



DIYABET

KIBRIS TÜRK DİYABET DERNEĞİ HABERLEŞME BÜLTENİ

ULUSLARARASI DİYABET MAGAZİNLERİ KOMİTESİ'NE (ICDM) ÜYEDİR - YIL: 14 - SAYI: 26 - HAZİRAN 2011

Yaşam Tarzımızda Küçük Değişiklik Sağlığımızda Büyük Değişiklikler Yapabilir

“DIYABET ÖNLENEBİLİR”

Kuzey Kıbrıs'ta yetişkin nüfusun % 11'i diyabetli, % 18'i gizli şeker



Prof. Dr. Temel Yılmaz:
Umuyorum ki KKTC, Birleşmiş Milletler kararını kendi ülkesinde ilk uygulayan ve ulusal diyabet programını hayata geçiren ilk ülke olur.”

Prof. Dr. Temel Yılmaz, derneğimizin düzenlediği çalıştayda şunları söyledi: “Kıbrıs'ın en önemli sağlık sorunu diyabetir. Çünkü diyabet, sadece Kıbrıs'ta değil bütün dünyada kalp damar hastalıklarının bir numaralı sebebidir... Felçlerin bir numaralı sebebidir. Diyalize giren böbrek hastalarının her ikisinden bir tanesi diyabetlidir. Dünya tarihinden bu yana ilk kez, bizden sonraki kuşağın hayat süresinin bir önceki kuşaktan daha az olacağı hesaplanmıştır. Bildiğiniz gibi dünya tarihinden bu yana hem gelişen teknoloji, hem de olanaklar sürekli olarak insan ömrünü uzatıyor. İlk kez önümüzdeki kuşaklarda bunun değişeceği konusunda çok ciddi kuşaklar var.

Prof. Temel Yılmaz'ın konuşması 5. sayfamızda

Diyabetlilerin olmazsa olmazı :



Sağlık sisteminde bir eksiği kapattık.

Ayak bakım ünitemiz hizmete devam ediyor. Konuklarımız randevulu sistemle, hiç beklemeden ayak bakımlarını yaptırıyorlar.

Haberi Sayfa 6'da...



Bakan Kaşif, Derneğimiz Denetleme Kurulu Başkanı Hasan Kahvecioğlu ve Prof. Dr. Temel Yılmaz çalıştayda sohbet ederken...

Bakan Kaşif: «Diyabet konusuyla ilgili artık bir harita çizmek zorundayız. Bir proje başlatmak zorundayız...»

KKTC Sağlık Bakanı Dr. Ahmet Kaşif, çalıştayımıza katıldı ve destek verdi. Kaşif şöyle konuştu: “Diyabet, sadece “diyabet” olarak kalsa fazla bir şey olmayacak, ama diyabet, diğer hastalıkları da tetikliyor. İlerleyen dönemlerde gözde bozukluk, damar bozukluğu, dolaşım bozukluğu, kalp bozukluğu gibi hastalıklara sebep oluyor.

Haberin Devamı Sayfa 2'de



Başyazı

Dr. Caner ARCA
K.T.Diyabet Derneği Başkanı

Adresi Belli Mektup...

Derneğimiz, Sağlık Bakanlığını “Diyabet Merkezi'nde randevulu sisteme geçilmesi için” adım atmaya çağırıyor
Önerimiz; bu konuda taraf olanlar; sağlık bakanlığı yetkilisi, doktorlar, hemşireler, hasta ve dernek yetkilileri, diyetisyen ve psikolog gibi, bir araya gelsin. Tartışalım ve bu sorunu çözelim. Deve ile hendek değil ya.

Devamı Sayfa 2'de...

Haberin Devamı Sayfa 7'de...

DERNEĞİMİZİN YENİ YÖNETİCİLERİ



01 Mart 2010 tarihinde yapılan Genel kurulumuzda seçilen yeni Yönetim Kurulumuz derneğimizin Yürütme Kurulu'nu seçti. Derneğimizin yeni yöneticileri şöyle belirlendi:

Caner Arca	Başkan
Mustafa Bilgehan	Genel Sekreter
Ali Yıldırım	Sayman
Yıldan Oymacı	Eğitim Sekreteri
Mine Egemen	Örgütlenme Sekreteri
Yönetim Kurulu'nun diğer üyeleri:	
Gülsüm Gözenler	Üye
Taner Morris	Üye
Bertan Erbekir	Üye

Haberin Devamı Sayfa 7'de...

GEBELİK DİYABETİ

Gebelikte ortaya çıkan kan şeker düzeyinin (toleransı) bozulması,%90 gebelik diyabetidir. Bu durum tüm gebelerin %5 - %7' sinde oluşmaktadır. İnsülin kullanan gebelerin oranı, tüm hamilelerin %0.3-%0.6'sıdır.

Gebelik diyabetinin tedavisi hakkında pek çok yaklaşım ve tartışma vardır. Diyabette esas olan gebe hastanın kan şeker düzeyinin dengelenmesini sağlamaktır. Diğer önemli bir durum da, hastalığın süresidir. Diyabet hastalığında damarsal (Kalp, göz, böbrek, periferik damalar) rahatsızlıkların varlığı, gebelikte tedavi yaklaşımını belirleyen en önemli kriterdir. Bunu da tüm tıp otoritelerinin kabul ettiği White sınıflaması ile değerlendirmekteyiz.

Hastaları takip ederken, hem kan sekeri değerini hem de üç aylık kan sekeri düzeyi dediğimiz HbA1c'yi dengede tutmak çok önemlidir. İster gebelik öncesi diyabet hastası olsun, ister gebelikte ortaya çıkan gebelik diyabeti olsun, hamile hastalara olası riskler ve beslenme metotları ayrı ve aydınlatıcı olarak anlatılmalıdır. Bu nedenle hastaların düzenli gebelik takibinin yapılması önemlidir. Gebelik takibi; klinik bulgularının, bebekteki gelişimin, annedeki değişikliklerin (Hipertansiyon, böbrek rahatsızlığı, vb.) ve laboratuvar takibinin yapılmasını gerektirir.

Gebelik öncesi diyabet hastası olan hastalar, mutlaka doktor kontrolünde hamile kalmalıdır

Gebelik düşünen diyabet hastası, gebelik öncesi mutlaka, göz muayenesi olmalı, EKG çekirtmeli, böbrek fonksiyon testleri yaptırmalıdır. Diyabetli hamile hastalarda doğumsal anomali oranı yüksektir. Dengelenmemiş kan şeker düzeyi varlığında, düşük yapma oranı artmaktadır. Diyabetli hamile hastalarda 11-14 haftada ikili tarama testi, 16-18 haftada üçlü veya dördü tarama testleri, 20 haftada da detaylı ultrasonografi, 21-22 haftada fetal eko tetkiki (anne karnında bebeğin kalp yapısının incelenmesi) yapılmalıdır. Gebeliğin 2.- 3. ayında bebeğin büyümesi, son 3 ayında bebeğin anne karnında duruşu, olgunlaşması kontrol edilmeli ve doğumun zamanlanması doğru saptanmalıdır. Normal hamile bir kadında kan seker düzeyi açlık 60 -120, tokluk kan sekeri ise 70 -140 arasında olmalıdır.

Gestasyonel diyabet, gebelik de oluşan şeker hastalığıdır. Tüm hamilelere 24-28 haftaları arasında şeker yüklemesi yapılır ve sonuçları değerlendirilerek, tanı konur. Önceki gebeliğinde gestasyonel diyabet öyküsü olanlarda, kilolu hastalarda, ileri yaştaki hastalarda, ilk tarama testi normal olsa bile 32-34 üncü gebelik haftasında tekrar şeker yüklemesi yaptırılmalıdır.

Diyabetik hastada insülin kullanımı gerekiyor ise (İnsülin bağımlı diyabetik hamilede veya diyetle kan sekeri 200 gr/dl altına düşmeyen gestasyonel diyabetik hamilede) mutlaka endokrin uzmanı tarafından dozu ayarlanmalıdır.

Gebeliğin son 3 ayında diyabete bağlı komplikasyonlar artmaktadır. Bu nedenle insülin dozu % 30-70 artmaktadır. Solunum ve üriner enfeksiyon bulguları olan hastalar, mutlaka hastane ortamına yatırılmalıdır. Hamilelik takibinde diyabetik hastalar gebeliğin ilk 6 ayında iki haftada bir kontrole gelmelidir. Son 3 ayında ise her hafta kontrol yapılmalıdır. Yapılan her kontrolde doğumun yöntem ve zamanlaması dikkatlice belirlenmelidir. İyi kan şeker düzeyi kontrolü, hipertansiyon ve damar sorunlarının olmaması, gebelik takibinin normal olması ve bebeğin gelişiminin yeterli olması durumlarında gebelik süresinin tamamlanması (40 hafta) beklenerek, normal doğum beklenebilir. Gebelik öyküsünde hipertansiyon olan, kan şeker

Jin. Opr. Dr. Raif Hızal

1968'de Lefkoşa'da doğdu. 1985 yılında Lefkoşa Türk Lisesi'nden mezun oldu ve ardından 1992 yılında Cerrahpaşa Tıp Fakültesi'nden mezun olarak Zeynep Kamil Hastanesi “Kadın Doğum Uzmanlığı” ihtisasını 1997 yılında tamamladı.1997-1998 yılları arasında Tekirdağ Devlet Hastanesi'nde mecburi hizmetini tamamladı ve 1998-2000 yılları arasında da İstanbul Hayat Hastanesi , Florance Nightingale ve Amerikan Hastanesi'nde görev yaptı. 2000 yılında Kıbrıs'a dönerek 2001-2009 yılları arasında serbest hekimlik yaptı. 2007-2009 yılları arasında Serbest Çalışan Hekimler Birliği'nde Asbaşkan olarak görev yaptı. 2009 yılından beri de Kıbrıs Türk Tabibler Birliği Tabib Odası sekreterliği yapmaktadır. 2010 yılında Dr. Akçiçek devlet hastanesinde görev yapmaya başlamıştır. Evli ve iki çocuk babasıdır.

düzeyi kontrol altına alınamamış olan hamileliklerde bebeğin akciğer olgunlaşması tamamlandığında hemen sezaryen ile doğum yaptırılmalıdır. Tüm diyabetik hastaların doğum sonrası bebeklerini emzirmesi, kan şeker dengelenmesine katkı sağlar ve insülin ihtiyaçlarını azaltır. Hamilelikte kontrol altına alınmamış diyabet, yüksek tansiyon ve ödem, çok kilolu olma ya da hamilelikte çok kilo alma, ileri yaş hamilelikleri gibi olumsuzlukların varlığı bebek gelişimini etkilediği gibi anne karnında ölümlere veya hasta bebek doğumuna neden olabilir.

İşte bu yüzden ki, diyabetli birinin gebe kalmasında veya gebelikte oluşan diyabette, hamilenin düzenli takibi ve doğum eyleminin uzmanlarla merkez hastanelerde yapılması doğru olur kanaatindeyim...

Bakan Kaşif: «Diyabet konusuyla

Baştarafı Sayfa 1'de...

Onun için diyabet olayının gerçekten iyice konuşulması, korunma ve tedavi yöntemlerinin iyice tartışılması lazım.

Diyabetlilerin ailelerinin de artık bu toplantılara katılmasını arzu ediyorum. Sadece hastaların değil, çocukları rahatsız olanların da buraya gelmesi ve çocuklarımız için neler yapabileceğini konuşması, düşünmesi ve değerlendirmesi lazım.

Bu hastalıkla daha doğar doğmaz tanışan çocuklarımıza neler yapabiliriz, onları nasıl koruyabiliriz, önlemleri nasıl alabiliriz, bunların tartışılması gerekir.

İnanıyorum ki değerli divan bu konularda sizlere detaylı bilgiler sunacak ve tabii ki günün sonunda çok daha detaylı kararlar alınacak. Çünkü diyabet konusuyla ilgili artık bir harita çizmek zorundayız. Bir proje başlatmak zorundayız...”

Başyazının Devamı

Dr. Caner ARCA
K.T.Diyabet Derneği Başkanı

Adresi Belli Mektup...

Kuzey Kıbrıs Diyabet Yönetimi Çalıştay – 2010'da konuşmacılar tarafından ortaya konan sorunları, değerlendirme komitesi değerlendirip iki ana başlık altında 3 karar üretti.

Karar: 2
Diyabet bakım kalitesinin yükseltilmesi gerektiğine vurgu yapıldı...

Sevsinler bu randevu sistemini

“Caner Bey, şikayeti olan biri var, bakabilir misiniz?”

Dernek sekreteri kapıdan seslendiğinde doğrusu biraz ürkümüştüm. “Korkunun ecele faydası yok” diye geçirdim içimden ve kalktım, ön tarafa geçtim.

45-50 yaşlarında iyi giyimli bir kadındı. Ben içeri girdiğimde sekreter masasının önündeki sandalyeden kalktı. Saygılı biriydi ve kelimelerini düşünüp seçerek kullanmaya çalışıyordu.

Sinirliliğini göstermemeye çalışıyordu ama bunu hissetmek hiç de zor değildi.

“**Ben diyabetliyim**”, diye başladı söze. Sonra devam etti. “**Merak ediyorum, neden diyabetlilere numaralar burada, diyabet merkezinde verilmiyor? Eskiden buraya gelirdik. Bir kağıt asılıydı. Gelen adını yazardı ve sırasını beklerdi. Şimdi poliklinikte numaralar veriliyor, sonra da doktora görünmek için buraya geliniyor.**

Sabahın köründe geliyoruz ve kapının açılmasını bekliyoruz. Dolayısı ile yığılma oluyor. Kapı açıldı mı ilk numaraları almak için herkes koşturuyor. Bugün kapıda bir kadın vardı. Olmayacak şekilde konuşuyor. Ayıp... Gerçi bana söylenmedi bu sözler ama bana söylenmiş gibi, ben çok huzursuz oldum.”

“Ne dedi?” diye sordum.

“**Sizin yaptığınızı hayvanlar yapmaz, dedi. Bir hayvanlığımız kalmıştı. Kapıyı zamanında açmazlar, bir de dönüp insanlara küfrediyorlar. Devlet bizi özel hastanelere gitmek için zorluyor, ama öte taraftan paralarımızı kesti. Özele de gidemiyorum. Bu hakaretleri kabullenemiyorum. Eskisi gibi diyabet merkezinde randevulu sistemle bakınsak olamaz mı? Dernek olarak bir şeyler yapamaz mıyız? ”**

İnsanlarımız sıra numarası almayı, randevu almak gibi mi algılıyor; yoksa birileri bu yolla insanları uyuttuğunu, kandırdığını mı sanıyor, anlamıyorum.

Diyabetli insanlar, sabahın dördünde beşinde kalkıp aç karınla polikliniğin kapısında saatlerce soğuk sıcak, yağmur çamur bekliyorlar. Sonra memur geliyor, kapı açılıyor ve herkes fırlayıp, ilk numaraları almak için koşuyor. Şişmani, hastası, yaşlısı, genci, her durumda biri var, ama hiç önemli değil. İlk sıralardan numaramı aldansa iyisin. Yoksa öğleye kadar doktor kapısında beklersin.

Sevsinler bu randevu sistemini.

Sabahın köründe hastaneye git, aç karınla saatlerce bekle ve diyabetini kontrol altında tut tatabilirsen.

Kimi doktor, numara alan hastaya bakar; gider. Kimi doktorun önünde uzun kuyruklar oluşur. Kimi doktor oturur birilerini bekler. Bu mudur “Randevu Sistemi”?

Diyabet merkezi neden kuruldu? Bu merkez yapılırken; derneğimiz, sağlık bakanlığı ve belediyenin imzalarıyla bir sözleşme yapıldı. Bu sözleşme diyabet merkezinin tam donanımlı olarak çalıştırılmasını da öngörüyor.

Randevulu sisteme geçilmesini istiyoruz. Numara almak değildir randevulu sistem. Hastaya hangi gün, hangi saatte geleceği, gelirken neleri yapıp gelmesi gerektiği bildirilmeli ve hasta merkeze geldiğinde aynı gün birden fazla birimde bakımını yaptırabilmelidir. Örneğin; göz doktoruna geldiğinde diyetisyenini de görebilmelidir.

O kadar zor mu bunu yapmak? Neden yapılmıyor? Ne imiş bunun yapılmasını engelleyen?

Derneğimiz, Sağlık Bakanlığı'nı bu konuda adım atmaya çağırıyor. Önerimiz; bu konuda taraf olanlar; sağlık bakanlığı yetkilisi, doktorlar, hemşireler, hasta ve dernek yetkilileri, diyetisyen ve psikolog gibi, bir araya gelsin. Tartışalım ve bu sorunu çözelim. Deve ile hendek değil ya.

Son yıllarda çok sık karşılaşılan bir kavram

Genetiği Değiştirilmiş Organizmalar:



Ülkemizde belirgin kurallara bağlanmayan GDO'lu ürünler nedeni ile önümüzdeki nesiller gerek sağlık gerekse kalıtsal olarak birçok sorunla karşılaşacak

Moleküler Biyolog Dr. John Fagan, ABD'de Cornell Üniversitesi'nden Moleküler Biyolog derecesi aldı. Son 20 yıldır kanser konusunda genetik araştırmalarda bulunuyor. Son 15 yıldır endüstri, hükümetler ve toplum için GDO'lu gıdalar konularında çalışıyor ve araştırmalar yapıyor.

Dr. John Fagan'ın GDO'lu ürünlerle ilgili verdiği bilgilerden derlenenleri sizlerle paylaşıyoruz.

GDO Nedir?

Herhangi bir canlıdaki genetik özelliklerin biri veya birkaçı kopyalanarak, bu özellikleri taşımayan başka türden bir canlıya aktarılması sonucunda üretilen yeni canlıya Genetiği Değiştirilmiş Organizma (GDO) deniyor.

Genetiği Değiştirilmiş Gıdalar gibi, tarım ilaçları, hormon ve suni gübrelerin de uzun dönemde insan sağlığı ve doğal çevre için zararları vardır.

Genler, bir organizmanın özelliklerini belirleyen kimyasal bilgiyi taşır. Genler değiştirilerek bir organizmaya istenilen özellikler kazandırılabilir. “Genetik mühendisliği”, bilim adamlarının genleri bir organizmadan alıp, diğerine aktarmalarına imkân veren bir teknolojidir. Ancak her zaman beklenmedik yan etkileri ve çevreye zararları olabilir.

GDO'lu yiyeceklerden uzak durun. GDO teknikleriy-le üretilmiş soya, kanola, mısır ve ayçiçeği yağından uzak durun.

Bu teknolojinin savunucularına göre; elde edilen verim artıyor, çiftçiye para kazandırıyor, daha çok besleyici, iklimsel değişikliklerden, enerji, su krizlerinden etkilenmiyor ve dünya nüfusuna yetecek kadar yiyecek üretebiliyorsunuz.

Oysa GDO'lu gıdalar üretilmeye başladığından bu yana verimin arttığına, daha besleyici olduğuna, iklimsel, enerji, su ya da fazla nüfusa çözüm olduğuna dair bir kanıt yok. GDO savunucularına göre, zararlı otları ve böcekleri öldürücü ilaçları kendileri üreten bu GDO'lu ürünlerle gelecekte daha iyi verimlilik alınacak. GDO'lu ürünlerin sağlık ve çevreye zararlı olduğuna dair birçok bilimsel araştırma ve kanıtlar var, ancak sorun şu ki, genetik mühendisleri GDO'lu gıdalarla ilgili süreci, sağlık ve çevresel zararlarını takip edemez. Kimin neyi ne kadar kullandığını denetleyemez, bu uzun vadede olumsuz sonuçlara neden olabilir. Bebekler ile çocukların yetişkinlere göre daha zayıf olmaları sebebiyle, mevcut zararlardan daha çok etkilenecekleri şüphesiz.

GDO'lu besinlerin laboratuvarında hayvanlar üzerinde kansere neden olup olmadığı, tetikleyip tetiklemediği, hücrelere etkisi gibi konularda araştırmalar yapıldı. Karaciğer, böbrek ve pankreas'ın çalışmasını değiştirdiği ve doğurganlığı azalttığı yolunda kanıtlar var. Ayrıca GDO'lar büyüme hızını yavaşlatabiliyor.

GDO'lu gıdaların üretilmesine

gerçekten dünyanın ihtiyacı var mı?

Bizim GDO'lu yiyeceklere ihtiyacımız yok. GDO,

insanın ihtiyacı olduğu için değil, çokuluslu şirketler tarafından hissedarlarına daha çok para kazandırmak amacıyla dayatılan bir uygulama. Çiftçiler GDO'lu tohum aldıklarında geleneksel tohumları kaybolacak. Böylece çiftçiler, GDO'lu tohumlara bağlı hale gelecek ve gelecekte sadece GDO'lu ürünler üretilcek. Bölgesel tohumların kaybolması sadece 2-4 yıl alır. Bu olduğu zaman ülke, gıda üretim sisteminin kontrolünü kaybeder ve ülkenin yiyecek güvenliği kaybolur. Yiyecek güvenliğini riske atmak ulusal güvenliğinizi de riske atar. Yiyecek güvenliği olmayan bir millet yöneticisine güvenemez.

GDO'lu yiyecekler ile doğal olanları nasıl anlayabiliriz?

Yüzyıllardır tüketilen doğal besinlerin sağlıklı olduğunu biliyoruz. GDO'lu bitkilerin ise, renkleri, tatları ve kokuları değiştiriliyor. Bu bitkilerin toksik, allerjik zararları olabilir, besleyicilikleri tartışılabilir. GDO'lu gıdalar sağlığın yanında çevreye de zarar verebilir. Bu nedenle kapsamlı “çevresel değerlendirme” yapılması gerekir. Şu anda hiçbir hükümet gıda güvenliği ya da çevresel etkileri değerlendirmemektedir.

Bağımsız bilim adamları GDO konusunda ayrıntılı bilimsel çalışmalar yapmakta, zararlarına ilişkin kanıtlar sunmaktadır. Tüketiciler bu konuda bilinçli

olmalı, GDO'lu ürünleri tüketmemeli ve çiftçiler yetiştirmeme konusunda dirençli ve bilgili olmalıdır. Yiyeceklerin GDO'lu olup olmadığını anlamak için testler yapılabilir, ancak bu zaman alacak ve oldukça maliyetli bir iştir. Tat ya da koku gibi farklılıklar bir yiyeceğin doğal ya da GDO olup olmadığını anlamamızı sağlamaz.”GDO'lu” ya da “doğal” etiketlemesi yapılmış ürünlerden doğal oranları alarak önlem alabilirsiniz.

GDO konusunda dört şey ile ilgili endişe var:

- 1- Çevre üzerindeki olumsuz etkileri
- 2- İnsanlara ve hayvanlara zararları
- 3- Ekonomik ve sosyal zararları
- 4- Ulusal güvenlik için gıda güvenliği tehditleri.

Dünyanın çeşitli bölgelerinde insanların tepkileri nasıl?

GDO'lu gıdalara ilişkin farklı yollarla ancak doğal ürünleri ve tarımı korumaya yönelik benzer tepkiler var. GDO'lu gıdaların satıldığı Amerika ve Kanada'nın içinde bulunduğu bölgelerde yapılan tarafsız anketlerde yüzde 50'den fazla tüketici, doğal yiyecekler tüketmek istediğini belirtti. İnsanlar her yerde “Günümüzde tükettiğimiz yiyecekler oldukça iyi. Bu konuda genetik mühendisliğine ihtiyacımız yok. Bir faydası yok” diye belirtiyor.



Merkez:

Atatürk Caddesi No:101

Terminal çemberi karşısı

Şube :

Evren paşa Caddesi, Kiler Market

Gönyeli yeni belediye binası yolu üzeri

Yenikent- Gönyeli



KUZHEY KIBRIS DİYABET ÇALIŞTAYI

Kıbrıs Türk Diyabet Derneği, bir büyük ve güzel çalışmaya daha imza attı.

Diyabetle ilgili tüm tarafları bir araya getirdik.

Taraflar sorunlarını ve çözüm önerilerini konuştu. Derneğimiz bu konuşmaları kitaplaştırdı.

Amacımız; politika yapanları, diyabetle ilgili politika oluşturmalarında teşvik etmek, onlara kaynak sağlamak.

Çalıştayda sunum yapmak üzere tüm kesimleri davet ettik. Katılanlarla gerçekleştirdik.

Çalıştaya konuşmacı olarak katılanlar:

Aynur Hoca *Diyabetli*

Dyt. Feriha Balkır *Diyetisyen*

Hmş. Enver Bozkurt *Diyabet Eğitim Hemşiresi*

Dr. Ash Niyazi *Sağlık Psikoloğu*

Dr. Hasan Sav *Endokrin Uzmanı*

Ecz. Ayşe Gökyiğit *İlaç Eczacılık Dairesi*

Dr. Rifat Siber *Dr. Burhan Nalbantoğlu*

Devlet Hastanesi Başhekim

Caner Arca *K.T. Diyabet Derneği Başkanı*

Doç.Dr.Şehnaz Karadeniz *Türkiye Diyabet Vakfı Kurucu Üyesi, IDF Europe Yön. Kur. Üyesi*

Prof. Dr. Temel Yılmaz *İ.Ü. Tıp Fakültesi*

Endokrinoloji, Diyabet ve Metabolizma Bilim Dalı

Öğretim Üyesi ve Türkiye Diyabet Vakfı Başkanı

Dr. Ahmet Kaşif *Sağlık Bakanı*

Değerlendirme Kurulu

Emete İmge *Denetleme Kurulu Üyesi*

Perihan Aziz *Gazeteci*

Selda İçer *Gazeteci*

Hasan Kahvecioğlu *Gazeteci ve*

Denetleme Kurulu Başkanı

Çalıştay Kararları

21 Ağustos'ta gerçekleştirilen Kuzey Kıbrıs Diyabet Yönetimi Çalıştayı-2010, çalıştay sonrası değerlendirildi. Değerlendirme komitesinin hazırladığı rapor ve çalıştayda yapılan sunumlar, yönetim kurulumuz tarafından dikkate alınarak yapılan değerlendirme sonucunda varılan kararlar, basın toplantısı ile toplumumuzla paylaşıldı.

Basın toplantısında raporu açıklayan Dernek Başkanı Caner Arca, sorunlara yönelik çözüm yollarının belirlenmesi, hedef ve stratejilerin geliştirilmesi için ileriki günlerde konularla ilgili tarafların (Sağlık Bakanlığı yetkilileri, kamu kurumları, belediyeler, profesyonel organizasyonlar, hasta dernekleri, diyabet alanında önde gelen akademisyenler ve gerekirse farklı alanlardan uzmanların katılacakları bir dizi çalışma yapıla-cağını belirtti.

Caner Arca, çalıştayda ortaya konulan sorunlara diyabetle mücadelede iki temel açıdan yaklaşıldığını vurguladı. Bunların "Diyabet bakım kalitesinin yükseltilmesi" ve "Yaşam tarzı değişikliği ile diyabetin yaygınlaşmasının önlenmesi" olduğunu söyledi ve sorunların toplandığı 3 ana başlığı ise şöyle sıraladı:

1. Çalıştayda Diyabet Merkezi'nin önemi belirtilmiş ve tüm bölgelerde diyabet merkezleri oluşturulup çalıştırılması gerektiği vurgulanmıştır.

2. Diyabetli bakım kalitesinin yükseltilmesi gerektiği üzerinde durulmuş, özellikle toplumu-muzda gizli şekerin yüksekliğine dikkat çekilmiş ve ancak yaşam tarzı değişikliği ile diyabetin



önlenebileceğine vurgu yapılmıştır. Bunun için toplumu bilinçlendirmek ve teşvik etmek gerektiği dikkatlere getirilmiştir.

3. Diyabetle mücadele konusunda politikalar üretmek, farklı kesimler arasında işbirliğini sağlamak ve uygulanan politikaları denetlemek

için geniş katımlı "Diyabet Konseyi" kurulması gerektiği vurgulanmıştır.

Kıbrıs Türk Diyabet Derneği, bu kararların hemen ardından 2. kararda belirtilen "yaşam tarzı değişikliği" konusunda "Diyabet Önlenebilir" kampanyasını başlatmıştır.

"DİYABETLE KALİTELİ YAŞAM" YAZ KAMPI

❖ KLASİK HERŞEY DAHİL KONAKLAMA

❖ AÇIK BÜFE ORTAMINDA, DİYETİSYEN KONTROLÜNDE SAĞLIKLI BESLENME

❖ YÜRÜYÜŞ, YÜZME, MÜZİK VE DANS EŞLİĞİNDE ANİMASYON

❖ HAVUZ VE DENİZDEN YARARLANMA

❖ DİYABET KONUSUNDA UZMAN DOKTOR, DİYETİSYEN, PSİKOLOG VE HEMŞİRELERİN KONTROLÜNDE TIBBİ TAKİP VE TETKİKLER (üç aylık şeker ortalaması kan testi, göz dibi kontrolü)

❖ UZMAN EKİBİN SUNACAĞI SAĞLIKLI YAŞAM EĞİTİMİ

KAMP ÜCRETİ:

6 GÜN 5 GECE YİYECEK, KONAKLAMA, TIBBİ VE İDARİ BAKIM İÇİN:

• Tek kişilik odada 5 günlük kamp ücreti : 920.- TL

• İki kişilik odada kişi başı 5 günlük kamp ücreti: 670.- TL

• Üç kişilik odada kişi başı 5 günlük kamp ücreti: 620.- TL

• 0-6 yaş çocuklar için iki yetişkinle kalırsa kamp çocuk için ücretsiz.

• 7-12 yaş arası iki yetişkinle kalırsa 5 günlük kamp ücreti: 335.- TL

• 3-12 yaş arası 1 çocuk tek yetişkinle kalırsa /5 günlük kamp ücreti: 470.- TL

• Tek kişi ile konaklayacak 0-2 yaş arası çocuklar için kamp ücretsizdir.

05 Eylül-10 Eylül, 2011
SALAMIS BAY CONTI
RESORT OTEL
MAĞUSA

Başvuru için: KIBRIS TÜRK DİYABET DERNEĞİ

TEL: 223 6115 FAX: 223 6135 e-Posta: info@ktdiabet.org

Cep telefonu: 0533 8619909 (Mağusa) – 0533 8698970

(Lefkoşa)

Dr. Burhan Nalbantoğlu Devlet Hastanesi, Diyabet Merkezi Üzeri, Lefkoşa

Prof. Dr. Temel Yılmaz: "Kıbrıs'ın en önemli sağlık sorunu diyabettir."

Türkiye Diyabet Vakfı Başkanı Prof. Dr. Temel Yılmaz, derneğimizin düzenlediği çalıştayda yaptığı konuşmada, "Kıbrıs, tüm dünyada diyabetin en yaygın olduğu ülkelerden bir tanesi. Umuyorum ki KKTC, Birleşmiş Milletler kararını kendi ülkesinde ilk uygulayan ve ilk ulusal diyabet programını hayata geçiren ülke olur." dedi.

Yılmaz şöyle konuştu: "Kıbrıs'ın en önemli sağlık sorunu diyabettir. Çünkü diyabet; sadece Kıbrıs'ta değil bütün dünyada kalp damar hastalıklarının bir numaralı sebebidir... Felçlerin bir numaralı sebebidir.

Diyalize giren böbrek hastalarının her ikisinden bir tanesi diyabetlidir. Dünya tarihinden bu yana ilk kez, bizden sonraki kuşağın hayat süresinin bir önceki kuşaktan daha az olacağı hesaplanmıştır. Bildiğiniz gibi dünya tarihinden bu yana hem gelişen teknoloji, hem de olanaklar sürekli olarak insan ömrünü uzatıyor. İlk kez önümüzdeki kuşaklarda bunun değişeceği konusunda çok ciddi kuşkular var.

Dünya nüfusunun 25 yıla kadar %30 artması beklenirken buna karşın dünyadaki diyabetli sayısının %110 oranında artması bekleniyor. Birinci neden otomobildir. Artık yürümüyoruz. Sporu unuttuk... Televizyon karşısında geçirilen uzun saatler, bilgisayarlar, iş yaşamının hızlanması, fast foodlar... Bunlar istatistiklerin bilinen tüm tahminlerinin ötesinde çok hızlı bir şekilde bütün dünyada arttıkça, diyabet de buna paralel olarak artış göstermektedir. ABD'nin dünyada diyabetin en yaygın artış gösterdiği bölgelerden birisi olduğunu görüyoruz. Buna karşın Ortadoğu'daki artış hızına bakın, Güneydoğu Asya'daki artış hızına bakın... Diyabet, az gelişmiş ve gelişmekte olan Hindistan, Güney Amerika, Güneydoğu Asya'da da hızla artıyor. En hızlı da Ortadoğu'da artıyor.

Yani bizim içinde bulunduğumuz bölgede... Şimdi

burada dikkat ederseniz gelişmiş ülkelerde ve gelişmekte olan ülkeler arasındaki artış hızını izleyebilirsiniz. Dikkat ederseniz kanser artış hızı aynı gidiyor, artmıyor ama diyabete bağlı ölüm nedenleri hızla artıyor. Diyabet; kanser dışındaki tüm bu hastalıkların ana nedenidir. Bizim İstanbul Tıp Fakültesi olarak yaptığımız komplikasyon taramasında Tip2 diyabetlilerin yüzde 85'inin kandaki yağ oranı yüksek, yüzde 50'sinden fazlasında yüksek tansiyon var ve yüzde 30-40 arasında küçük damar hasarı var.

Diyabette komplikasyon oluşumunu belirleyen HbA1c'dir. Hiç kimse şeker yüksekliğinden ölmüyor. Şekere bağlı organ hasarlarından dolayı ömür kısalabiliyor. Eskiden bunu bilmezdik. Son 3 aylık ortalamayı gösteren de HbA1c düzeyi organ hasarını ortaya koyuyor. Burada sınır 7'dir. Yedinin altında tuttuğunuz süre içerisinde asla hiçbir şekilde organ hasarı olmuyor. Türkiye'deki ortalamaya bakın; Tip1 diyabette 9.6, Tip2 diyabetlilerde 8.5 HbA1C düzeyini %1 oranında indirdiğinizde; diyabete bağlı herhangi bir komplikasyonu %21 oranında; miyokart enfarktüsünü %14 oranında, mikrovasküler komplikasyonları %37 oranında, periferik damar hasarını %43 oranında düşürüyorsunuz. Bu sadece HbA1C'yi %1 indirdiğimizde; yani 9 ise 8'e indirdiğimizde izleyebildiğimiz risk oranıdır.

Onun için burada hastalığın ilk tedavisi çok önemlidir. İki farklı hastanın durumuna ilişkin olarak bir örnek vereyim... Bunlardan birinci hasta 52 yaşında HbA1c'si 9.1; ikinci hasta yine 52 yaşında HbA1c'si 7... HbA1c'si 7 olan yüzde 20 oranında daha fazla yaşayacak. Yüzde 60 oranında komplikasyonlar oluşmadan yaşayacak. Onun bu topluma maliyeti yüzde 20 oranında daha az olacak. Tüm sağlık bütçesi 40 milyar dolar, bunun 10 milyar doları bu hastalığa harcanıyor. O zaman bu hastalıkla mücadele için ortak ve global bir strateji oluşturmak lazım. Bundan yaklaşık on yıl önce burada KKTC Sağlık Bakanlığı bir

"ulusal diyabet politikası" oluşturulması için toplantılar başlattı. Bu toplantıların hemen hemen tamamında ben de bulundum. %18 gizli şeker, daha diyabetli olmamış, çoğunluğu bizim çocuklarımız olan bu kişileri uyarmak ve bunları korumak lazım. Korumak için de yine ortak projeler oluşturmak lazım. Diyabet okulları kurmak, diyabetle ilgili eğitim programları uygulamak lazım. Multi sektörel, multi disiplinler ve katılımcı bir program olması lazım. Bu program, ülkenin ihtiyaçlarına uygun olacak diyabeti tüm yönleriyle içine alacak ve diyabetle mücadelede görev alacak herkesin içinde olduğu bir program olacak. Bu program eğer uygulanır ve hayata geçerse, bu ülke, bu hastalıkla mücadeleyi kazanır.

Bu çalıştayın çok önemli olduğuna inanıyorum. Bu programın alt yapısının oluşmasında son derece önemli bir adım olduğuna inanıyorum. Ve şunu söyleyeyim, Kıbrıs'ta diyabetli hastalar dünyanın bu konuda en bilinçli hastaları... Ben bu ülkedeki diyabetli hastalara inanıyorum. Hepinize saygılar sunuyorum."

DUYURU

**Türkcell telefon hattı olan kişiler
derneğimize yardım etmek isterlerse
ABONE DİYABET yazıp 4271'e mesaj atarak
her ay derneğimize 10 TL yardım etmiş
olurlar.**

**Türkcell telefon hattı olan üyelerimiz bu
yolla üyelik aidatlarını ödemiş olacaklar.**



Yüz yüze teknoloji



KAREL MOBİL UYGULAMASIYLA
ÜRÜNÜN ONAYI ALINDI VE
SİPARİŞ ZAMANINDA YETİŞTİ!

KAREL İP TELEFONLA
FABRİKAYA ÜRETİM
TALIMATI VERİLDİ.

KAREL SABİT TELEFONUNDAN,
ÜRÜN TASARIMINI PATRONUNA
YOLLADIĞINI BİLDİRDİ.

KAREL SOFTPHONE'LA PATRON,
TASARIMI MALDİV'DEN ONAYLADI.

TÜM PLATFORMLARDA VERİMLİ İLETİŞİM

Karel tümleşik iletişim uygulamalarıyla tüm ortamları birbirleriyle oluşturuyoruz.

- Abonelere her an, her yerden erişebilme; istendiğinde mobil iletişim olanakları; iş telefonunu birden fazla uç noktadan kullanabilme özgürlüğünü sunuyoruz.
- Arge yeteneklerimizle teknolojiyi haberleşme gereksinimlerinize göre şekillendirip, ihtiyaca uygun ve kullanıcı dostu çözümler yaratıyoruz.
- Kullanıcılarımıza verimli ve ekonomik, yeni iletişim yöntemleri sağlıyoruz. Bunu etkin ve yaygın hizmetle destekliyoruz.

İletişim için, teknoloji ve kullanıcıyla yüz yüze...

www.karel.com.tr

YETKİLİ SATICI - SERVİS / Mors L.T.D.
 Ergene Sokak Keleşoğlu Sitesi No. 4 Girne / KIBRIS
T. 0090 392 815 26 00 - 228 21 22 **F.** 0090 392 815 43 83
www.morsltd.com



Podiatrist Richard Fields

Sağlık sisteminde bir eksiği kapattık

Tecrübeli ellerle, temiz ve hijyen bir ortamda ayak yaralarının tedavi edildiği, tırnak ve her türlü bakımın yapıldığı “ayak bakım ünitemiz” çalışmalarına devam ediyor.

Haftada 2 gün, Pazartesi ve Perşembe günleri için randevu almak isteyenler 2236115 numaralı telefonda dernek sekreterimize ulaşabilirler.

AYA K BAKIMI

Derneğimizde Ayak Bakımı Yaptıranlar Neler Söylediler?



Sonay Çelik

Sonay Çelik

“Çok memnunum, çok. Bir yıl evvel gizli şekerim çıktı... Ayağımda devamlı tırnaklarım hep içeri büyüdü. Bir seneden bu yanadır tırnaklarım normale döndü. Çok memnunum.

Zekiye Torunlar

Bir buçuk iki seneye yakındır ayak bakımı yaptırdım. Çok memnunum. Diyabet hastasıyım. Ayaklarımda yırtılma vardı. O yırtılmalar kapanmış durumdadır ve gerçekten çok memnunum. Ayaklarımdan altından ateş çıkardı bastığım zaman. Ayak bakımına başladığımdan bu tarafa o yanmalar gitti. Rahatladım. Gelmeye de devam edeceğim. Her iki ayda doktorun söylediği tarihlerde gelirim.



Zekiye Torunlar

Ertan Çınar

Vallahi ben ilk defa böyle güzel bir ayak bakımı gördüm. Şimdi ilk defa ayaklarımı bu kadar güzel gördüm, bu kadar beğendim. Malum şeker hastalığından dolayı ayaklarımızda bazı deformeler olur, tırnaklarda bazı deformeler olur. Hatta tırnakların da ayak etlerine, parmak içine batır şekilde olur ve bunlar bilhassa diyabetli hastaların dikkat etmeleri gereken hususlardır, çünkü diyabetli hastaların kanları kolay kolay durmuyor. Çok memnunum. İkinci gelişimdir. Allah nasip ederse, bir arıza olmazsa her zaman da gelmeye devam edeceğim. Bu servisi için Diyabet Derneği'ne çok teşekkür ederim.



Ertan Çınar

Bütün diyabetli hastaların mutlak surette diyabet derneğine gelip de ayaklarının bakımlarını bizzat yaptırmalarını tavsiye ediyorum. Her şey ayaktan başlar, ayaktan biter. Ayaklarımız sağlıklıyken lütfen onlara iyi bakalım.

Selmin Şişik

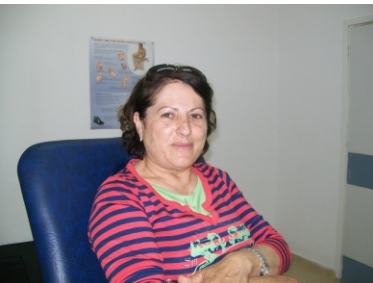
Allah razı olsun. Bu kadın bu memlekete geldi. Bu kadın olmasa benim iş hayatım biter. Hoşuma giden şey aha o şu beni bu sabah aradınız ve dediniz ki, bugün saat on birde randevunuz var çünkü insan unutabilir yani. İngiliz usulü olsun. Ben mecburum, haftada bir mecburum geleyim. Diyabetik hastalarına, ister diyabetik olsun, ister olmasın, hastalara tavsiye ederim. Öneririm. Diyabetik olanlar mutlaka gelsin.



Selmin Şişik

Şerife Kuşar

İyileşeceğimi ümit ederim. Rahatlayacağımı ümit ederim. Derneğimizin bu faaliyetinden dolayı çok memnunun. Bu bizi mutlu eder. Derneğin verdiği bu tip faaliyetler hali ile bizi rahatlatıyor.



Şerife Kuşar



İdil Şeytanoğlu

Böyle bir hizmetin derneğimiz tarafından üyelerine ve geriye kalan kişilere verildiğinden dolayı çok mutluyum. Şahsen tüm ailemi buraya getirme çabasındayım. Herkese fayda sağlayacağını düşünüyorum ve herkese tavsiye ederim. Ayrıca sadece hastalığı olan kişilere değil, hastalığı olmayan kişilerin de bir bakım için gelmesi ve hastalığı olmadan, problemler çıkmadan burada önleyici tedavi yapmasını tavsiye ederim.

Ben 4 kezdir geliyorum. Tırnağımda benim batma sorunu olduğundan dolayı daha çok ayakkabıları giyerken acı çekiyordum. Şu anda böyle bir acım yoktur. O acıları duymamak için sürekli olarak buraya gelip bu tedaviyi uygulamak istiyorum. Randevu sistemi çok güzel. Aradığımızda bize çok erken zamanda randevu veriyorlar. Randevu değişikliği olursa haber veriyorlar. Çok iyi bir hizmet alıyoruz.

PIRLANT
KUYUMCU

“ ALTIN İŞLERİNDE ALTIN İSİM ”

ARASTA SOKAK NO:6 LEFKOŞA
TEL: (0392) 227 22 16
e-mail: pirlantkuyumcu@hotmail.com

MANŞET

“DİYABET ÖNLENEBİLİR”

ÖN SAYFADAN DEVAM

Diyabetin yaygınlığı ile ilgili yapılan araştırmalar gösteriyor ki, gizli şeker olan kişilerin her yıl %10'u diyabet olmaktadır. Ancak “yaşam tarzımızda” yapacağımız değişikliklerle diyabet %58 oranında önlenabilir.

Kıbrıs Türk Diyabet Derneği, 2008 yılında yapılan tarama sonuçlarını değerlendirdi ve Kuzey Kıbrıs'ta diyabetin hızlı yayılmasına dikkat çekmek, diyabetin hızlı yayılmasını durdurmak ve geriletme amacıyla “yaşam tarzı değişikliği” yönünde toplumun dikkatini çekmek, bilgilendirmek ve teşvik etmek amacıyla bir kampanya başlattı.

Dernek Yönetim Kurulu kampanyanın gerekçeleri konusunda toplumumuzla şunları paylaştı:

Tüm dünyada olduğu gibi Kuzey Kıbrıs'ta da, son 30 yılda hızla gelişen teknolojinin dayattığı hareketsiz yaşam ve yağlı gıdalarla (fastfood) beslenme sebebiyle obezite ve obeziteye bağlı gelişen hastalıklar hızlı bir artış göstermektedir.

Birleşmiş Milletler'de (BM), görüşülen ve hakkında karar alınan 3 hastalıktan (tüberküloz, HIV virüsü ve diyabet) biri diyabetir. BM kararlarında diyabet, bulaşıcı olmamasına rağmen salgın bir hastalık olarak tanımlanmıştır.

Kuzey Kıbrıs'ta 2008 yılı sonunda yapılan diyabet taramasında 20-80 yaş arası yetişkin nüfusta %11 diyabetli (18,500 kişi) ve %18 gizli şeker (30,000 kişi) saptanmıştır. Bu oranlar dünya ortalamasının üzerindedir.

Kuzey Kıbrıs'ta 14 yıl ara ile yapılan iki taramanın sonuçları kıyaslandığında, diyabetin gelişme hızı çarpıcı bir şekilde görülmektedir.

1996 yılı %11.3 diyabetli (12,000 kişi) %13 gizli şeker (13,800 kişi)

2008 yılı %11.0 diyabetli (18,500 kişi) %18 gizli şeker (30,000 kişi)

Görülüyor ki, diyabet oranında küçük bir düşüş olmasına rağmen (nüfusun hızla artırılması nedeni ile) diyabetli sayısı %54.17 oranında artmıştır. Gizli şeker olanlarda ise bu artış %117.40 tır.

Diyabet bakım kalitesinin yükseltilmesi için verilecek uğraşlar kadar, diyabet olma riski olan kişilerin diyabet olmalarının engellenmesi veya daha geç yıllara aktarılması için uğraş verilmesinin de önemli olduğuna karar veren Yönetim Kurulumuz, 14 Kasım 2010, Dünya Diyabet Günü nedeniyle derneğimizin düzenlediği geleneksel kutlama balosunda kampanyamızı basın ve konuklarımıza duyurdu.

Yaşam Biçimi Değişikliği:

Teknolojinin hayatımıza girmesi ile şekillenen hareketsiz sosyal yaşam ve sağlıksız beslenme ile belirlenmiş olan yaşam biçimimizi değiştirme yönünde, kararlı ve sürekli olacak şekilde adımlar atarak, obezite ve tetiklediği hastalıklara karşı daha dirençli duruma gelmek için yaşam biçimi değişikliği kampanyamızı “Diyabet Önlenbilir” sloganı ile başlattık.



Bulutoğluları: “Başarılı çalışmalarından dolayı Kıbrıs Türk Diyabet Derneği'ni kutlarım”

Sav: “Hareketli bir yaşam tarzı ve doğru beslenme diyabetin önlenmesi veya geciktirilebilmesi açısından önemlidir”

Arca: “Kuzey Kıbrıs'ta hızla yükselen diyabeti durdurmak elimizdedir. Konuya dikkat çekmek için 'Diyabet Önlenbilir Kampanyası' başlatmıştır. Kampanya kapsamında, yerleşim yerlerindeki diğer sivil toplum örgütleri ve belediyelerle ilişki içerisinde toplantılar düzenleyip konu ve yapılması gerekenler anlatılmakta, konuyla ilgili broşürlerimiz dağıtılmaktadır”

Lefkoşa Türk Belediyesi Başkanı Cemal Bulutoğluları Diyabet Önlenbilir Kampanyamıza destek verdi.

Kampanya çerçevesinde Lefkoşa Metropol yolunda düzenlenen Sağlıklı Yaşam Şöleni 9 Nisan, 2011 Cumartesi günü gerçekleşti.

Kıbrıs Türk Diyabet Derneği, Kıbrıs Türk Diyetisyenler Birliği ve Organik Yaşam Ve Tarım Derneği'nin katkılarıyla düzenlenen Sağlıklı Yaşam Şöleni'ne Lefkoşa Türk Belediyesi de destek verdi. Belediye Başkanı Cemal Bulutoğluları'nın aktif desteği ve belediyenin maddi yardımları ile gerçekleşen Sağlıklı Yaşam Şöleni'ne konuyla ilişkisi bulunan sivil toplum örgütleri de destek verdiler.

Kıbrıs Türk Tabipleri Birliği, Veteriner Hekimleri Birliği, Gıda Mühendisleri Odası ve Biyologlar Derneği'nin destekledikleri şölen için, Lefkoşa Türk Belediyesi toplantı salonunda 6 Nisan günü basın toplantısı gerçekleştirildi.

Basın toplantısında konuşan Bulutoğluları, başarılı çalışmalarından dolayı derneğimizi kutladı. Belediye olarak derneklere çalışmalarında katkı koymanın ve önlerini açmanın görevleri olduğunu söyledi ve insan sağlığının önemine işaret etti.

Endokrinoloji ve Metabolizma Hastalıkları Uzmanı Dr. Hasan Sav da basın toplantısında konuşarak, Kıbrıs Türk Diyabet Derneği'nin

yürüttüğü projenin son yıllarda tüm dünyada yürütülen çalışmaların bir benzeri olduğuna işaret etti.

Diyabetin önlenbilir veya geciktirilebilir bir hastalık olduğunu ifade eden Dr. Hasan Sav, hareketli bir yaşam tarzı ve doğru beslenmenin diyabetin önlenmesi veya geciktirilebilmesi açısından önemli olduğunu vurguladı.

DERNEĞİMİZİN YENİ YÖNETİCİLERİ

Sayfa 1'den Devam...

Mustafa Oymacı	Üye
Zühre Mindıkoğlu	Üye
Salih Saadetoğlu	Üye
Okan Arca	Üye
Mustafa Türk	Üye
Hasan Özlütaş	Yedek Üye
Denetleme Kurulu Üyeleri	
Hasan Kahvecioğlu	Başkan
Emete İmge	Üye
Rasime Uyguroğlu	Üye
Mesut Günsev	Yedek üye

Unutmayın !

Derneğimiz sizlerin 'yaşam kalitenizi yükseltmeniz' amacıyla çalışıyor.

Sizin için çalışan “derneğinize” sahip çıkın.

Derneğimiz sizlerin yardımlarıyla daha da güçlü olacaktır.

Yardımlarınız için teşekkür ederiz.

Üyelik aidatlarınızı verdiniz mi?

Üye iseniz üyelik aidatınızı (yıllık 60 TL) derneğimize gelerek veya bankaya yatırarak ödeyebilirsiniz. Unutmayın, üyemizin adını soyadını mutlaka yazdırın.

Banka hesap numaramız:
Koop Bank 53341

ETKİNLİKLERİMİZ... ETKİNLİKLERİMİZ... ETKİNLİKLERİMİZ... ETKİNLİKLERİMİZ...

DAYANIŞMA
BALOSU

Geleneksel Dayanışma Balomuzda bu yıl, Diyabet Merkezi'nin yapımında katkıda bulunan eski Sağlık Bakanlarına plaket verdik. Dr. Gülsen Bozkurt ve Dr. Ertuğrul Hasipoğlu dernek yöneticilerimizle...

DİYABET
OKULU

Derneğimizin düzenli olarak eğitim veren «Diyabet Okulu» üç dönemlik kurslarla devam etti. 3 ayrı dönemde okuldan 50'ye yakın kişi sertifika aldı.

KALİTELİ
YAŞAM
YAZ KAMPI

Geleneksel Yaz Kampı'mız bu yıl Salamis Otel'de yapıldı. 200'ün üzerinde kişi hem eğitim aldı hem de eğlendi, dinlendi. Eylül ayında yer alacak yeni kampımız için sayfalarımızda bilgi bulacaksınız.

LAPTA'DA
TAM GÜN
EĞİTİM

Lapta Belediyesi'nin katkıları ile düzenlediğimiz «Tam Gün Eğitim» köylülerden büyük ilgi gördü. Bu etkinlik Acıbadem Hastanesi ile işbirliği içinde düzenlendi ve çok değerli uzman doktorlar katılımcılara eğitim verdiler.

TEŞEKKÜR
ZİYARETİ

Öğretmenler Yardımlaşma Kooperatifi (ÖYAK) derneğimiz tarafından çalıştırılan Podiatri ünitesine büyük maddi katkıda bulundu. Dernek Yöneticilerimiz söz konusu kooperatifin Yönetim Kurulu üyelerini ziyaret ederek, şükranlarını sundu.

PERŞEMBE
SOHBET
TOPLANTILARI

Her ayın ilk Perşembe akşamı diyabetlilerle gerçekleştirdiğimiz sohbet toplantıları devam ediyor. Bu toplantılarda uzman konuklarla sohbet ederken, diyabeti kitlelere tanıtmayı amaçlıyoruz.

KIR YÜRÜYÜŞÜ
VE TRODOS GEZİSİ

Derneğimizin yürüttüğü «Diyabet Önlenebilir» kampanyası çerçevesinde üyelerimiz ve destekçilerimizle birlikte Sadrazamköy'de yürüyüş düzenledik. Ayrıca otobüsle Trodos'a gittik. Her iki etkinlikte de çok sayıda katılımcı hem spor yaptı hem de diyabetle ilgili bilgi ve duyarlılığını artırma olanağı buldu.



DİYABET

Elektronik Posta Adresimiz:

info@ktdiabet.org

İnternet Sayfamız: www.ktdiabet.org

Facebook sayfamız: KIBRIS TÜRK DİYABET DERNEĞİ

KIBRIS TÜRK DİYABET DERNEĞİ HABERLEŞME BÜLTENİ

Yıl: 14, Sayı: 26, Haziran 2011 Sahibi: Kıbrıs Türk Diyabet Derneği
Dr. Burhan Nalbantoğlu Devlet Hastanesi Diyabet Merkezi Üst Katı
PK. 497 Lefkoşa, Tel: 223 61 15 Faks: 223 61 35