Her evde 10 yaşın altında ortalama 2 çocuk düşünüldüğünde, toplam 60 çocuk. Bu çocuklar hemen hergün, arapça harfler, dualar ve namaz sureleri öğrenmek için köy odasında toplanırdı.

Hemen her evden ders almak için, hocaya gitmeyen çocuk yoktu. Dersten kaçtıkları için dayak yiyeceklerini bilen ve yaşları 3 ile 10 arasındaki çocuklar, köy odasında hocanın karşısına diz çökerek dizilirler. Hoca önden çekerek, hocanın söylediklerini çocukların tekrarladığı arapça harfleri öğrenmeye çalışırlardı.

Bu çocuklar arasında ablam ve bende vardım. Ablam 8-9 yaşlarında, köyün çocukları arasında en iyi ezberi olan, ben ise hemen hemen ablamın kopyası, 4-5 yaşında bir çocuk.

Hoca ağzından çıkan harfleri sırası ile örneğin:

"Elif" dediği zaman

Hep bir ağızdan bütün çocuklar: "Elif"diye tekrar ederken, aradan bazı cırtlak ve peltek sesler çıkar, mesela elif yerine dili dönmediği için:"Eyif" diyince diğer çoçukları gülme tutar. Böylece, koro şeklinde söylenen aheng bozulur. Ahenk bozulunca, bir şamata, gürültü; Hatıp hoca hemen bir müdahale ile devreye girer ve gür sesi ile: "Susssssunnnn!" diye bağırarak,elindeki 3 metrelik gürgen değneğini, bir metrelik kollarıyla, karşısında sıra halinde diz çökmüş çocuklara rast gele:"pat, küt" diye girişirdi.

Hatıp hoca, böyle durumlarda çok çabuk sinirlenip, öfke ile köpüren asabi bir kişiliğe sahipti.

Oyun çağındaki her yaştan çocukları bir odanın içine hapsedip, onları korku ile disipline etmek oldukça sabır gerektiren bir iş. Bu iş Pedogojik eğitim almış bir eğitmenin bile başedemeyeceği zor bir gerçek iken; sıradan bir din eğitimi alan bir insanın bu çocuklarla başedemeyeceği temel bir gerçektir. Çoğu oyun çağındaki bu çocuklar, böyle bir ortamda ne derecede başarılı, sakin ve sabırlı olacağı yine büyük bir soru işaretidir.Köyde kış aylarında, küçük ve büyük baş hayvanlar ahırlarda kapalı kaldığı için 10 yaş üzeri çobanlık yapan çocuklarda hocaya ders almaya gönderilince; ortalık tam bir curcunaya dönerdi.Bu kalabalıkta disiplin iyice bozulur, büyük erkek çocukları odada zaptetmek iyice zorlanırdı. Çoğu, ceplerinde taşıdıkları 'silahları' lastikli Sapan ve depkeçli Patlangaç'larla, her fırsatta sokaklara koşarlardı.

***

Evlerin arka kısımlarındaki damlardan atılan hayvan tersleri ve evlerin abdestliklerindeki tuvaletlerden akan pisliklerle birleşince, oralarda yığın halinde pislikler oluşurdu. Kış soğuğunda yem arayan zavallı serçe kuşları buralarda eşelenirlerdi. Köyün delikanlı yaşa gelmiş çocukları, işte buralarda eşelenen kuşların peşinde koştururlarken buraları eğlenceye dönüştürürlerdi. Tabi bu arada hocayı da, dersleri de unuturlardı.Bu duruma el atan yine Hatıp hocadır. Elinde bir sopa, sokak sokak, pisliklerde serçe avlamakta olan çocukların peşinden koştururdu. Hocayı gören çocuklar Çil yavrusu gibi sağa sola savrulup koştururdu. Hoca eline geçirdiği çocuğa acımaz 'çat, pat' girişir, yakaladıklarını önüne katar, kaşşağa sokar gibi; doğru köy odasına doldururdu. Sokakta hıncını alamayan hoca, topladıklarını burada tekrar sıra dayağından geçirir, onları disipline etmeye çalışırdı. Hele bunlar içinde öyle yaramaz çoçuklar vardı ki; bunlar; Goca İzzetin Nazlım, Gara Üsen, Gasının Adem, Rafetanın Amed, şekeranın Marem, Fezulla dayının Yakıp, Devamı sayfa 7'de

DÜZELTME: 25 Ocak 2019 Cuma tarihli gazetemizin birinci sayfasında yayınlanan "BELEDİYE BAŞKANI SÜLEYMAN ÖZKAN; "TARİHİMİZE SAHİP ÇIKTIK" başlıklı haberimizde Simav Belediyesi Kent Müzesine inceleme ziyaretinde bulunan Bilecik Belediyesi Yaşayan Şehir Müzesi sorumlusunun adı yanlışlıkla Şeyma Çalbay olarak yer almıştır. Doğrusu "Yurdanur Kırlı"dır. Düzeltiriz.