



Academic Kart sahibi olun Academic Hospital Ailesi sizi bekliyor



Geniş Ailemiz Sizi Bekliyor

Hastaların görüş ve isteklerini merkeze alan, memnuniyet odaklı hizmet anlayışıyla her zaman hastaların yanında olan Academic Hospital, odağına bilimi koyan, şefkatli ve konforlu hizmet anlayışıyla ailesini her geçen gün büyütüyor. Hastalarına sunduğu hizmet kalitesini daha da ileriye taşımak hedefiyle 2017 yılından bu yana Academic Kart uygulamasıyla fark yaratan Academic Hospital, karta sahip olan hastalarına, kişiye özel sağlık hizmeti sunuyor. Hem koruyucu hem de tedavi amaçlı bir hizmet sunan Academic Kart'a sahip olanlar, böylece geniş Academic Hospital Ailesi'nin bir parçası oluyor.

Academic Kart'ın Sağladığı Avantajlar:

- Academic Kart ile birçok hizmet grubunun yer aldığı sağlık hizmetlerine çok uygun fiyatla sahip olursunuz.
- Size özel bir sağlık danışmanı tarafından bu hizmetleriniz düzenlenir.
- Muayene ve kontrol randevularınız, tetkik ve tahlil amaçlı organizasyonlarınız; danışmanınız tarafından size en uygun şekilde planlanır ve hizmet aldığınız süreçte sizlere eşlik eder.
- Üyelik sürecinde hemen hemen tüm sağlık hizmetlerinde özel avantajlara sahip olursunuz.
- Bir yıl geçerli ücretsiz Check-Up taraması yaptırabilirsiniz.
- Sadece Check-Up günü Divan Cafeteria'da bir defaya mahsus ücretsiz kahvaltı edebilirsiniz.
- Check-Up taramasına ek Radyoloji işlemlerinde yüzde 50 indirim alırsınız.
- Bir yıl içerisinde 3 defa uzman doktorlardan yüzde 50 muayene avantajı sağlarsınız.
- Bir yıl boyunca, Laboratuvar ve Radyoloji işlemlerinde yüzde 20 indirimden yararlanırsınız.

Academic Kart dünyasının avantajlarından yararlanmak için detaylı bilgiyi 444 0 353 numaralı çağrı merkezimizi arayarak alabilirsiniz.



9 Şubat Dünya Sigarayı Bırakma Günü

Sigarasız Bir Hayat Mümkün

Dünya çapında her 13 saniyede 1 kişi, yılda ise 2,5 milyon kişi hayatını kaybediyor. Türkiye'de yaklaşık 17 milyon kişi sigara içiyor. Her yıl bu sayının 100 bini hayatını sigara yüzünden kaybediyor. Tüm kanser ölümlerinin yüzde 30'u, akciğer kanserlerine bağlı ölümlerin ise yüzde 90'ını sigara nedeniyle oluyor. Erkeklerde, tüm kansere bağlı ölümlerin yüzde 35'inin nedeni; kadınlarda ise kansere bağlı ölümlerin yüzde 15'inin nedeni sigaradır.

Sigarayı bırakmak isteyen herkes için kişiye özgü tedavi sağlanan Sigara Bırakma Polikliniğimizde sağlıklı bir nefes almak mümkün kılınmaktadır. İlk müracaat ve hazırlık döneminde her türlü detaylı inceleme ve tahlil yapılmaktadır. Sigara Bırakma Polikliniği Hasta Değerlendirme Süreci: Anamnez (hasta öyküsü) alınması, özgeçmişleri, soy geçmişleri, alışkanlıkları, geçirdiği hastalıklar, ameliyatlar ve sürekli aldığı ilaçların belirlenmesi, fiziki muayene, kan basıncı, boy, kilo ölçümü, BMI hesabının yapılması, Fagerström nikotin bağımlılık testi ile bağımlılık düzeyinin belirlenmesi, karbonmonoksit monitörü ile solunum havasında karbon monoksit ve karbon hemoglobin düzeylerine bakılması...

CBC, total kolesterol düzeyi, HDL, LDL, Tg, AST, ALT, AKŞ, sedimantasyon, üre, kreatinin, solunum fonksiyon testi, EKG, PA Akciğer grafisi ve SFT tetkiklerinin yanı sıra Anksiyete Depresyon Ölçeği ile de komplike bir tedavi süreci yürütülmektedir.

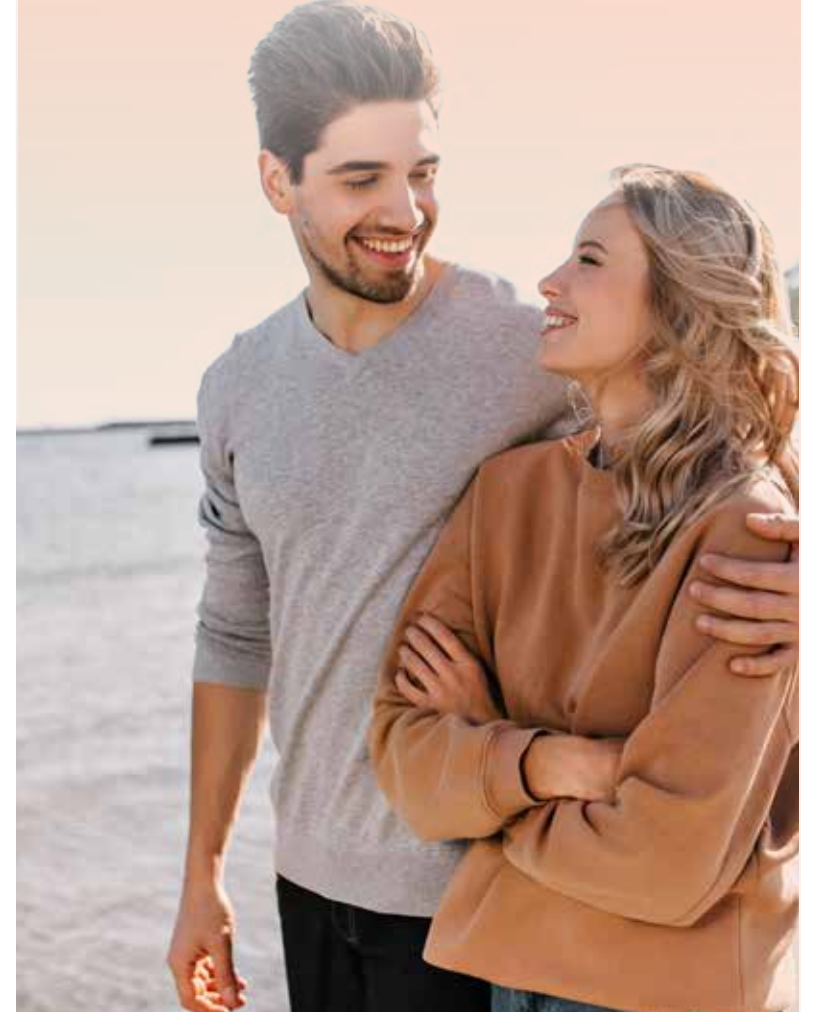
Academic Hospital Sigara Bırakma Polikliniği'nde Psikiyatri Bölümü ve uzman psikologların da desteği ile birden fazla bölüm bir arada çalışarak (multidisipliner yaklaşım), hastalara uzun süreli bir destek sağlanmaktadır.

Sigarayı Bırakma Programı

- İlk Müracaat ve Hazırlık
- İlk Görüşme ve Sigarayı Bırakma Günü Tespiti
- 1. İzlem: Sigarayı Bırakma Günü Görüşmesi
- 2. İzlem: 7. Gün
- 3. İzlem: 15. Gün
- 4. İzlem: 1. Ay
- 5. İzlem: 3. Ay
- 6. İzlem: 6. Ay
- 7. İzlem: 1. Yıl
- Telefon Görüşmeleri

Sigarayı bırakmak isteyen herkes için kişiye özgü tedavi sağladığımız SİGARAYI BIRAKMA POLİKLİNİĞİMİZ ile sigarayı bırakmanın tam zamanı...

14 Şubat Sevgililer Gününüz Kutlu Olsun



Rahim Ağzı Kanserinden Korunmanın 3 Adımı

Düzenli Tarama, Aşı ve Güçlü Bağışıklık!



21 yaşından sonra düzenli SMEAR kadınların hayatını kurtarır!

Prof. Dr. Zehra Neşe Kavak

Kadınlarda meme kanserinin ardından rahim ağzı kanseri en sık görülen ikinci kanser türü olarak biliniyor. Tüm kanserlerde olduğu gibi serviks kanserinde de erken teşhis hayat kurtarıyor. Üstelik rahim ağzı kanseri, erken teşhis edilme imkânı en yüksek olan kanser türü. Düzenli jinekolojik muayene yapılması durumunda kanserin öncü lezyonları zamanında teşhis edebiliyor, uygun tedavi-lerle bu lezyonların büyük bir çoğunluğunun kansere dönüşmesi engellenebiliyor.

Sinsi gelişir

Sinsi gelişen bu kansere neden olan HPV virüsünün kansere dönüşmesi 10 yılı alabiliyor. İşte bu nedenle düzenli jinekolojik muayene hayati önem taşıyor. Ergenliğe giren tüm kız çocuklarına ve genç kadınlara şu çağrıda bulunuyoruz: **Lütfen düzenli şekilde yılda bir kez jinekolojik muayenelerinizi yaptırın. 21 yaşına gelmiş bir genç kızın jinekolojik muayene ve smear testi yaptırmasının, kanserle savaşta en önemli etken olduğunu unutmayın.**

30'undan sonra HPV Testi eklenmeli

Serviks kanserine karşı elimizde iki ayrı tarama testi bulunuyor. Bunun birincisi ve en önemlisi papsmear testi. Bu testin özellikle 21 yaş sonrasında mutlaka düzenli olarak yapılması gerekiyor. Tanıdaki diğer etkili yöntemimiz ise direkt virüsü araştıran HPV testi. Kadınların 30 yaşından sonra ise bu testi de yaptırmalarını öneriyoruz.

Kadınların korkulu rüyası rahim ağzı (serviks) kanseri sinsi ve tehlikeli olmasına karşın nedeni kesin olarak bilinen, erken teşhis edilmesi ve önlenmesi mümkün olan bir kanser türü. Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanları Prof. Dr. Neşe Kavak, Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü Gökaslan ve Uzm. Dr. Ertan Özgen, Rahim Ağzı Kanseri Farkındalık Ayında kadınlara çağrıda bulunuyor:

“Rahim ağzı kanserinden korkmak yerine önleminizi alın.” Dünyada en çok görülen jinekolojik kanserler arasında yer alan, HPV virüsünün neden olduğu serviks kanserinden bu üç önemli adımı atlamayarak korunabilirsiniz:
1- Her yıl düzenli olarak jinekolojik muayenenizi ve smear testinizi yaptırın.
2- HPV aşınızı yaptırın.
3- Bağışıklık sisteminizi güçlü tutun ve sigarayı bırakın!



Bağışıklık sisteminizi güçlü tutun. Sigara içmeyi bir an önce bırakın.

Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü Gökaslan

Rahim ağzı kanseri, bir virüsün (HPV) neden olduğu ve bunun kesin olarak bilindiği bir kanser türü. Dolayısıyla bu açıdan en fazla tedavi edilebilen ve önenebilen kanser türü. Erken tanı koyma imkânı var; serviks kanserinin en önemli avantajı bu.

HPV aşında bir enfeksiyon

Serviks kanserine neden olan HPV, bir sigil virüstür. Çok sayıda tipi var ama bunların 30-40 tanesi genital bölgede yerleşiyor ve serviks yani rahim ağzı kanserine neden olabiliyor. HPV bir enfeksiyondur. Bazen hiçbir belirtiyeye yol açmadan bile kişi bu enfeksiyonu geçirebilir ve kendiliğinden iyileşir. Bu, tamamen vücudun bağışıklık sistemine bağlı. Vücut direnciniz, bağışıklık sisteminiz yeterliyse vücut bu virüsün yüzde 90-95'ini temizler. Kalan yüzde 5-10'luk bölümü ise kalıcı enfeksiyonlara, bu enfeksiyonlar ise daha sonra öncü lezyonlara ve ardından da rahim ağzı kanserine yol açar.

Zayıf anınızda kansere dönüşür

Ancak sadece virüsün bulunması kanser oluşması için yeterli değildir. Bunun yanında bazı çevresel faktörler de etkili olur. Bağışıklık sisteminin düşmesi, kanser oluşmasını her zaman için kolaylaştıran bir faktördür. Çevresel faktörlerin başında ise sigara geliyor. Sigara, akciğer kanserinden sonra en çok rahim ağzı kanserine yol açıyor. Bu nedenle sigara kullanan kadınlara bir an önce sigarayı bırakmalarını öneriyoruz.

Kadınlarda en sık görülen beş kanser türünden biri olan rahim ağzı (serviks) kanseri, Dünya Sağlık Örgütü'nün verilerine göre yılda yaklaşık 500 bin kadında görülüyor. Rahim ağzı kanseri, HPV (Human/İnsan Papilloma Virus) virüsünün yol açtığı enfeksiyonlar sonucunda ortaya çıkıyor. Düzenli muayene ve tarama testlerinin yapılmadığı, hijyen koşullarının yetersiz olduğu az gelişmiş veya gelişmekte olan ülkelerde daha sık görülüyor.

Oysa kadınların korkulu rüyası bu kanser türü, sinsi ve tehlikeli olmasına karşın nedeni kesin olarak bilinen, erken teşhis edilmesi ve önlenmesi mümkün olan bir kanser türü. Academic Hospital'ın Kadın Hastalıkları ve Doğum uzmanları Prof. Dr. Neşe Kavak, Prof. Dr. Hüseyin Hüsnü Gökaslan ve Uzm. Dr. Ertan Özgen, Rahim Ağzı (Serviks) Kanseri Farkındalık Ayı'nda önemli uyarılarda ve çağrıda bulundular.



HPV aşısı düşünenler geç kalmadan yaptırmalı.

Uzm. Dr. Ertan Özgen

Rahim ağzı kanserinin etkeni HPV dediğimiz virüstür. Ağırlıklı olarak cinsel yolla, yanı sıra da hijyenik olmayan ortamlardan bulaşabilir. HPV virüsü, çok kolay bulaşan bir virüstür. Bu virüsten korunmak için elimizdeki en etkili silah rahim ağzı kanseri yani yaygın bilinen adıyla HPV aşısıdır. Dünyada 2006 yılından bu yana uygulanan bu aşının optimal yaşı 9-13 yaş arasındır, 26 yaşına kadar uygulanabilir ve bu süre 45 yaşına kadar uzatılabilir. Cinsel hayat başlamadan önce yapılması çok önemli; zira HPV virüsü bulaştıktan sonra aşının hiçbir etkinliği olmuyor.

Hücre değişikliğine sıkı takip

HPV virüsü bulaştıktan sonra rahim ağzında hücre değişikliklerine ve bu da rahim ağzı kanserine yol açabiliyor. Bu hücre değişikliklerini tespit edebilmek için papsmear dediğimiz bir yöntemle rahim ağzından hücre örneklenmesi yapılır. Bunu da özellikle cinsel hayat başladıktan sonra kadınlara her sene yaptırmalarını öneriyoruz. Hücre değişikliği meydana geldiği takdirde smear testi ile biz yüzde 70 oranında bu hücre değişikliğini, dolayısıyla kanseri yakalayabiliyoruz.

Kansere dönüşmesi 10 yılı buluyor

HPV virüsü vücuda girdikten sonra rahim ağzı kanseri meydana getirme süreci yaklaşık olarak en erken 7-8 sene civarında oluyor. Bu açıdan her sene smear testi yapacak olursak yakalama ve kanser meydana gelmeden önce tedavi etme ihtimalimiz yüksek olur.

BİZDEN HABERLER

KAMPANYALAR

TANITIMLAR

ŞUBAT'TA KÜLTÜR-SANAT



Yetişkinler için Heykel Atölyesi

Müze Gazhane - T Binası Atölye

6 Şubat 2022, 16:00

Kil ile tanışmaya hazır olun! Hep birlikte eğlenerek öğreneceğiniz, teknikleri tanıyarak yaratıcılığınızı ortaya koyabileceğiniz heykel atölyesi sizleri bekliyor.

Merve Özbey (Konser)

Jolly Joker Kartal IstMarina

14 Şubat 2022, 21:00

IstMarina'nın muhteşem atmosferinde Merve Özbey ile hafta sonu eğlencesi yaşayabilirsiniz.



Alice Müzikali

Zorlu PSM Turkeell Sahnesi

7 Şubat - 9 Mayıs 2022

Lewis Carroll tarafından yazılan ve bugüne kadar 174 dile çevrilerek edebiyatın eşsiz eserlerinden biri olma özelliğine sahip "Alice Harikalar Diyarında", Serdar Biliş'in yönetmenliği ve Beyhan Murphy'nin koreografisi ile çağdaş bir müzikal uyarlama olarak yeniden sahnedeki yerini alıyor.

Tatlı Kaçık (Tiyatro)

Şehir Tiyatroları Ümraniye Sahnesi

23-26 Şubat 2022, 20:30

1953 yılında Vern Snieder'in 'The Teahouse of the August Moon' romanından aynı adla uyarladığı oyunu ile Pulitzer ve Tony ödülleri alan senaryo ve oyun yazarı John Patrick tarafından kaleme alınan 'Tatlı Kaçık' (Everybody Loves Opal), Opal ve evin diğer sakinlerinin hikâyeleri üzerinden iyilikle kötülüğü karşı karşıya getiriyor ve karşılıksız sevginin, iyi niyetin iyileştireci, onarıcı yönüne dikkat çekiyor.



Academic Kadromuz Büyüyor

Doç. D. Süleyman Kuğu,
Konsültan Hekim olarak hastanemizin Göz Hastalıkları Bölümü'nde hasta kabulüne başlamıştır.



ŞUBAT MESAJI

SU AYAK İZİ

1 elmayı çöpe attığınızda yaklaşık 85 litre suyu israf ettiğinizi biliyor musunuz?

Su ayak izi; bir ürünün, üretim zincirinin çeşitli aşamalarında toplanan, ürünü üretmek için kullanılan toplam tatlı su hacmidir. Siz de gereksiz tüketimden ve israftan kaçarak susuzluğun önüne geçilmesinde katkıda bulunabilirsiniz.

ARAMIZA YENİ KATILANLAR

Academic Hospital kadrosuna Ocak ayında yeni çalışma arkadaşlarımız katıldı. Aramıza hoş geldiniz diyor, başarılar diliyoruz.

Nedim Çalık	Yardımcı Personel	3.01.2022
Alanur Kalkuz	Radyoloji Teknikeri	18.01.2022
İlayda Uyğur	Ameliyathane Hizmetleri Teknikeri	24.01.2022



Şubat ayında tüketilecek

sebze ve meyveler

Meyveler

Mandalina, portakal, elma, armut, yerli muz, ayva, nar, kestone.

Sebzeler

Kereviz, pırasa, karnabahar, ıspanak, lahanası, marul, roka, biberiye, nane, maydanoz, tere, Brüksel lahanası, pazı, havuç, salgam, pancar, bal kabağı

Academic Gazete'nin Şubat sayısında Hemşirelik Hizmetleri Müdürü Özlem Çetinkaya'yı konuk ediyoruz

1980 yılında Kadıköy/İstanbul'da doğan Özlem Çetinkaya, 19 Mayıs Üniversitesi Hemşirelik Lisans Bölümünden 2002 yılında mezun oldu. Mezun olduğu gibi kariyerine başlayan ve 2005 yılından bu yana mesleğine Academic Hospital'da devam eden Hemşirelik Hizmetleri Müdürü Özlem Çetinkaya evli ve iki çocuk sahibi. Boş zamanlarında ailesiyle vakit geçirmeyi seviyor. Takım çalışması ruhuna inanıyor. Adalet ve dürüstlükten yana yaklaşımıyla hemşirelik ekibine liderlik ediyor.



Özlem Çetinkaya'nın EN'leri

EN sevdiğiniz yemek	Mantı
EN sevdiğiniz şarkı	Akdeniz Akşamları
EN sevdiğiniz şehir	Sinop
EN sevdiğiniz ülke	İtalya
EN sevdiğiniz film	Hayat Güzeldir
EN sevdiğiniz hobi	Yürüyüş yapmak
EN sevdiğiniz kitap	Simyacı
EN sevdiğiniz spor	Yüzme
EN sevdiğiniz hayvan	Kelebek

Bu Ay Doğanlar

Dilek Güner	1 Şubat	Abdulkadir Kilit	16 Şubat
İlayda Gözcü	1 Şubat	Ümit Kurtkaya	16 Şubat
Mehmet Hanifi Abay	1 Şubat	Esra Özer	20 Şubat
Serap Uysal	1 Şubat	Semih Seven	21 Şubat
Hasan Dutkun	2 Şubat	Gökhan Özmen	22 Şubat
Elif Zan	3 Şubat	Süleyman Alper Tutkun	23 Şubat
Yalçın Yavuz	3 Şubat	Aykut Yılmaz	24 Şubat
Çağla Nur Ateş	8 Şubat	Bahar Eker	25 Şubat
Merve Nas	8 Şubat	Neşe Koçak	25 Şubat
Şenel Bağcı	11 Şubat	Cem Geniş	26 Şubat
Saniye Türkmen	15 Şubat	Seda Özdemir	28 Şubat
Sefer Selçuk	15 Şubat	Zeynep Nevma Madanoğlu	28 Şubat

AYIN KİTABI

İnsan Vücudu Tiyatrosu

Okulların tatil olması çocuklarımızın öğrenmesine engel değil. Domingo Yayınevi'nden çıkan çocuklar kadar yetişkinlerin de eğlenerek okuyacağı İnsan Vücudu Tiyatro'sunda insan biyolojisine yolculuk yapacaksınız. Bu anatomik yolculukta konunun kalbine (hatta midesine, damarlarına, hücrelerine, kemiklerine, beynine) kadar ineceksiniz ve bedenimiz hakkında bunca şeyi ne ara öğrendiğinize şaşıracaksınız. Academic Hospital Kitap



Köşesi, kitapsever misafirlerimiz için çeşitli türde, birbirinden farklı dünyalara açılan ve çok sevilen kitaplarla dolu.

Geçtiğimiz Ay En Çok Dinlenen Podcast'ler

1. Barış Özcan ile 111 Hz
2. Meksika Açmazı
3. Virgin Radio - Mesut Süre ile Rabarba
4. Ortamlarda Satılacak Bilgi
5. Kendine İyi Davran



Spotify
2022

6. Merdiven Altı Terapi
7. Biraz Konuşabilir miyiz?
8. Nasıl Olunur?
9. Anlatamadım
10. Fularsız Entellik