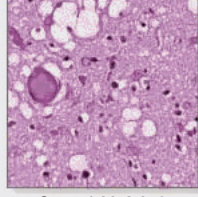
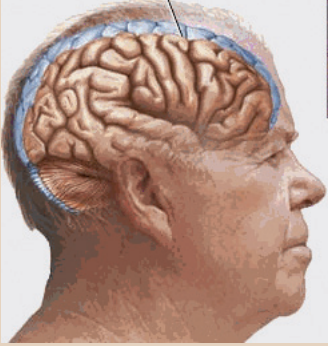


İNSAN VE SAĞLIK

Doç. Dr. Ferda Şenel
fsenel@excite.com

Biliyor muydunuz!..

Beyin küçülmesi ve bozulması hızla gelişiyor.



Creutzfeldt-Jakob hastalığının özelliği olan süngerimsi yapı patolojisini gösteren beyin kesiti.

Creutzfeldt-Jakob Hastalığı

Creutzfeldt-Jakob Hastalığı, beyin hücrelerini etkileyen ve tedavisi mümkün olmayan ender bir hastalık. Bu hastalık bir milyon kişide bir ve genellikle 60 yaş civarında görülüyor. Belirtiler ortaya çıktıktan sonra ortalama yaşam süresi ise yaklaşık bir yıl. İstemsiz hareketler, algılama bozuklukları, hafıza kaybı ve hızlı ilerleyen bunama başlıca belirtiler arasında. Hastalık, beynin entelektüel merkezi olarak kabul edilen ön bölgede "atrofi"ye, yani küçülmeye yol açıyor. Bu hastalığın sebebi henüz tam olarak bilinmiyor, ancak bulaşıcı bir etkenin yol açtığı düşünülüyor. Deli dana



hastalığı olan hayvanların etlerinin yenilmesiyle veya bazı tıbbi müdahalelerle bu hastalık bulaşabiliyor. Beyne yerleştirilen graflar, kornea nakilleri ve büyüme hormonu kullanımı da hastalığın bulaşmasına yol açabilen diğer etkenler. Patolog, patoloji teknisyeni ve beyin cerrahı gibi tıp çalışanlarında hastalığın görülme riski daha yüksek. Hastalığa, yapısı tam olarak aydınlatılmamış ve "prion" adı verilen bir etken yol açıyor. Bu etken, nükleik asit içermiyor ve saf protein yapısında. Etken, suda kaynatılmaya, formaline, %70'lik alkole, radyasyona ve ultraviyole ışınlarına dirençli. Prion, hedef hücreye girdikten sonra hücre içerisinde bulunan ve sinyal iletiminde görev yaptığı düşünülen "proteaz resistant protein" (PrP) ile etkileşime giriyor. PrP ile etkileşime giren prion onun yapısal olarak değişmesine yol açıyor ve hastalıklı PrP oluşturuyor. Bu değişim, özellikle sinir hücrelerinde görülüyor. Mikroskop altında incelenen hücrelerde köpüksü görünümün oluştuğu ve sinir hücrelerinin öldüğü görülüyor. Hastalığın sebebi bilinmediği için tedavisi de mümkün değil.

Aşırı Terleme

Terlemenin en önemli amacı vücudun ısı kontrolünü sağlamak. Normal bir insan terleyerek günde 500 cc civarında su kaybediyor. "Hiperhidrozis" denilen normalin üzerinde terlemek ise kişinin hem özel yaşamını hem de sosyal yaşamını olumsuz etkileyebiliyor. Ter salgılanması, genellikle alarm durumlarında vücudu tehlikelere karşı korumak için devreye giren sempatik sinir sisteminin kontrolünde. Özellikle stresli durumlarda bu sistem devreye giriyor. İnsanların yaklaşık % 1'inde bu sistem aşırı düzeyde çalışıyor. Bu durumun nedeni tam bilinmiyor ve doğuştan, kalıtsal etkenlere bağlı olduğu düşünülüyor. Terleme, yaz

aylarında daha rahatsız edici duruma geliyor. Aşırı terleme bazı hastalıklara bağlı olarak da görülebilir. Tiroid bezinin aşırı çalışması, böbrek üstü bezinin bazı hastalıkları, şişmanlık, menopoz,



ağır psikiyatrik hastalıklar ve bazı kanserlerin tedavisinde kullanılan hormonlar aşırı terlemeye yol açabiliyor. Aşırı terleme, bakteri üremesini kolaylaştırdığı için kokuya da neden oluyor. Ruhsal ve fiziksel sorunlara yol açan, sosyal yaşamı zorlaştıran terleme, en sık olarak ellerde, koltuk altında, ayaklarda, yüzde ve gövdede görülüyor. Vücutta bulunan yaklaşık 5 milyon ter bezinin 2/3'ü ellerde olduğundan en fazla ellerde ortaya çıkıyor. Ellerdeki terleme, elle yapılan işleri güçleştiriyor ve günlük hayatta kişiye oldukça rahatsızlık veriyor. Bu kişiler çoğu zaman sevdiklerinin ellerini bile tutmaktan utanabiliyorlar. Buna ek olarak elleriyle kağıt tutmak istemiyorlar, çeşitli müzik aletlerini veya bilgisayar kullanmakta zorlanabiliyorlar. Aşırı terlemenin yol açtığı stres ise daha fazla terlemeye yol açarak kişide daha fazla kaygıya, böylece bir kısır döngüye yol açıyor. Aşırı terlemenin tedavisini yapmak için önce yol açan sebebin saptanması gerekiyor. Kişi önce muayene edilerek kilo ve menopoz durumunun incelenmesi, aldığı ilaçların gözden geçirilmesi gerekiyor. Endokrinoloji uzmanının yapacağı değerlendirme ile sorunun tiroid bezinden ya da böbrek üstü bezlerinden kaynaklanıp kaynaklanmadığı belirleniyor. Altta yatan herhangi bir hastalık saptanmazsa doğuştan sempatik sinir sisteminin aşırı çalıştığına karar veriliyor. Aşırı terlemede alınacak ilk önlem daha ince ve hafif gıyeciklerin giyilmesi. Terleme önleyici krem ve deodorantlar ise ilk önerilen basit tedavi şekilleri. İyontoforez, botulinum toksini ve cerrahi tedavi, aşırı terlemede uygulanabilecek tedavi yöntemleri arasında sayılıyor. İyontoforez yönteminde küçük su banyosu içinde el veya ayaklara hafif elektrik akımı veriliyor. Bu yöntemle hafif ve orta derecede terlemesi olan hastalarda oldukça iyi cevap alınıyor. Botulinum toksini özellikle koltuk altı terlemesinde kullanılan doğal zehir olan bir madde. Ter bezlerini çalıştıran sinirleri felç ederek etkisini gösteren ve terlemeyi 3-4 kez azaltan etkili bir yöntem. Altı ila oniki ay gibi uzun aralıklarla tekrarlanması gerekiyor. Ellerdeki ve yüzdeki aşırı terleme için cerrahi tedavi uygulanabiliyor. Cerrahi yöntemde koltuk altından açılan bir delikten girilerek akciğer bölgesindeki yüz ve ellere giden sinirler kesiliyor. "Endoroskopik transtorasik sempatektomi" (ETS) olarak adlandırılan bu yöntemle ellerdeki aşırı terleme % 99 civarında tedavi ediliyor. Ayaklardaki terleme için bel bölgesindeki sempatik sinirler kesiliyor. Sadece koltuk altı terlemelerinde ise koltuk altı ter bezlerinin alınması ile iyi sonuçlar elde ediliyor.

Vizite Ücretsizdir!..

Merhaba, bizim niye soğukta kaldığımız zaman burun veya parmak ucu gibi uç noktalarımız buz gibi olur? Bunun soğuk havayla ne ilgisi var?

Burun ucu, cilt ve altındaki kıkırdak dokusundan oluşur ve bu dokunun damar ağı yoktur. Bu nedenle soğuktan en çok etkilenen bölgelerden birisidir. Parmak uçlarındaki damarlar ise 1-2 mm kalınlığındadır ve soğuk havalarda buradaki kan dolaşımı parmakları ısıtmaya yetmeyebilir.

Dişler dişmacunu kullanmadan diş fırçasıyla fırçalanabilir mi? Macun kullanmaya ne kadar farkı olur?

Dişler macun kullanmadan da fırçalanabilir. Macunların bir kısmının beyazlatıcı etkisi olduğu ifade edilmektedir. Ancak diş macunu kullanmanın, macunsuz fırçalamaya göre kesin bir üstünlüğü yoktur. Macunlar diş fırçalamayı daha zevkli hale getirmektedir.

Bildiğimiz gibi yüksek sıcaklıklarda proteinlerin

yapısı bozulmakta ve bir daha düzelmemektedir. Peki pişirdiğimiz yiyeceklerdeki proteinlerin yapısı bozulacağına göre yediklerimiz yemeklerin de bizim için hiçbir yararı olmayacak mı?

Yüksek ısıda proteinlerin üç boyutlu yapısı bozulmakta, hatta zincir kırılmaları meydana gelmektedir. Ancak, proteinlerin 3 boyutlu yapısı değil, içerdiği amino asitler bize faydalı olduğu için pişirilmesinin zararı yoktur.