



Ö z e l Ü m i t H a s t a n e s i S a ğ l ı k B ü l t e n i

ÜMİT'Lİ HABERLER

Ocak - Şubat - Mart 2013 Sayı 3

**ÇOCUKTA 3 GÜNDEN
FAZLA SÜREN
ÖKSÜRÜĞE**

DIKKAT

**BURUN TIKANIKLIĞINI
CİDDİYE ALIN !**



TIBBİ BİRİMLERİMİZ

- Acil Servis
- Ağız ve Diş Sağlığı
- Anestezi ve Reanimasyon
- Beslenme ve Diyet
- Beyin ve Sinir Cerrahisi
- Biyokimya
- Check-Up
- Çocuk Kardiyolojisi
- Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları
- ▼ Dermatoloji
 - Estetik ve Güzellik Ünitesi
- Enfeksiyon Hastalıkları ve Mikrobiyoloji
- Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon
- ▼ Gastroenteroloji
 - Kolonoskopi
 - Gastroskopi
- Genel Cerrahi
- Göz Sağlığı ve Hastalıkları
- Göğüs Hastalıkları
- Hematoloji
- İç Hastalıkları
- Kadın Hastalıkları ve Doğum
- Kalp ve Damar Cerrahisi
- ▼ Kardiyoloji
 - Koroner-Periferik Anjiyografi
 - Kardiyak Rehabilitasyon
- Kulak- Burun Ve Boğaz Hastalıkları
- Medikal Onkoloji
- Nöroloji
- Ortopedi ve Travmatoloji
- Plastik, Rekonstrüktif ve Estetik
- Radyoloji
- ▼ Üroloji
 - Taş Kırma Ünitesi

İmtiyaz Sahibi

Dr. Oktay TANRIVERDİ

Yazı İşleri Müdürü

Gülay ÖZLER

Grafik Uygulama

Hüseyin KARA

Sanat Danışmanı

Duygu KARADUT

Yayın Türü

Bölgesel Süreli Yayın

Yayın Adresi

Batıkent Mh. Gerekli Sk. No:13 ESKİŞEHİR

E-mail : bilgi@umithastanesi.com.tr

Tel : 0 222 335 0 335





*Modellerimiz hayal
gücünüz ile sınırlıdır...*

Tül , Perde
Zebra Perde
Kruvaze Perde
Stor
Jaluzi
Dikey Perde
Rustik
Aksesuar
Kıs Bahçesi
Veranda
Sahne Perdesi

Ücretsiz keşif ve montaj hizmeti

Cumhuriye Mh. Sakarya 1. Cd. 49/ B Tepebaşı / Eskişehir

O 222 220 07 97 / O 536 876 83 03

www.akmefrusat.com - makmese44@hotmail.com



Çocukta 3 günden fazla süren öksürüğe

dikkat !



Uzm. Dr. Coşkun
MİNNET

Çocuk Sağlığı ve
Hastalıkları Uzmanı

NE ZAMAN ALARMA GEÇMELİ?

Öksürük;

- Kriz şeklinde geliyorsa,
- Tüm önlemlerinize rağmen 3 günden uzun sürüyorsa,
- Şiddetleniyor ya da havlar tarzda oluyorsa,
- Ateşle beraber seyrediyorsa,
- Günlük aktiviteleri ve gece uykusunu etkiliyorsa,

zaman kaybetme-
den doktorunuza
başvurun.

Ayrıca sık
tekrarlayan
ya da nefes
alıp vermede
sıkıntının eşlik
ettiği öksürükler
de astım belir-
tisi olabileceği
için asla ihmal
edilmemeli
ve beklenme-
den hekime
başvurulmalıdır.

AMAÇ

BASTIRMAK
DEĞİL,

NEDENİNİ ORTADAN KALDIRMAK

Öksürükte dikkat edilmesi gereken en önemli şey, gelişigüzel ilaç kullanmamak. Aileler öksürük ilaçlarını doktor önerisi olmadan vermemeli. Çünkü öksürük; bir hastalık değil, refleksdir; vücudun solunum yollarını temizleme ihtiyacı duyduğu anlamına gelir. Çocuk doktoru da öksürüğü bastırmak

yerine buna yol açan nedeni bulup tedavi eder. Öksürük şurubu olarak bilinen ilaçların çoğu balgam söktürücü, bir kısmı da öksürük reseptörlerini baskılayan ilaçlardır. Balgam söktürücü ilaçların bir özelliği de balgamı arttırmalarıdır.

Butip ilaçlar, doktor önerisi olmadan kullanıldıklarında enfeksiyonun gidişatını değiştirebilir ve solunum sıkıntısı gibi süreçlere neden olabilir.

ÖKSÜRÜK ŞURUPLARI 6 AYDAN KÜÇÜK BEBEKLERDE RİSKLİ

Özellikle 6 aydan küçük bebeklerin solunum kasları ve diyaframları erişkinler gibi güçlü olmadığı için öksürükleri etkin değildir. Soluk ve yemek borusu yerleşimlerinin erişkinden farklı olması nedeniyle bebekler öksürerek balgam çıkaramaz,

oluşan balgamı ancak yutarlar. Bu da enfeksiyon sırasında zaten görülen iştahsızlığı ve bazen bulantıyı daha da artırır. Öksürük şurupları sonrası bebekler çok daha zor nefes alıp vermeye, balgam kusmaya başlayabilir.

ÇOCUKLAR NEDEN ÖKSÜRÜR?

Enfeksiyon: Okul çağı öncesi çocuklarda öksürüğün

en sık nedenini, grip, larenjit ve faranjit gibi viral üst solunum yolu enfeksiyonları oluşturuyor.

Alerjik yatkınlık: Reaktif hava yolu hastalığı denilen alerjik yatkınlığı olan çocuklarda çok sık öksürük oluyor.

Burun tıkanıklığı: Burun tıkanıklığı akıntısı olan çocuklarda öksürük çok sık rastlanan bir semptom. Burunda fazla miktarda üretilen mukus, boğazın arka kısmına akarak özellikle yatarken artan öksürüğe yol açabiliyor.

Yabancı cisim yutmak: Yabancı cisim aspirasyonu da sürekli öksüren, özellikle de öksürüğün ani başladığı çocuklarda mutlaka akılda tutulmalı. Örneğin, çocuk yemeğini yerken bir pirinç parçası ya da bir kuruyemiş parçasını akciğerine aspire ettiği zaman, bronşlarda durarak öksürüğü sürekli uyandırıyor.

Ciddi nedenler: Öksürüğün nedeni olan diğer nadir problemler arasında ise tümör, bazı yapısal anomaliler, kistik fibroz ve immotil silya (solunum yollarında temizliği sağlayan tüysü hücrelerin hareket bozukluğu) sendromu denilen hastalıklar yer alıyor.

ÖKSÜRÜĞÜ DİNDİRMENİN PRATİK YOLLARI

Çocuklarda öksürüğü dindirmenin yolları:

BUNLARI YAPIN

01

Bol su verin: Öksürük şikâyetinde bol su içilmesi balgamin daha kolay atılmasını sağlıyor. Su en iyi balgam söktürücüdür.

02

Kalorifer üzerine su dolu bir kap koyun: Özellikle kış aylarında iç mekânlardaki havanın kuru olması solunum yollarının kuruluşuna ve mukus kıvamının artmasına yol açıyor. Kalorifer veya soba üzerine koyacağınız su dolu bir kap oda nemini gerekli düzeyde tutar.

03

Yün ürünleri kullanmayın, hayvan tüylerini temizleyin: Çocuğunuz alerjik yapılı ise yün atlet-yorgan-yastık-halı kullanmayın. Ayrıca evde evcil hayvan besliyorsanız, tüylerini sık sık temizleyin.

04

1 yaşından büyükse ıhlamur içirin: Hem su takviyesi yapar, hem de balgamı yumuşatır.

05

Yastığını yükseltin: Çocuğunuz uyurken düz zeminde yattığında öksürüyorsa, yastığını biraz yükseltin.

06

Odasını her gün havalandırın: Toz ve mikropların havada yerleşmemesi ve temiz hava için çok önemli.

07

Burnunu sık sık tuzlu suyla temizleyin: Böylelikle burundaki salgıları mümkün olduğunca aspire edebilirsiniz.

BUNLARI YAPMAYIN

01

Odasını uzun süre nemlendirmeyin: Oda çok kuru ise kısa süreli nemlendirebilirsiniz. Ancak çok uzun süre nemlendirdiğiniz zaman ev tozu akarlarının üretimi artıyor.

02

Buhar yapan cihazlar kullanmayın: Oda nemlendirmesinde kullanılan sıcak buhar cihazları kolay enfeksiyon barındırabiliyor. Soğuk buhar yapanları da suyun minerallerini bile havaya vererek akciğer hassasiyetini artırıyor. Özellikle esanslı, mentollü buharların kullanılması çocuklar için uygun değil.

03

Evde sigara içmeyin: Çocuk olan evlerde sigara kesinlikle içilmemeli. Çünkü sigara dumanı, solunum yolunun koruyucu mekanizmalarını bozuyor ve balgam üretimini artırıyor.

04

Oda ısını arttırmayın: Sıcak havada solunum yollarını temizlemeyi sağlayan tüysü yapıların hareketleri yavaşlıyor.

LOHUSALIK DÖNEMİNİ KOLAYLAŞTIRAN

10 ÖNERİ

BİR ANNENİN DOKUZ AY BOYUNCA KURDUĞU BEBEĞİNİ KUCAĞINA ALMA HAYALLERİ, DOĞUMDAN İTİBAREN YERİNİ ONA EN İYİ ŞEKİLDE NASIL BAKACAĞI ENDİŞESİNE BIRAKIYOR. BU DÖNEMDE ASLINDA SADECE BEBEĞİN DEĞİL, HEM FİZİKSEL HEM DE RUHSAL AÇIDAN YENİ BİR HAYATA BAŞLAYAN ANNENİN DE DESTEĞE İHTİYACI OLUYOR.



Op. Dr. Talat
Remzi DEMİRKOL
Kadın Hastalıkları Uzmanı

Bir annenin, doğum sonrasında, hem fiziksel hem de ruhsal açıdan ciddi bir değişim ve dönüşüm yaşadığı altı haftalık dönem lohusalık olarak tanımlanır. Halk arasında çok uzun yıllardır kullanılan 'bebeğin kırkının çıkması' deyiimi de aslında bu süreyi kapsıyor. Yaklaşık dokuz ay boyunca içinde yaşattığı bebeğini kucığına alıp evine dönen anne, bakıma muhtaç olan bu canlıyı en iyi şekilde büyütebilmek için elinden geleni yapıyor. Ancak bu dönemde sadece bebeğin değil, annenin de hem sosyal hem de fiziksel bakıma ihtiyacı oluyor.

1 ► AKINTI VE KANAMAYI İYİ GÖZLEMLEYİN

Doğumu takip eden ilk günlerde lohusalık dönemine özgü, parlak kırmızı renkli, adet kanamasına yakın miktarda ve loşi denilen akıntı oluyor. Günler içinde bu akıntının miktarı azalıyor ve rengi açılıyor, da beyaz bir akıntıya dönüşüyor. Aşırı kanama, rahim içinde plasenta dokusu kaldığını yada nadir olarak görülen ve rahim iç zarı tabakasından başlayarak rahmi tutan bir enfeksiyona işaret edebiliyor. Bazı kadınlarda ateş, şiddetli kanama ve karın bölgesinde aşırı hassasiyet belirtileri ile kendini gösterebiliyor. Bu bulguların varlığında doktor ile görüşmek gerekiyor.

2 ► DİKİŞLERE ÖZEN GÖSTERİN

Dikişlerin neden olduğu hassasiyeti gidermek için taburcu olurken önerilen lokal anestezi kremlerin kullanılması, ılık oturma banyoları yapılması ve yumuşak yastıklar kullanılması tavsiye ediliyor. Hem dikişlerin varlığı hemde rahim ağzının açık olması nedeniyle bu dönemde akıntılar için tampon kullanmamak, günlük hijyenik pedleri tercih etmek gerekiyor. Sezeryan yöntemi ile doğum yapan kadınların ise bikini bölgesine uygulanan yaklaşık 8-10 santimlik kesideki dikişlerin yarattığı ağrıyı azaltması için süte uyumlu ve parasetamol etken maddeli ağrı kesiciler kullanılması öneriliyor.



3 ► RUTİN MUAYENELERİ ATLAMAYIN

Annenin doğumdan 10-15 gün sonra ve lohusalığın bittiği 6 haftanın sonunda rutin muayeneden geçirilmesi gerekiyor. Bu muayenelerde bikini bölgesindeki kesinin yada genital bölgenin kontrolü yapıp rahmin eski boyutuna gerileyip gerilemediği inceleniyor. Ayrıca lohusalık sonrası cinsel hayatın başlayıp başlayamayacağına, annenin nasıl korunacağına da bu dönemde karar veriliyor. Öte yandan; ateş, üşüme, titreme, memelerde süt birikmesi, bacaklarda kızarıklık veya şişme, hareketlerde zorlanma, şiddetli ya da kötü kokulu kanama, iltihap özellikli akıntı ve genital bölgede kızarıklık gibi durumlarda rutin muayeneyi beklemeden mutlaka doktora bilgi vermek gerekir.

5 ► SÜT YETMEYECEĞİ ENDİŞESİNDEN KURTULUN

Lohusalık dönemindeki bir annenin en büyük endişelerinden biri de bebeği nasıl besleyeceği oluyor. Bebeğin emmeyi, annenin ise emzirmeyi öğrendiği ilk günlerde süt az miktarda geliyor. Ancak annenin ruh hali pozitifse ve bebek aktifse süt günler içinde hızla çoğalıyor. Bu dönemde bol sıvı tüketmek süt miktarına olumlu etki yapıyor. Tatlı yemek gibi ek yöntemlerle başvurmak gerekmiyor. Emzirme döneminde meme başının temizliğine dikkat etmek ve memelerde fazla süt birikmesine izin vermemek önem taşıyor.

7 ► İLAÇ KULLANIMINI YENİDEN DÜZENLEYİN

Bazı annelerde gebelikten önce gelen ve gebelikte eşlik eden diyabet, tiroid ya da kardiyak rahatsızlıklar gibi kronik hastalıklar bulunabiliyor. Bu hastalıklar annenin emzirme sırasında da ilaç kullanmasını gerektiriyor. Böyle durumlarda süt ile uyumlu ilaçların düzenlenmesi yapılarak emzirme döneminde de kullanılması gerekiyor.

9 ► BEBEK UYURKEN SİZDE UYUYUN

Hamileliğin son günlerini daha çok dinlenerek geçiren bir anne için, doğumdan itibaren çok yoğun bir tempo başlıyor. Bebeğine en iyi bakımı vermek isteyen anne, aynı zamanda evinin işlerine de yetişmek isterse daha da yorgun düşüyor. Ayrıca bebeğin uyuduğu saatlerde annenin de uyuması önerilir.

4 ► TUVALET SORUNLARI SİZİ**KORKUTMASIN**

Özellikle normal doğum yapan annelerde, doğum sırasında bebeğin başının mesaneye yaptığı baskının idrar kontrolünü sağlayan kasları etkilemesine bağlı olarak idrarı başlatmakta zorluk, idrar yaparken sancı ve ya idrar yapamama gibi sıkıntılar yaşanabiliyor. Tek çözümü zaman olan bu durumda, idrar yapmaya çalışırken genital bölgeye ılık su tutmak rahatlatıcı oluyor. Nadiren görülen idrar tutamama hali de doğumu takip eden birkaç gün içinde kayboluyor.

6 ► SÜT KANALLARININ TIKANMASINA İZİN VERMEYİN

Bebeğin emmesinin ardından memede halen sertlik ve hassasiyet varsa, memenin pompa ya da elle boşaltılarakütün ileride kullanmak üzere süt poşetlerine alınması, ılık havlu ya da ılık duş ile memeye masaj yapılması gerekiyor. Bu önlemler alınmadığı takdirde memede enfeksiyon başlayabiliyor; annede üşüme ve titreme görülebiliyor. Enfeksiyon oluşmuşsa doktor kontrolünde parasetamol etken maddeli ağrı kesici ve emzirmeye engel olmayan anibiyotik kullanılarak süt vermeye devam edilebilir.

8 ► KARNİNİZİN GÖRÜNTÜSÜ SİZİ KORKUTMASIN

İster normal ister sezaryenle doğum yapılmış olsun birçok anne, bebek çıkar çıkmaz karınlarının eski haline döneceğini düşünüyor ve bu gerçekleşmeyince hayal kırıklığına uğruyor. Oysa 9 ay boyunca yavaş yavaş gerilen karın kaslarının toparlanması vakit alıyor. Lohusalık döneminin sonunda ise karında beklenen toparlanma gerçekleşiyor.

10 ► DEPRESYONU YENMEK İÇİN YARDIM İSTEYİN

Lohusalık depresyonunu annenin kendisinden çok çevresindekiler fark ediyor. Sürekli ağlamak, bir şeyler yapmak için enerji bulamamak, çok fazla ya da çok az yemek, çok fazla ya da az uyumak, dikkati toplamada ve karar vermede güçlük çekmek, değersiz ve suçlu hissetmek, keyif alınan olaylara ilgiyi kaybetmek; eşten, aileden, arkadaşlardan hatta bebekten kendini soyutlamak gibi belirtiler görülebiliyor. Bu bulgulara sürekli baş ağrısı, mide problemleri gibi fiziksel sıkıntılar da eşlik edebiliyor. Bu durumda bir psikolog ve psikiyatristten destek almak gerekiyor.

Dişçi Koltuğu Fobisi Olanlara Tavsiyeler



Dt. Hamit BULUT
Ağız ve Diş Sağlığı

Günümüzde birçok kişi gerekçeleri farklı farklı olsa da korktuğu için diş tedavisini yaptıramıyor, başlasa bile yarım bırakıyor.

Durum böyle olunca sağlıksız bir ağız, kötü koku ve çeşitli kalp rahatsızlıkları o kişide kaçınılmaz oluyor. Yaşanan diş koltuğu

fobisinin üstesinden gelmek için ise diş hekimlerine önemli görevler düşüyor.

Diş hekiminden ya da diş sağlığı hizmetlerinden korkmak toplumda görülen önemli sağlık sorunları arasında sayılıyor. Bu durum hem sağlık çalışanı hem de kişi için oldukça sıkıntılı bir durum. Çünkü yaşanan korku, kişinin ağız ve diş sağlığı konusunda sorun yaşamasına rağmen diş hekimine hiç başvurmamasına ya da başvursa bile düzenli olarak gitmemesine neden oluyor. Kişinin bu korkusu; tedavi sorumlusu olan hekim ile tedavi işbirliğinin de engellenmesini, gösterilen direnç nedeniyle memnuniyetsiz ayrılmasını da beraberinde getiriyor.

Ağız ve diş sağlığı tedavisini diş hekimisi ya da diğer korkuları nedeniyle aksatan kişilerin sağlıksız bir ağız, kötü koku ve çeşitli kalp rahatsızlıklarıyla karşı karşıya kalacağı, gülüşünü de kısıtlamak zorunda olacağı dikkat çekiliyor.

Diş hekimisi korkusunun yenilmesinde “psikiyatrist-psikolog- diş hekimisi” işbirliği çok önemli. Diş hekimisi korkusu, kan, yaralanma, iğne ve buna benzer diğer tıbbi işlemlerle ilgili mantıksız korkuların hepsi “kan- yaralanma fobisi” başlığı altında değerlendiriliyor. Oysa kan- yaralanma fobisinin halk arasında kan tutması olarak bilindiği, diş hekimisi ve tedavi korkusunun belirtilen başlıktan çok daha farklı bir durum olduğunu bilinmeli.

Peki, kişi neden diş hekiminden korkar?

Kişinin diş hekimisi ile geçmiş yaşantıları bu korkuyu oldukça etkilemektedir. Genellikle diş hekimisi korkusu kişinin ağırlı bir tedavi yaşamasından sonra ortaya çıkar. Bunun yanı sıra diş hekiminin tedavi almaya gelen kişiye yaklaşım biçiminin de tedaviye duyulan korkuda etkili olduğu bilinmektedir. Kişinin kendi deneyimlerinin bu korkuya neden olmasının dışında dolaylı olarak bir başkasından duyduğu ya da gözlemlediği olumsuz yaşantılar yine kişiyi bu olumsuz öğrenmeye maruz bırakacaktır. Diş hekimisi korkusu sadece diş hekimisi, ağırlı tedavi, öğrenilmiş ya da dolaylı yoldan edinilmiş deneyimler sebebi ile gelişmez. Kişi beyaz önlük, ilaç kokusu veya tıbbi uygulamanın olduğu mekânlardan da olumsuz etkileniyor olabilir.

Kişinin tedavi esnasında kendisinin gözlemleyemediği bir organ ile çalışılıyor olmasından, birçok aletin ne işe yaradığını bilmediğinden ve kontrol edemediği gerekçesi ile de korkabilir. Diş müdahalesi esnasında kişinin uyanık olmasının her ne kadar oral sedasyon sağlansa da oldukça kaygı verici bir süreç olduğu göz önüne alınmalıdır.



Korkuyu yenmede diş hekimine önemli görev düşüyor!

Kişinin tüm bu kaygılardan ve korkulardan arınması için diş hekimine büyük görev düşüyor. Hekimin tedavi amacı ile gelen bireye güven vermesi, tedaviyi detayları ile paylaşması, hiç ağrı duymayacağı ve uyuşmadan yeterince emin olmadan herhangi bir girişimde bulunulmayacağını paylaşması gerekmektedir. Tedavi odasında kişinin dikkatini başka yöne kaydırabileceği görsel bir yayın veya rahatlatıcı bir fon müzik olabilir. Diş hekimi müdahale esnasında sıklıkla uygulamanın aşamaları hakkında bilgi verirse hastanın rahatlamasına yardımcı olacaktır. Hastanın korku ve kaygılarını net bir biçimde diş hekimi ile paylaşması tedavide işbirliğine neden olacak, kaygı veya korkulardan arınmış bir tedavi sağlanacaktır.



Çok unutuyorum, Alzheimer olabiliyrimiyim?



Uzm. Dr. Nuray
Can ULUĞ
Nöroloji Uzmanı

Alzheimer Hastalığı yavaş başlar. En sık olarak ilk belirti, aileler tarafından yaşlanmanın sonucu olarak yorumlanabilecek bellek değişiklikleri ve hafif unutkanlıklardır.

Günümüzde Alzheimer hastalığının en sık rastlanan bulgularına erken teşhis sağlayan belirtiler şunlardır :

- Günlük işleri etkileyen hafıza kaybı,
- Zaman zaman isimlerin ve randevuları unutulup, ancak sonradan hatırlanması,
- Önceden yapabillen işleri yaparken konsantrasyon gücünü çekmek,
- Ev, iş ve ya boş zamanlarda yapılan tanıdık işlerin uygulanmasında güçlük çekmek,
- Tarih, gün ve yer konusunda hatırlamakta zorlanma,
- Görsel resimleri kavramada güçlük çekmek,
- Konuşmayı takip etmek veya konuşmaya katılmak konusunda zorluk yaşamak,
- Eşyaları yanlış yerleştirmek ve tekrar bulmada sıkıntı yaşamak,
- İş ve sosyal hayattan çekilmek,
- Yargılama yeteneğinde azalma veya zayıflama,
- Duygu durum ve kişilik değişiklikleri,

Eğer sizde, ailenizde ya da çevrenizde yukarıdaki belirtilerin çoğunu taşıyanlar varsa bir hekimden yardım istenmesi gereklidir. Alzheimer hastalığında veya bellek kaybına yol açan diğer rahatsızlıklarda erken teşhis önemli bir adımdır.

El titremesini hafife almayın!

El titremesi; stres, kullanılan ilaçlar ya da bazı metabolik hastalıklar sonucu ortaya çıkabiliyor.

Ancak uzmanlar el titremelerinin hafife alınmaması konusunda uyarıda bulunuyor. Çünkü önemsenmeyen bu titremeler çoğu zaman ciddi nörolojik hastalıkların ilk bulgusu da olabiliyor. Bazen stres anında titriyor eller, bazen de tiroit bezi hastalıkları nedeniyle... Kullanılan ilaçların yan etkisi olarak da ortaya çıkabilen bu sorun, kimi zaman “Parkinson” gibi çok önemli nörolojik hastalıkların ilk belirtisi oluyor. O nedenle hiçbir titremenin “Sakinleşince geçer!” diye küçümsenmemesi gerekiyor.

EL TİTREMESİ NEDEN OLUŞUYOR ?

Tıptaki adıyla tremor yani titreme, sabit bir eksen etrafında tekrarlayıcı, istemsizce oluşan, ritmik, sallanma şeklinde oluşan bir eklem hareketidir. Bu eklem hareketi ellerde, kollarda, başta, ses tellerinde ve bacaklarda görülebiliyor. Titremenin pek çok nedeni olmakla beraber, en önemlileri; stres, korku, hipertiroidizm ya da hipokalsemi (vücutta kalsiyum miktarının azalması) gibi metabolik durumlar ile bazı ilaçlar ve uyarıcılar olarak sıralanıyor.

Parkinson hastalığı ve bazı hareket bozuklukları da bu nedenler arasında yer alıyor.

Nerede ya da hangi şekilde ortaya çıkarsa çıksın, tremor yakınması olan kişinin, buna eşlik edebilecek hastalıklar açısından değerlendirilmek amacıyla bir nöroloğa başvurması gerekiyor. Kullanılan bir ilacın dozunu ayarlayarak bu sıkıntıyı sona erdirmek mümkün oluyor.

Kimi zaman da çok önemli bir hastalığın ilk ve tek bulgusu olarak ortaya çıkan tremora tanı konması hayati önem taşıyor.

Özellikle esansiyel tremor ve fizyolojik tremor kafein alımı, stres, sıkıntı ve fiziksel yorgunlukla artış gösteriyor. Bunlardan kaçınmak el titremesinin azalmasını sağlıyor.

TEDAVİ YÖNTEMLERİ NELERDİR ?

Tremorun tedavisi nedene bağlı olarak belirleniyor. Bir ilacın yan etkisi olarak ortaya çıkan titremede, dozaj azaltılması ya da ilacın tamamen kesilmesi gündeme geliyor. Parkinson hastalığına bağlı bir tremor görülüyorsa, o yönde tedaviye başlanıyor. Esansiyel tremorun tedavisinde kullanılan farklı gruplardan ilaçlar var.

Öte yandan eğer titreme strese bağlı ise psikolojik destek ve stres yönetimi konusunda hastanın bilgilendirilmesi önem taşıyor.

Metabolik bozukluklardan kaynaklanan tremorda ise altta yatan sorunun giderilmesi tremoru düzeltiyor. Seçilmiş vakalarda cerrahi yöntemler de kullanılabiliyor.



BURNUNUZDAN SOLUNUM

Hayata merhaba dediğimiz an burundan nefes alıp vermeye başlayarak ilk yaşamsal görevimizi yerine getiriyoruz. Fakat zamanla burun tıkanıklığına yol açan hastalıklar nedeniyle burundan solunum yapmak gerekirken ağızdan soluk alıp vermeye başlıyoruz. Normal fizyolojik solunum burundan yapılan solunumdur. Çünkü burundan solunum yapıldığında solunan hava önce nemlendiriliyor, sonra filtre ediliyor, ardından uygun sıcaklığa getirilerek akciğerlere doğru yönlendiriliyor. Bu sayede fizyolojik solunum başlamış oluyor. Ağızdan yapılan solunum ise bu düzeni aksattığı için sağlıklı olmuyor.

Çeşitli nedenlerle burun tıkanıklığı gelişmişse burun normal fonksiyonunu yapamıyor. Dolayısıyla kişi sürekli ağız solunumu yapmak zorunda kalıyor. Neticede burnun ısıtma, nemlendirme ve temizleme görevleri yapılamayacağı için bir takım rahatsızlıklar ortaya çıkıyor. Devamlı ağızdan nefes alınıp verildiği için sık tekrarlayan boğaz enfeksiyonları oluşuyor. Boğazda ve ağızda kuruma ile ağız kokusu görülüyor. Kronik farenjit, kronik larenjit gelişiyor. Horlama ve uyku bozuklukları ortaya çıkıyor. Var olan akciğer ve kalp problemleri ağırlaşıyor. Çene ve diş yapısında bozulmalar başlıyor. Burunu tıkalı kişiler yüksek tansiyona yatkın oluyor. Ses kalitesi bozuluyor ve burundan konuşma gelişiyor. Çocuklarda geceleri altını ıslatma problemleri görülebiliyor. Yine çocuklarda orta kulak sorunları ve buna bağlı işitme problemleri gelişiyor.

Solunum yollarında rahatsızlık olduğunu gösteren belirti ve bulgular nefes darlığı, burun tıkanıklığı, gece ağız açık uyuma, horlama, gece uykuda solunum durması, gece terlemesi, burun akıntısı, hırıltılı solunum, öksürük ve sık hapşıрма olarak sıralanabiliyor.

Kanamaya dikkat!

Tek taraflı burun tıkanıklıklarında kanama varsa tümörlerden şüphelenmek gerekiyor. Kötü huylu tümörler kendini kanama ile belli ediyor. Burun tıkanıklığının çocuklardaki nedeni ise geniz eti bademcik büyüklüğü olabiliyor. Geniz eti büyük olan çocuklar ağız solunumu yapıyorlar. Ayrıca, geniz eti orta kulak iltihabı ile sinüzite de zemin hazırlayabiliyor.

Deviasyon olarak adlandırılan, burun bölmesinin orta hattın belirgin biçimde bir tarafa doğru sapması tıkanıklığa yol açıyor. Bu durum genellikle daha önceden geçirilmiş bir nazal travmaya bağlı oluyor. Oluşan bozukluk burun tıkanıklığına yol açıyorsa cerrahi olarak düzeltilebiliyor. Burun her iki yanında bulunan ve konka adı verilen burun etlerinin büyümesi de burun tıkanıklığına neden olabiliyor. Tedavide burun etlerini küçülten spreylerden fayda görülmezse etlerin küçültülmesini amaçlayan girişimler uygulanıyor.



Dr. Süleyman ABACI
Kulak Burun Boğaz Hastalıkları Uzmanı



Burun tıkanıklığını ciddiye alın!

Burun tıkanıklığı; çocuklarda en çok geniz eti, erişkinlerde ise en çok burun kıkırdak eğrilikleri ve burun eti büyümeleri nedeniyle ortaya çıkar. Tıkanıklığın ciddiye alınıp uzman bir hekime başvurulması gerekmektedir.

Burun tıkanıklığı, burun kıkırdak ve kemiğindeki eğrilikler başta olmak üzere, burun eti büyümeleri, alerji, kronik sinüzit gibi faktörler neden olabiliyor. Bu nedenle burunlarında tıkanıklık hisseden kişilerin şikâyetlerini ciddiye alıp, durumun ilerleyen dönemlerde daha ciddi bir sağlık sorununa neden olmaması için uzman bir hekime başvurmak gerekiyor. İnsanlar burun tıkanıklığı şikâyetlerini ameliyat korkusu nedeniyle yeterince ciddiye almadıkları ve bu nedenle tedavilerini geciktirdikleri gözlemlenmektedir.

Erişkin veya çocuk hastalarda problemleri bir burun yapısı ülkemizde çok sık karşılaşılan bir sağlık sorunu. “Kulak-Burun-Boğaz” hekimlerine başvuran kişi sayısının gün geçtikçe artıyor olmasının ülke genelinde farkındalık oluşturmaları için iyi bir gelişme olduğu belirlendi. Burun tıkanıklığı, kişinin hayat kalitesini düşürebiliyor.



Çocuklarda daha çok geniz eti nedeniyle burun tıkanıklıkları, erişkinlerde ise en çok burun kıkırdak eğrilikleri (septum deviasyonu) ve burun eti (konka) büyümeleri nedeniyle tıkanıklık ile karşılaşılıyor. Çocuklarda 5-6 yaşlarına kadar daha sık görülen, ilerleyen yaşlarda sıklığı azalan geniz etinin teşhisi, endoskopik muayene ile kolaylıkla konulabilir.

PEK ÇOK SAĞLIK SORUNUNA NEDEN OLABİLİR

Burun tıkanıklığının yanı sıra gelişme geriliği, iştahsızlık, yüz kemiklerinin ve dişlerin yapısında bozulma, sinüzit, orta kulakta havalanma bozukluğu ve sıvı toplanması (seröz otit), dolayısıyla işitme sorunlarına, uyku düzeninin bozulması, horlama, gece altını ıslatma gibi daha pek çok sağlık sorununa neden olabilir. Geniz etine sıklıkla eşlik edebilen bademciklerin aşırı büyümesini de unutmamak gerekir.

Burun kıkırdak ve kemiğindeki eğrilikler, burun eti büyümeleri, alerji, kronik sinüzit hastalığı ameliyat ile düzeltilebilmekte ve hastaların korktuğu gibi tampon sorunu yaşanmamaktadır. Duruma göre ya tampon konulmamakta ya da gerektiğinde, son yıllarda çokça üretilen özel, konforlu tamponlar kullanılmaktadır. Gelişen teknoloji ve geliştirilen yeni yöntemler ile hastaların konforu artıyor. Bu yüzden hastaların şikâyetlerini ciddiye alıp tedaviden kaçmamalarında fayda var. Tedavi sonrasında hastalar toparlanıp eski rutin hayatlarına dönebiliyorlar.

Kordon Kanı Saklanması Geleceği Nedir

İnsanoğlunun hastalıkları yenme ve yaşlanmanın önüne geçme çabaları ilk zamanlardan günümüze dek sürdü. Bütün bu amaçlar, bugüne kadar tıp biliminin itici gücü oldu. İnsan genom projesi ile birlikte, yaşamın sırlarının gizli olduğu genlerin şifresi, bugün için % 99.99 oranında çözülmüştür.

Genetik şifrenin çözülmesi ile birlikte, genlerin yapılarındaki bozukluklara bağlı hastalıkların kalıcı çözümleri olabilecektir. Bununla birlikte, genetik şifrede meydana gelen bozulmalarla çok da fazla ilişkili olmayan birçok hastalık insan yaşamını tehdit etmektedir. Bu tür hastalıkların ilaçla tedavisi mümkün olabilmekte ancak çoğu zaman doku-organ yetmezlikleri kaçınılmaz bir son olabilmektedir. Ayrıca, geleneksel tedavi yöntemleriyle kesin olarak tedavi edilemeyen bazı sağlık sorunları da (otoimmün hastalıklar, felçler gibi) söz konusudur. Bu gibi durumlarda hücre-doku hatta organların nakilleri gündeme gelmektedir. Ancak, başka bireylerden yapılan nakillerde doku reddi reaksiyonları gibi immünolojik sorunlar çıkmaktadır. Uygun verici bulmaktaki güçlükler de hâlen sorun olmaya devam etmektedir. Bu durumda, hasta bireyin genetik özelliklerini taşıyan bir hücreden kordon kanından elde edilen kök hücreden elde edilebilecek hücre/doku ya da organın nakli, hem verici azlığı sorununu ve hem de immünolojik sorunları ortadan kaldıracaktır.

Böylece kordon kanından elde edilen kök hücrelerin kullanılmasıyla yaşlanan hücrelerin yenilenerek insan oğlunun hastalıklara karşı savaşmasında ve onlara galip gelmesinde önümüzdeki yıllarda çok etkili bir silah olacaktır.

Gelecek zaman içinde biz hekimler “hastalığı tedavi etmek” yerine “hastayı tedavi etmek” için uğraşacağız. Süreç alacak olan bu gelişmelerin henüz çok çok başında bulunmaktayız.

Şu anda kordon kanı saklaması için kullanılan bankalar devlet güvencesinde değildir.



TİROİD TEDAVİSİNDE AMELİYAT KARARI NASIL ALINIYOR?

KÜÇÜK BİR KELEBEK ŞEKLİNDE OLAN TİROİD BEZLERİ, METABOLİZMAYI DÜZENLEYEN HORMONLARI SALGILIYOR. BU BEZLERİN ÇALIŞMASINDA MEYDANA GELEN BOZUKLUKLAR İLAÇLA YA DA AMELİYATLA TEDAVİ EDİLİYOR. ÖZELLİKLE AMELİYAT GEREKTİREN DURUMLARIN İYİ DEĞERLENDİRİLMESİ GEREKİYOR.

Boynun ön tarafında, nefes ve yemek borusu ile ana damarlara yakın komşu olan tiroid bezleri, hayati önem taşıyan hormonları salgılıyor. T3 ve T4 hormonları vücuttaki metabolizmayı ve

organ fonksiyonlarını düzenliyor. Bu bezlerin az ya da çok çalışması ciddi sağlık sorunlarına yol açabiliyor. Hastalığın tanısı için klinik muayene yapılıyor ve kandaki hormon düzeyine bakılıyor. Böylece tiroid bezinin normal çalışıp çalışmadığı anlaşıyor. Bu bezin çok çalışmasına

hipertiroidi, az çalışmasına ise hipotiroidi adı veriliyor. Tiroid bezinde meydana gelen sorunlar nodüllere ve guatr hastalığına yol açıyor. Tiroid bezinin yapısındaki değişiklikleri en iyi gösteren görüntüleme yöntemi ise ultrasonografi oluyor.

Tiroid bezi önemli bir bez. Tiroid bezinin yokluğunda hasta ilaç kullanmazsa hayatını kaybedebiliyor. Dolayısıyla bu bezlerin normal işlevinde olması gerekiyor. Tiroid nodüllerinin görülme sıklığı % 4-7 kabul edilirken Türkiye’de ultrasonografi yapılan kişilerin % 50’sinde tiroide bağlı nodül görülebiliyor.

AMELİYAT GEREKTİREN DURUMLARDA:

2 TİROİD BEZİNİN BÜYÜMESİNE BAĞLI BASI DURUMLARI

Tiroid bezi büyüdüğü zaman çevresindeki nefes ve yemek boruları ile damarlara absi yapmaya başlıyor. Bu durumda meydana gelen sıkıntıların ortadan kaldırılması için ameliyat gerekiyor.

4 KOZMETİK NEDENLER

Bazen hastalar, guatrın görüntüsünden rahatsız olabiliyorlar. Bu yüzden büyük bir guatrın varlığı da ameliyat nedeni olabiliyor.

1 KANSER YA DA KANSER RİSKİ TAŞIYAN DURUMLAR

Ameliyat kararının net parametreleri bulunuyor. Kararı etkileyen en önemli tanısal işlem ise nodülden yapılan iğne aspirasyon biyopsisi oluyor. Biyopsi sonucunda ortaya çıkabilecek olasılıklar; iyi, kötü huylu, şüpheli ya da tanımlanamayan olarak sıralanıyor. Nodül iyi huylu ise ameliyata gerek kalmıyor. Ancak kötü ya da şüpheli nodüller ameliyat edilmesi gereken grupta yer alıyor.

3 OTONOMİK ÇALIŞAN NODÜLLER

Tiroid hormonunun aşırı çalışması kimi zaman nodüllerin yapısını da değiştiriyor. Özellikle 15-20 yıllık nodüller otonomi kazanıyor, kendi kendine hormon salgılar hale geliyor. Bunlar kontrol edilmezse ameliyat gerektiriyor.



Hayatınıza Sağlık Kona

Selina Çiçek

eskişehir'in yerel çiçekcisi

ENGİN SİYİMER

Telefon :0 222 233 38 36
Gsm :0 532 599 04 96
Faks :0 222 230 66 07
E-Mail :info@eskisehirselinacicek.com

www.eskisehirselinacicek.com

Hoşnudiye Mah. Kızılcıklı Mahmut Pehlivan Cad. No:30/C Eskişehir



İki Dallı Saksı
Orkide



Seni Çok Seviyorum
Çikolata



Vazo Tanzim



Lilyum Arajmanı

Salepin faydaları; Enerji verir. Göğsü yumuşatır. Kalbi kuvvetlendirir. Vücut ısını arttırır. Sindirimi kolaylaştırır. Basur şikayetlerini azaltır. Cinsel gücü ve isteği arttırır. Aybaşı kanamalarını düzenler. Bedeni ve zihni kuvvetlendirir. Kabızlığı giderir ve ishali keser. Bağırsak tembelliğine karşı kullanılabilir. Sütle birlikte hazırlanması besleyici özelliğini artırır. Öksürük ve bronşitte faydalıdır. Bağırsak solucanlarının düşürülmesine yardımcı olur. Müsilaj etkisiyle dokular üzerine yumuşatıcı etki yapar. Mide için yararlıdır. Mideyi rahatlatır, hazmı kolaylaştırır.

ÇÖREK OTU

Ülkemizde hatta dünyada yetişen en şifalı bitkilerden birisi olan çörek otu, binbir derde deva bir bitkidir. Vücudu güçlendiren, kan yapan, çocuklardaki gaz sancılara iyi gelen, adet düzensizliğini düzenleyen, hazmı ve sindirimi kolaylaştıran bu şifalı ot, daha bir çok hastalığa deva olmaktadır.

Çörek Otunun Faydaları : Başlıca faydaları arasında, vücudu güçlendirmesi ve kan yapıcı özelliğe sahip olması vardır. Kadınların adet düzensizliğini tedavi etmesi ve sindirimi kolaylaştırması da faydaları arasındadır.

ADAÇAYI

Yumuşak ve lezzetli bir tadı olan ada çayı; taze, kurutulmuş yapraklar veya toz şeklinde yıl boyunca bulunabilir. Ada çayı yaprakları griye çalan yeşil renktedir ve sivri uçlu yaprakların üzerindeki damarlar oldukça belirgindir. Tarih boyunca hem gıda olarak hem de sağlığa faydaları ile bir tedavi aracı olarak geniş çaplı kullanılmıştır ve günümüzde kullanımı artarak devam edilmektedir.

Adaçayının Faydaları : Zararlı toksinlerin vücuttan atılmasını sağlar. Beyin fonksiyonlarını geliştirir. Bronşit ve astım belirtilerini hafifletir. Karaciğeri temizler. İdrar yolu enfeksiyonunun tedavisine yardımcı olur. Aşırı terlemeyi azaltır. Stresi azaltır. Sakinleştirir. Menopoz sonrası belirtileri hafifletir. Hafızayı güçlendirir. Kan şekerini düşürür. Ağız yaralarının tedavisinde kullanılır. Sinirsel baş ağrısını hafifletir. Safra kesesini çalıştırır. Gargara suyu olarak kullanılır. Boğaz ağrısını alır.

MANDALİNA

Turunçgiller familyasından; özellikle C vitamini açısından zengindir. Ayrıca, A ve B grubu vitaminleri ile kalsiyum, potasyum, magnezyum, sodyum, demir, brom ve fosfor minerallerini içerir. Mandalinanın kabuğu ise P vitamini açısından zengindir. Aynı zamanda yüksek miktarda şeker içerir ve serbest asit oranı oldukça düşüktür.

Mandalinanın Faydaları : Kanı temizler. Sinirleri yatıştırır. Grip olanlara iyi gelir. Bağışıklık sistemini güçlendirir. Damar setliği ve felçte faydalıdır. Kalp ve damar hastalıklarına karşı koruyucudur. Akşam yemeğinden sonra yenecek 1-2 mandalina uykusuzluk çekenlere faydalıdır.

Kolesterolü ve yüksek tansiyonu düşürmeye yardımcı olur. Özellikle kayda değer olan içerdiği yüksek miktarda Provitamin A, yüz ve cilt için gereklidir. Mandalinanın ince kabuklarının altında serinletici, iştah açıcı ve susamayı gidermek için bol miktarda vitamin ve mineral bulunmaktadır.

ZENCEFİL

Nemli ve sulak iklimlerde yetişen ve sarı renkte çiçekler açan bir bitki olan zencefilin kökleri yassı ve gri renktedir. Zerdeçal ile benzer etkilere sahip olan zencefilin kökü, baharat olarak mutfaklarda ya da tıbbi amaçlarla çeşitli şekillerde kullanılır. Kokusu kuvvetlidir.

Zencefilin Faydaları : İştah açar. İshali keser. Vücudu terletir. Bağışıklık sistemini güçlendirir. Bağırsak bozukluklarını giderir. Beynin çalışması üzerinde etkilidir. Kolesterolün düşürülmesinde yardımcıdır. Mikrop öldürücüdür. Kansere karşı koruyucudur. Bulantıları gidermeye yardımcı olur ve kusmayı önler.

SOYA FASÜLYESİ

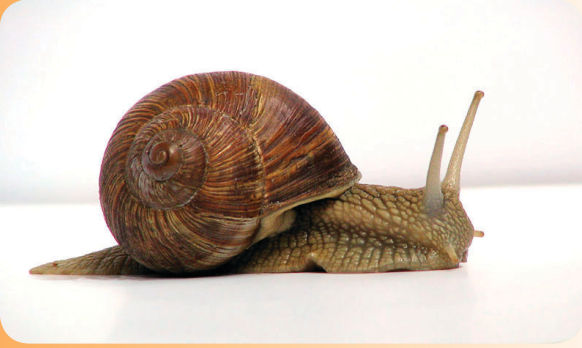
Baklagiller familyasından; 1 – 1,5 m. boyunda, bir yıllık otsu bir tarım bitkisidir. Çiçekleri menekşe sarısı rengindedir. Tohumu küre şeklinde, üzeri pürütsüzdür. Bir yanında siyah leke vardır. Besleme gücü yüksek bir gıdadır. Besleyiciliği yüksek, kullanım alanı oldukça çeşitli ve geniş bir besin olan soya, protein açısından çok zengindir. Bunun yanında bol miktarda demir, kalsiyum ve fosfor mineralleri ile B vitaminleri içerir. Ayrıca A, D, E ve P vitamini ve diğer minerallerden de barındırır.

Soya Fasülyesinin Faydaları : Prostatın büyümesini engeller. Sinirleri ve adaleleri güçlendirir. Kansere yakalanma riskini en aza indirir. Menopoz semptomlarının azalmasını sağlar. Vücudun ve zihnin yorgunluğunu giderir ve enerji verir.

Bunları biliyor musunuz



Bir salyangoz 3-4 yıl boyunca uyuyabilir; bu süre içinde besine ihtiyaç duymaz.



Merkür gezegeninin yüzeyinin sıcaklığı gün içinde 430 dereceye çıkar; gece ise 180 dereceye düşer.



Zürafalar, susuzluğa develerden daha uzun süre dayanabilir.



Kutup ayıları saatte 40 kilometre hızla koşabilir ve 1,8 metre yükseğe sıçrayabilirler.



Şimdiye kadar bisikletle yapılan en yüksek hız saatte 268 kilometredir. 9. Fred Rompelberg isimli Hollandalı bisikletçi, bir ralli aracının arkasına taktığı bisikleti ile kurumuş tuz gölü üzerinde bu rekoru kırmıştır.



Bukalemunun gözleri her yöne hareket edebilir. Bir gözü ileri doğru bakarken diğer gözünü geriye çevirebilir.



Yapılan istatistiklere göre, kadın sporcular erkeklerden 10 kat daha fazla sakatlanıyor.



Parmak izlerinin aslında hepsi %99.9 birbirine benzer. Sadece %0.01'lik bir kısım farklıdır. Bu yüzden herkesin farklı bir parmak izi vardır.



Dünya'ya en yakın yıldız Saatte 100 km hızla arabayla gitmeye kalksak, bu 26 milyar yıl sürerdi.



Başkaları tarafından hatta bazen dokunulmadan gıdıklanırız ama kendi kendimizi gıdıklayamayız. Bazıları gıdıklanmaya karşı çok hassasken bazıları da etkilenmiyor.

İnsan gıdıklanınca derinin yüzeyinde bulunan küçük sinir lifçikleri harekete geçer.

Ancak araştırmacılar bu sinyallerin beyinde nereye kaydedildiğinden emin değiller.

Beyinin gıdıklanmaya tepkisi kaşınmaya olan tepkisi gibi gönülsüz yapılan bir tepkidir.



DENİZ TEKSTİL

GİYİM İMALAT TOPTAN
VE
PERAKENDE SATIŞ



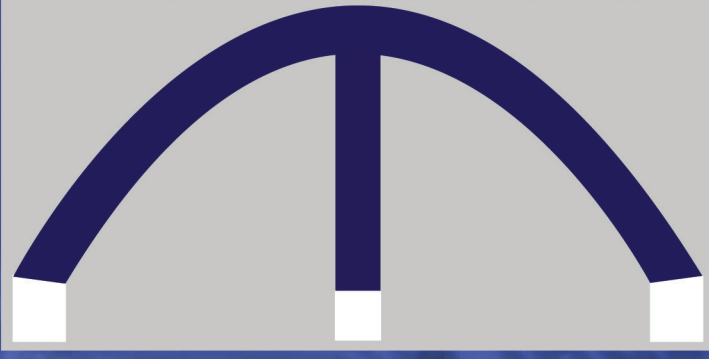
ALİ DEMİRBAŞ

TEL : 0 222 232 21 41

GSM : 0 507 558 07 81

İki Eylül Cd. Esnaf Sarayı Zemin Kat B-24 (D Girişi)

Merkez / Eskişehir



MERKEZ MÜHENDİSLİK

Sektöründe bilgisayar ve ses teknolojilerinin birleşip dijital ve IP santral sistemlerinin yaygın olarak kullanıldığı günümüzde Yetkili Satıcı ve Yetkili Teknik Servisi olarak hizmet vermenin yanı sıra Kamera ve Güvenlik Sistemleri telefon santrallerinin satış, montaj ve bakımını da üstlenmiştir.

Bunun yanı sıra Sesli Yanıt Sistemleri, Call Center çözümleri, CTI (bilgisayar santral entegrasyonu) yazılımları komple yapısal kablolama VO IP cihazları, ADSL Modemler Dect telsiz telefon sistemleri ve telekonimikasyon ile ilgili tüm ürünlerin satış ve teknik servisi olarak ciddi ve ilkeli prensiplerimiz ile sektörümüzün en eski ve en öncü kuruluşlarından birisi olarak hizmetlerimize devam ediyoruz.

“ Dürüstlük, güvenilirlik ve koşulsuz müşteri memnuniyeti “ ilkeleri yolunda yapmış olduğumuz projeler ve kurumsal çözümler referanslarımızdır.



AHMET TURAN

TEL: 0 (222) 231 73 43

FAX: 0 (222) 220 36 76

GSM: 0(533) 450 52 16

İSTİKLAL MAH. DİLEKLİ SK. NO: 3 / 8 ESKİŞEHİR

> bilgi@merkezmuhendislik.net > satis@merkezmuhendislik.net > teknikservis@merkezmuhendislik.net



www.merkezmuhendislik.net



ÖZEL
ÜMİT
HASTANESİ

Hayatınıza
Sağlık
Katar

ÜCRETSİZ
BİLECİK VE BOZÜYÜK
SERVİSLERİMİZ

BAŞLAMIŞTIR



0222 **335 0 335**

Batıkent Mah. Gerekli Sk. No:13 Tepebaşı / **ESKİŞEHİR**

www.umithastanesi.com.tr