

AHVAL-İ İSPENÇİYAR

MAYIS 2018
SAYI: 2

KURUMLAR

SAYFA 4

CANAN DAĞDEVİREN

SAYFA 7

EUS 8.Sİ AYŞE GÜNAY İLE ROPORTAJ

SAYFA 9

SERBEST ECZACILIĞIN NERESİNDEYİZ ?

SAYFA 15

GIDA TAKVİYESİ, PROTEİN TOZLARI RDA & DV

SAYFA 17



AHVAL-İ İSPENÇİYAR

Teşekkürler...

GENEL YAYIN YÖNETMENİ
OSMAN DOĞAN

YAZI İŞLERİ
ECEM SELEN DAĞDELEN
BEYZA NUR YÜKSEL

GENEL YAYIN
KOORDİNATÖRLERİ
YASEMİN BAŞPINAR
BAŞAK YAĞMUR
DİLARA CUMAOĞLU
MERVE TAŞ
İREM ÖNAL

TASARIM
İBRAHİM ETHEM ŞEHİRLİ

KAPAK TASARIMI
EZGİ BOZOĞULLARINDAN

BASIM TARİHİ
MAYIS 2018

Ahval-i İспенçiyar ERÜ Eczacılık Fakültesi bünyesinde faaliyet gösteren bir öğrenci dergisidir. Mayıs 2017’de ilk sayısı yayımlanan Ahval-i İспенçiyar 2. sayısı ile tekrar okurlarıyla buluşuyor. Bu süreçte desteklerini eksik etmeyen saygı değer Dekanımız Prof. Dr. İbrahim NARİN’e, Dekan Yardımcımız Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem YÜCEL’e, Kayseri Eczacı Odası Başkanı Ecz. Oğuzhan Ulutaş’a ve Genel Sekreteri Ecz. Uğur Nuri AKIN’a, ERFARMA Kurulu Yönetim Üyeleri Doç. Dr. Yeşim AKTAŞ’a, Doç. Dr. M.Betül AYCAN’a, Doç. Dr. M. Orhan PÜSKÜLLÜ’ye, Dr. Öğr. Üyesi İ. İpek BOŞGELMEZ’e, İKUM Müdürü Dr. Zafer SEZER’e, Genkök Müdür Yardımcısı Dr. Öğr. Üyesi Z.Burçin GÖNEN’e, Arş. Gör. Dr. Gökhan ÜNAL’a, Ecz. Nuran YOZGAT’a, bizlere bu kültürü aşılayan Ecz. Burak BEŞİR’e, Ecz. Emre EKER’e, Ecz. Gökşen Dilşat DURBİLMEZ’e, Ecz. Mustafa GENÇASLAN’a, maddi ve manevi desteklerinden ötürü Ecz. Ömer Faruk ÇÖL’e, Ecz. Bilge Kaan AKBULUT’a, Ecz. Süleyman AYTAN’a, kapak tasarımı için illüstrasyon sahibi Ezgi BOZOĞULLARINDAN’a, dergi tasarımı için İbrahim Ethem ŞEHİRLİ’ye ve bizleri bu süreçte destekleyen herkese sonsuz teşekkürlerimizi sunuyoruz.

Ahval-i İспенçiyar Yayın Kurulu



İÇİNDEKİLER

Dekan'dan Mesaj.....	2
<i>Prof. Dr. İbrahim NARİN</i>	
Sağlık Olsun.....	3
<i>Sümeyye KESKİN</i>	
Kurumlar.....	4
<i>Merve TAŞ & İrem ÖNAL</i>	
Canan DAĞDEVİREN.....	7
<i>Osman DOĞAN</i>	
Eczacılıkta Uzmanlık Sınavı.....	9
<i>Merve TAŞ</i>	
Yurt Dışında Staj veya Doktora Yapmanın Adımları	11
<i>Dr. Oktay İsmail Kaplan</i>	
Ayşe GÜNAY ile Röportaj.....	13
<i>Mert GÜRLEK</i>	
Serbest Eczacılığın Neresindeyiz.....	15
<i>Yasemin BAŞPINAR</i>	
Ezberle(me).....	16
<i>Buğra ZOROĞLU</i>	
Gıda Takviyesi, Protein Tozları, RDA ve DV.....	17
<i>Emine Beyza AKSU</i>	
Dizi-Film Titrasyonu.....	21
<i>Dilara CUMAĞLU & İrem ÖNAL</i>	
Graffiti.....	22
<i>Osman DOĞAN</i>	
Eczacılık ve Sanat.....	24
<i>Ayşe Cemre KARARENK</i>	
Engelsiz Eczane.....	25
<i>Sümeyye KESKİN</i>	
Erü Eczacılık Fakültesi Mezunlar Derneği'nden Kahvaltı Buluşması.....	26
<i>Doç. Dr. M YERER AYCAN</i>	
Match The Words.....	27
<i>Başak YAGMUR</i>	
Bulmaca.....	28
<i>Elif CİVELEK</i>	



Sevgili Öğrenciler ve Eczacılar

Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi 2003 yılında kurulmuş ve 2005-2006 eğitim öğretim yılında da eğitime başlamıştır. Kuruluşundan bu yana geçen 15 yıllık süre içinde Fakültemizden mesleğini ve insanlığa hizmeti seven, nitelikli eczacıların mezun edildiğini ve bu meslektaşlarımızın sahip oldukları hizmet anlayışıyla Türkiye'nin her yöresinde sağlık hizmetlerini sunduklarını gururla görmekteyiz.

Üniversitelerin temel görevlerinin; eğitim, araştırma, kamuyu bilgilendirme ve meslekle ilgili sorunları tespit ve çözüm önerileri sunma görevi olduğu düşüncesiyle, bize emanet edilen yetiştirmekte yükümlü olduğumuz öğrencilerimize, bilim ve teknolojiye katkı sağlamak için ülke kaynaklarımızı verimli kullanarak çalışmamız gerektiği konusunda sorumluluklarımız olduğunun bilincindeyiz. Bu sorumluluklarımızın yerine getirilmesinde en güçlü destekçilerimiz, öğrencilerimiz, fakültemiz ve üniversitemiz çalışanları ile paydaşlarımızdır.

Bu görevlerini yerine getirmek ve bunu belgelendirmek ve kalite sürecini geliştirmek amacıyla Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi 2015 yılında akreditasyon çalışmalarına başlamış ve ECZAKDER tarafından 2016 yılında 6 yıl süreyle tam akredite edilmiştir.

Tüm dünyada olduğu gibi ilaç sektörü zor bir aşamadan geçmektedir. Dünyadaki ekonomik krizlerin etkisiyle sosyal güvenlik sistemlerinden kaynaklanan kısıtlama politikaları sektörde durağanlaşma meydana gelmesine rağmen Ülkemizde hızlı bir büyüme devam etmektedir. Birçok alanda olduğu gibi ilaç sektöründe de dışa bağımlılığımızı azaltma yönünde özellikle TÜBİTAK ve Bilim Teknoloji Sanayi Bakanlığımız yerli ilaç üretimi konusunda destekleri artmaktadır. 6197 Sayılı yasa nedeniyle yeni mezun olacak eczacılarımızın gerek eczane açmasındaki sıkıntıları gerekse ülkemizin yerli ilaç üretimine olan ihtiyacı nedeniyle fakültemiz 2018 yılında misyon ve vizyonunda revizyon yapmıştır. Üniversitemizin bir araştırma üniversitesi olması, üniversitemiz bünyesinde bulunan İlaç Uygulama ve Araştırma Merkezi başta olmak üzere birçok araştırma merkezine sahip olması statüde olması gibi fırsatları değerlendirmek amacıyla öğrencilerimizin ilaç AR-GE ve kalite kontrolde yetkin olması amacıyla ders programlarında alan derslerini endüstri ağırlıklı hale getirmek için çalışmalara başlamıştır.

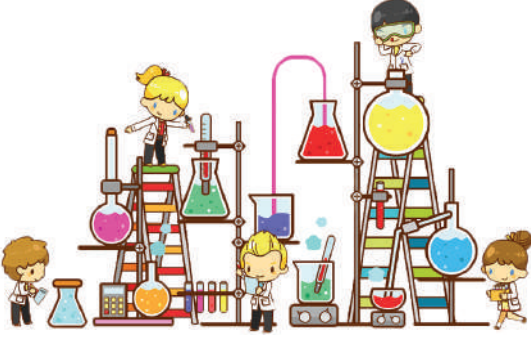
Fakültemizin eğitim alanındaki etkinliğini artırmak ve ülkemizin ihtiyaç duyduğu alanlardaki eksiklikleri azaltmak için Ülkemizde yeni başlayan Eczacılıkta Uzmanlık eğitimi için 2017 yılında başvuruda bulunarak eğitim verme için gerekli aşamaları tamamlamış ve Klinik Eczacılık alanında uzmanlık eğitime başlamıştır. 2018 Yılında 2 tane uzmanlık öğrencimiz Klinik Eczacılık alanında uzmanlık eğitime başlamıştır. Öğrencilerimiz eğitimlerini tamamlayıp görevlerine başladıklarında hasta odaklı eczacılığa büyük katkı sağlayacaktır.

Saygılarımla

Prof. Dr. İbrahim NARİN
Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dekanı

SAĞLIK OLSUN

SÜMEYYE KESKİN



“Karanlığa söveceğine kalk bir mum yak”

Hayat,basamakları yıllar olan uzun bir merdiven gibi. Her attığı adım biraz daha yorar insanı. Sen,nefesin etrafındaki her şeyin ruhuna karışsın istersin.Bakarsın hayat soluksuz bırakmış seni. Soluksuz kaldığımı hissettiğim zamanlarda başladım eczacılık fakültesine.Eczacı olmanın zorluğunu daha okul açılmadan anladım.Birçok insan görmezden geliyor ilacın tedavide geri planda kalamayacağını ve ilaç konusunda tek uzmanın eczacılar olduğunu. Kimine göre geleceği olmayan bir meslek kimine göre gerek duyulmayan...

Tüm bu yaşam enerjimi çalan motivasyonumu ve şevkimi kıran cümlelerin yüklerini sırtımda taşımaktan vazgeçtim. 5 yıl boyunca güzel olan şeylerin tohumlarını ümitle ekip meslek hayatım boyunca filizlenmesini, köklenmesini, çiçek açıp meyve vermesini izlemeye karar verdim.

Henüz birinci sınıf öğrencisiyim. Size uzun laboratuvar derslerinde yaptığım eğlenceli deneylerden, stajlarda meslektaşlarımla geçirdiğim değerli vakitlerden bahsedemiyorum. Ya da eczanemde bir kişinin daha sağlığına kavuşmasında tedavi sürecine verdiğim desteğin gururunu anlatamıyorum. Ama fakülte-deki ilk günlerden itibaren tüm hocalarımızın büyük bir orkestradaki farklı enstrümanlar gibi çalışıp okulun ve eczacılığın ritmine ayak uydurmamıza gösterdikleri çabaya şahit oldum. Notlarını alt sınıflara saklayan, çıkan soruları belki işlerine yarar diye hafızasına kazıyan eczacılık öğrencileri eczacı adayları var bu fakülte-de. Yani daha eğitim sürecinde görebiliyorsunuz eczacılığı tercih etmenin ne kadar isabetli bir karar olduğunu. Ve başlar başlamaz uzun bir şiir olan bu mesleğin kelimelerinden biri haline geliyorsunuz.

Ümit ediyorum ki bir gün insanlar değerli mesleği değil de mesleğe değer katanın insan olduğunu keşfedecekler. Ve biz o zamanda bir eczacıya en çok yakışan yerde mutlu bir hastanın kalbinde olacağız...



KURUMLAR

MERVE TAŞ & İREM ÖNAL



1) GENKÖK

Biriminiz bünyesinde çalışmış veya çalışmakta olan eczacı var mı? Varsa görevleri nelerdir?

Erciyes Üniversitesi Genom ve Kök Hücre Merkezi, bir araştırma merkezidir. Bu merkezde her bilim dalından araştırmacı projesi kapsamında gelip görev alabilir.

Biriminizde eczacılık fakültesi öğrencileri için staj imkanı var mıdır? Staj başvurusu konusunda nasıl bir yol izlemeliler? Staj yaparken öğrenebilecekleri konusunda bilgi verir misiniz?

Erciyes Üniversitesi Genom ve Kök Hücre Merkezi yaz döneminde staj imkanı sunmaktadır. Staj başvuruları yıl içerisinde www.genkok.com web sitesi üzerinden ilana çıkar. Sonuçları da başvuru sahiplerine e-mail yolu ile bildirilir. Merkezimiz bünyesinde kök hücre, genom, proteomiks, biyoinformatik gibi bir çok alt birim vardır. Staj yaparken; hücre kültürü, moleküler biyoloji, proteomiks, genetik gibi birçok alanda çalışma yapan araştırmacının projelerini gözlemleme ve dahil olma şansı bulabilirler. Ayrıca, bitki biyoteknolojisi birimi eczacılık fakültesi öğrencilerinin ilgisini çekebilecek bir diğer alt birimimizdir. Staj yaparken, bilimsel metodların öğrenmenin yanında güncel teknolojik cihazlar ile çalışma fırsatı bulabilirler.

Eczacılık fakültesinden mezun olan eczacıların biriminizde çalışması için ne gibi şartları sağlaması, nasıl bir yol izlemesi gerekmektedir?

Mezun bir eczacı, akademik bilimsel proje çalışmaları için merkezimize başvuruda bulunabilir. Veya mezuniyet sonrası eğitimi için (kök hücre yüksek lisans, biyoinformatik yüksek lisans) de merkezimizde görev alabilir.

2) İKUM

Biriminiz İKUM bünyesinde çalışmış veya çalışmakta olan eczacı var mı? Varsa görevleri nelerdir?

Birimimizde şuanda çalışmakta olan bir klinik araştırma eczacımız vardır ve ekibinin kilit personellerinden biridir. En son klinik araştırmalar yönetmeliğinde sorumlu araştırmacı, bu işlemler için tercihen bir eczacıyı görevlendirebilir denilse de biz kliniğimizde mutlaka bir eczacımızın görevlendirilmesini tercih ediyoruz.

Eczacının Görevleri; ilaçlarının kliniğe kabulü, dağıtımları, uygun koşullarda muhafazası, gönderimi ve/veya imha sürecine kadar muhafazası olarak özetlenebilir. Her bir basamak dikkat, titizlik ve çok iyi bir dokümantasyon gerektirmektedir.

Biriminizde eczacılık fakültesi öğrencileri için staj imkanı var mıdır? Staj başvurusu konusunda nasıl bir yol izlemeliler? Staj yaparken öğrenebilecekleri konusunda bilgi verir misiniz? İlaç firmalarının ve gönüllülerimizin gizliliğini koruyabilmek adına staj imkanı sağlayamamaktayız.

Eczacılık fakültesinden mezun olan eczacıların biriminizde çalışması için ne gibi şartları sağlaması, nasıl bir yol izlemesi gerekmektedir? İngilizceniz, yabancı firmalarla olan çalışmaları yürütebilecek düzeyde (yazılı ve sözlü) olmalı.

Klinik araştırmalar ile ilgili mevzuatı (İlaç Ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İyi Klinik Uygulamaları, İyi Dağıtım Uygulamaları) takip etmeli.

Klinik araştırma araştırmalarda ilaç ile ilgili tüm basamakların ilacın ve devamında bu ilacı kullanacak hastaların tedavi süreçlerini etkileyebileceğinin farkında olmalı, çalışma ilaçları ile ilgili işlemlerin mesai saati dışında da olabileceği durumunu gözetip özveri ile çalışmayı kabul edebilmelidir.



3) ERCİYES ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ

Biriminizde bünyesinde çalışan/ çalışmış veya çalışmakta olan eczacı var mı? Varsa görevleri nelerdir? Biz Erciyes Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi Hastane Eczanesi olarak yatan hastalara hizmet veren bir kamu eczaneyiz. Eczanemizde eczacı, kalfa ve tıbbi sekreter görev yapmaktadır. Şu anda 13 eczacı burada görev yapmaktadır.

Başeczacı hastane eczanesinde çalışan herkesten sorumlu kişidir. Başlıca görevi yatarak tedavi gören hastaların ilaçlarını ihale ve diğer alım yöntemleri ile temin etmek ve bu ilaçların doğru zamanda doğru hastaya geçerli ödeme koşullarında verilmesi, sonrasında faturalandırılmasına kadar olan süreçleri yönetmektir. Bunun dışında başeczacı eczane işleyişinden ve eczane hizmetlerinden sorumlu kişidir. Personel nöbetlerini, çalışma çizelgelerini hazırlar, yapılan işi takip ve kontrol eder. Hastane Farmakovijilans sorumlusu genellikle başeczacı olur ve yatan hastalara kullanılan ilaçlar ile oluşan Advers Etkileri takip ederek TÜFAM'a bildirmek yine başeczacının görevleri arasındadır.

Hastanemizde ayniyat ünitesi içerisinde bulunan eczane ilaç ve serum deposunda bir sorumlu eczacı görev yapmaktadır. Depo sorumlu eczacısı aynı zamanda taşınır kayıt kontrol yetkilisidir. Bu eczacının görevi siparişi verilen ilaçların kontrolünü yaparak teslim almak, fatura girişini yaptıktan sonra gerekli belgeleri düzenlemek, ilaç ITS giriş ve çıkışlarını yapmaktır. Azalan ve eksilen ilaçları başeczacıya bildirmek yine bu eczacının görevleri arasındadır.

Klinik eczanesinde bulunan eczacılar yatan hastaların günlük ilaç isteklerini kontrol eder, onaylar ve hazırlanıp ilgili kliniğe gönderilmesini sağlar. Ayrıca yine yatan hastalara order edilen Majistral formülleri eczane laboratuvarında hazırlar. Bunun dışında reçete edilen kırmızı, yeşil, mor ve turuncu reçete ilaçlarını uygun koşullarda muhafaza ve hastaya ulaştırma işini de eczacı yapmaktadır. Hastane eczanesinde olmayan ilaçların reçete yazılarak dışarıdan temini ve hastaya ulaştırılması yine eczacı tarafından yapılmaktadır.

Hastanemizde Fatura inceleme biriminde de bir eczacı görev yapmaktadır. Bu eczacı hastalara kullanılan ilaçların rapor bilgilerini, endikasyon uyumlarını, doz aşımalarını kontrol ederek ilgili birimleri yönlendirmektedir.

Yine hastane eczanemize bağlı olarak ayaktan kemoterapi ünitemizde eczacı görev yapmaktadır. Buradaki eczacının görevi yatarak veya ayaktan kemoterapi alacak hastaların ilaç orderlarını kontrol etmek, onaylamak ve kapalı sistem içerisinde hazırlatarak hastaya verilmesini sağlamaktır.

Hastanemizde ayrıca iki eczacımız klinikde; klinik eczacı olarak görev yapmaktadır. Bu eczacılar hasta vizitlerine katılarak ilaç dozlarının ayarlanmasında, ilaç etkileşimlerinin, advers etkilerin takibini yapmaktadır.

Biriminizde eczacılık fakültesi öğrencileri için staj imkanı var mıdır? Staj yaparken öğrenebilecekleri konusunda bilgi verir misiniz? Evet birimimizde eczacılık fakültesi öğrencileri için staj imkanı vardır. Burada staj yapan öğrenci hasta order kontrolü, ilaç ödeme koşulları, kırmızı, yeşil, mor ve turuncu reçete ilaçlarının kayıt ve takip prosedürünü öğrenir. Ayrıca hastane eczanemiz majistral ilaç hazırlama açısından ülkemizde tek örnektir. Öğrenci burada majistral ilaç hazırlayarak bunun pratiğini yapabilir. Yine klinik eczacılarımızın yanında yapılan stajlarda; hastaya verilen tedavi protokollerini görme uygulanan ilaç tedavisinin sonuçlarını birebir izleme, ilaç verilmiş yollarını, verilmiş şekillerini, hastaya özel doz hesaplamayı öğrenerek, teşhis ve tedavi de eczacının hekim ile hemşire arasındaki uzman bir meslek grubu olduğunu görme imkanına sahip olur.



6 AKADEMİ

Eczacılık fakültesinden mezun olan kişilerin biriminizde çalışması için ne gibi şartları sağlaması, nasıl bir yol izlemesi gerekmektedir?

Hastane eczanelerinde eczacı olarak çalışmak için eczacılık fakültesi diploması yeterlidir. Kamu hastaneleri eczacı ihtiyaçlarını açık ilan ile duyurular ve burada başvuru yapan eczacılar KPSS şartı aranmaksızın kura yöntemi ile atanır. Bunun dışında kurumlar eczacı ihtiyaçlarını kendi kurumu için 4/B alım yöntemi ile çözebilir. Bu durumda da yine ilgili kurum web sitesinde ilan vererek başvuruları toplar. Yapılan başvurular kurum inisiyatifine bağlı olarak bir yazılı bir sözlü sınav yapılarak eczacı alımı yapılır.



4) ERFARMA

Kurumunuz bünyesinde eczacılar var mı? Varsa görevleri nelerdir?

Erciyes Üniversitesi İlaç Uygulama ve Araştırma Merkezi (ERFARMA) bünyesinde; Eczacılık Fakültesi öğretim üyelerinden Doç. Dr. Yeşim AKTAŞ Merkez Müdürü ve Yrd. Doç. Dr. İlpek BOŞGELMEZ Müdür Yardımcısı olarak görev yapmaktadır. Ayrıca Merkez Yönetim Kurulu üyeleri arasında Eczacılık Fakültesi öğretim üyeleri Doç. Dr. M. Betül AYCAN, Doç. Dr. Ayşe EKEN ve Doç. Dr. M. Orhan PÜSKÜLLÜ yer almaktadır.

Kurumunuzda daha önceden çalışma yapmış eczacılar var mı? Varsa çalışma alanları nelerdir? Kurumumuzda Eczacılık Fakültesi öğretim üyeleri yönetiminde tamamlanmış iki proje bulunmaktadır. Proje bilgileri aşağıda kısaca sunulmuştur:

a) "Avrupa Farmakopesi 6.0'a Uygun Drog Eldesi ve Bu Drogların Kalite Parametrelerinin Belirlenmesi" BAP GÜDÜMLÜ, TSG-2015-5553, Yönetici: Yrd. Doç. Dr. Perihan GÜRBÜZ

b) "Doğal Kaynaklı ve Sentetik İlaçların Farmasötik Formülasyon, Biyoanalitik, Toksikite ve Kalite Kontrol Araştırmaları için Ar-Ge Çalışmaları" BAP GÜDÜMLÜ, TSG-2016-6312, Yönetici: Yrd. Doç. Dr. İlpek BOŞGELMEZ

Kurumunuzda eczacılık fakültesi öğrencileri için staj imkânı mevcut mu?

Eczacılık Fakültesi öğrencilerinin ve özellikle Fakültemiz öğrencilerinin ilaç araştırma geliştirme (Ar-Ge) ile ilgili basamakları tanımaları ve ilaç araştırmaları alanında deneyim kazanmaları amacıyla, Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Öğrenci Staj Esasları'na veya diğer Eczacılık Fakülteleri'nin ilgili mevzuatına uygun olmak kaydıyla, kontenjan dahilinde Merkezimizde yıl içi ve yaz aylarında staj olanakları sunulması planlanmaktadır. Staj yapmak isteyen özellikle 3., 4. ve 5. sınıf öğrencilerine yönelik şartlar Merkezimiz web sitesinde (<https://erfarma.erciyes.edu.tr/>) ilan edilecek olup, bildirilecek iletişim bilgisi üzerinden başvurular iletilebilir.

Eczacılık fakültesinden mezun olan kişilerin kurumunuzda çalışması için ne gibi şartları sağlaması gerekiyor?

ERFARMA'nın kuruluş amacı; bireyleri hastalıklara karşı koruma, tedavi etme veya mevcut hastalığın belirtilerini azaltma yönünde etki sağlamak üzere gerçekleştirilen ilaç Ar-Ge çalışmaları kapsamında, öncelikle Erciyes Üniversitesi bünyesinde ilaçla ilgili araştırma, deneme üretimi ve ilgili analizlerde yer almaktır.

Bu kapsamda; ilaç ile ilgili temel ve uygulamalı bilimler alanında Üniversitemiz bünyesindeki Ar-Ge faaliyetlerinin koordinasyonuna katkıda bulunmak, bu faaliyetlerden üretime dönük sonuçlar elde etmek, beşeri, veteriner, zirai ve çevre sağlığı ilaç sanayisinin gereksinim duyduğu temel araştırmaları yapmak ve konuya ilişkin ulusal mevzuat çerçevesinde gerek görülen hizmetleri gerçekleştirmek hedeflenmektedir.

Sözü edilen hedefler doğrultusunda Merkezimizde görev almak isteyen eczacıların; vizyon ve misyonumuza uygun şekilde, yaşam boyu öğrenme ve araştırma-geliştirme odaklı yaklaşıma uygun çalışma felsefesini benimsemiş olması beklenmektedir. Bunun yanı sıra, belirtilen alanlardaki gerek ulusal gerekse uluslararası bilgi kaynaklarını etkin olarak inceleme, kavrama ve uygulama becerisine sahip olmaları ve ilaç Ar-Ge süreçlerinde yalnızca uygulayıcı olarak değil, Merkez'in ilgi alanındaki gelişimine de katkıda bulunacak nitelikte olmaları dikkate alınmaktadır.

KAYNAKÇA

<https://ikum.erciyes.edu.tr/>

<https://erfarma.erciyes.edu.tr/>

<http://www.iliknakli.com/tr/index.html>

<http://hastaneler.erciyes.edu.tr/>

CANAN DAĞDEVİREN

OSMAN DOĞAN



Kadın olarak yaşamanın bile zor olduğu günümüz toplumunda bilimde çığır açan, farklı disiplinlerde kendini geliştirebilen, ilklere ve başarıya doymayan Canan hocanın bizlere ilham olacak yaşantısından biraz bahsetmek istiyorum.

Cavit ve Münevver çiftinin tek kız çocuğu olan Canan Dağdeviren 4 Mayıs 1985'te İstanbul'da dünyaya geldi. İlkokul, ortaokul ve liseyi Kocaeli'de tamamlamış ardından Hacettepe Üniversitesi Fizik Mühendisliği bölümünü kazanmıştır. 2007 yılında üç mezun veren bölümünü birincilikle bitirdikten sonra Sabancı Üniversitesinde tam burslu olarak Malzeme Bilimi ve Mühendisliği programındaki yüksek lisans eğitimine başladı. 2009 yılında yüksek lisansını tamamlayan Dağdeviren aynı yıl içerisinde Fulbright bursunu kazanarak ABD'de Illinois'te bir devlet üniversitesi olan University of Illinois at Urbana-Champaign'de (UIUC) Malzeme Bilimi ve Mühendisliği bölümünde doktora eğitimine başladı. Şu anda MIT (Massachusetts Institute of Technology) ve Harvard Üniversitelerinde doktora sonrası araştırmacı olarak çalışmalarına devam etmektedir.



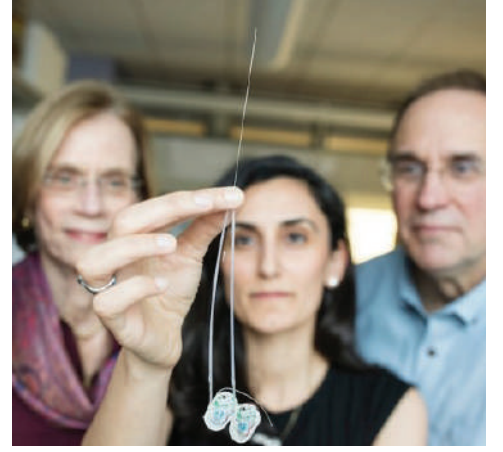
Canan Dağdeviren'in bilime olan ilgi ve merakı aslında çocukluğundan bu zamana süregelmektedir. Çocukluk zamanlarında eline aldığı taşı parçalayarak atomu bulmaya çalıştığını gören babası onun bilime olan ilgisinin farkına varmıştı. Bu olay üzerine babası ona Madam Curie'yi anlatan bir kitap alır fakat kitapta onun dikkatini çeken Marie Curie'den çok piezoelektriğin kaşifi Pierre Curie olmuştur.

Üniversite sınavına hazırlandığı zamanlar hangi bölümü seçmesi gerektiği konusunda kendisi de ikilemedir. Bu sıralarda katıldığı bir kitap fuarında ünlü teorik fizikçi Erdal İnönü'yle tanışır. Dağdeviren, Erdal İnönü'yle sohbet ederken geleceğe dair endişelerinden, ilerde okuyacağı bölümle ilgili tereddütlerinden bahseder. Bunun üzerine Erdal İnönü, kendisine "Anılar ve Düşünceler" isimli kitabını hediye eder. Dağdeviren bu kitaptan sonra hayatının yavaş yavaş fizik etrafında şekillenmeye başladığını belirtir. Zaten genel çalışma alanları fizik, malzeme, elektronik ve piezoelektrik üzerinedir.

8 BİLİM

Canan Dağdeviren henüz beş yaşındayken dedesi Hüseyin Dağdeviren kalp yetmezliğinden hayatını kaybetmiştir. Kendisine o yaşlarda bir hedef koyduğunu ve otuz yaşına gelmeden kalp hastaları için bir şey geliştirmeye çalıştığını birçok konuşmasında dile getirir. PZT-MEH ismiyle anılan giyilebilir kalp pili ve diğer buluşları bu azmin ve kararlılığın bir ürünüdür elbette.

PZT-MEH ismiyle anılan giyilebilir kalp pili; kalp, akciğer ve diyaframın hareketlerinden meydana gelen mekanik enerjiyi elektrik enerjisine dönüştürerek giyilebilir kalp piline güç veren nanojeneratöre sahip bir cihazdır. Yumuşak, esnek özelliği ve son derece düşük bükülme sertliğe sahiptir. Bu sayede küçük hareketlerde bile enerji üretebilir. Bu entegre alet tarafından 3.8 V büyüklüğünde bir enerji depolanabilir.



Enerji dönüşümü piezoelektrik olayı ile gerçekleşir. Diğer kalp pilleri elektriksel uyarıları bulundurduğu jeneratörle üretir ve bu jeneratörlerin ömürleri 5-10 yıl arasında değişmektedir. Günümüzde kullanılan bu kalp pillerinin jeneratörlerinin ömürleri bittiğinde cerrahi bir operasyonla değiştirilmesi gerekir. Bu durum ise sağlık açısından tehlike oluşturmaktadır.



Cilt kanseri için de 10 saniyeden daha kısa sürede tanı koyabilen bir cihaz geliştirdi. Bu çalışması Nature Materials dergisinde yayımlandı. Cilde dövme gibi yapıştırılabilen cihaz deriye yapıştırıldığında ciltteki mekanik tepkileri analiz edebiliyor. Dr. Dağdeviren cihaz için "Cihaz, bu özelliklerin kansere yakın olup olmadığını gösteriyor. Deri kanserinin mekanik özellikleri zaten belli. Bu özelliklere uyan sonuçlar çıktığı zaman biyopsi ve diğer prosedürler gerçekleştirilecek" ifadelerini kullandı. Cihazın kanser şüphesi olan hastalarda denendiğini ve doktorun biyopsi yaptığını belirten Dr. Dağdeviren "Ben kendi datalarımı yolladım. Tuhaf görünenleri kendisine söyledim. Biyopsi sonuçları iki hafta sonra çıktı ve benim söylediklerimle bire bir örtüştü. Bu yöntem hızlı, ağrısız ve de kolay bir yöntem. 10 saniyeden az bir sürede sonuç veriyor" diye konuştu.

Son çalışmalarından biri de Parkinson hastaları için geliştirdiği beyin iğnesidir. Oral ya da intravenöz yolla alınan ilaçlar hedef bölgeye ulaşana kadar vücudun birçok yerine dağılarak istenmeyen etkilere neden olabiliyor. Saç teli inceliğinde geliştirdiği bu minyatür ilaç taşıma sistemi sayesinde ilaçlar hedef bölgeye, beyin diğer fonksiyonlarını bozmadan ulaştırılabilecek.

Canan Dağdeviren bu zamana kadar on sekiz makale yayınlamış, bir patent başvurusunda bulunmuş ve otuzun üzerinde prestij ödülü kazanmıştır. Bu başarıları sayesinde Harvard Üniversitesi Genç Akademi Üyeliğine seçilen ilk Türk olmuş ve Forbes dergisinin "30 Yaşından Genç Bilim İnsanları" listesine girmiştir.

Birleşmiş Milletler oturumunda konuşan Canan Dağdeviren kendisi için "Tüm bunları yaparken sonsuz motivasyon kaynağı Türkiye Cumhuriyetinin babası olan Mustafa Kemal Atatürk'tür. Hiçbir şey işe yaramadığında onun gibi düşünür. Ayrıca "Dünyada her şey için medeniyet için, hayat için, muvaffakiyet için en hakiki mürşit ilimdir, fendir." Bu değerli tavsiyeyi aklında tutarak sınırlı hayat zamanını doldurmaya çalışır ve pes etmeyin diyerek aynı şeyleri yapmaları için diğerlerine yardım eder. O diyerek, Atatürk tarafından kurulan ve yurttaşlarından biri olduğum modern ve laik Türkiye'de doğmuş kendimi kastediyorum" ifadelerini kullandı.

Canan Dağdeviren katıldığı bir çok konferansta Aşık Veysel'den, Yunus'tan, Mevlana'dan bahseden gurbette kendi kültür ve geleneklerini yaşatmaya çalışan, her sabah Türk kahvesiyle uyanan güçlü bir Türk kadını ve bilim insanıdır. Harvard'ta, MIT'de buluşlarıyla, çalışmalarıyla dünyada ses getiren kişi aslında bizim içimizden biridir. Umarız nice başarıları imza atar ve umarız nice Türk gencine ilham olur.

Yazımı bitirirken Canan hocanın da aklından çıkarmadığı o değerli tavsiyeyi tekrar hatırlatmak istiyorum "Dünyada her şey için, medeniyet için, hayat için, muvaffakiyet için en hakiki mürşit ilimdir, fendir." Sınırlı yaşam süremizi bu değerli vecize ışığında geçirmek dileğiyle, bilimle kalın..

KAYNAKÇA

aykiriakademi.com

fulbright.org

evrimagaci.org

ECZACILIKTA UZMANLIK SINAVI

MERVE TAŞ

İlki Eylül 2017’de gerçekleşmiş olan EUS kendisiyle birlikte bir çok soruyu da beraberinde getiriyor. Uzmanlık dalları neler ve eğitim süreleri ne kadar? Soru dağılımı ve konular nelerden oluşacak? Yabancı dil şartı var mı? Klinik eczacılıkla beraber serbest eczacılık mümkün mü?

Klinik eczacılar yatan hastalarda ilaç doz rejimlerinin hazırlanması ve hastanın takibinden sorumludur. Hekim başına düşen hasta sayısının yoğunluğu hastanın gerekli ilgiden mahrum kalmasına sebep olup büyük sorunlar doğurabiliyor. İlaç dozlanmasıyla klinik eczacılar hekimlerin yükünü azaltmakla beraber sağlıkta kalitenin artmasını da sağlamış oluyorlar. Klinik eczacılık, sadece hastanelerde verilen bir hizmet olmayıp aynı zamanda serbest eczanelerde, bakım evlerinde, evde bakım hizmetleri çerçevesinde, kliniklerde, kısacası ilaç reçetelenen ve kullanılan tüm alanlarda verilebilen bir hizmettir.

FitoFarmasi alanında uzman olmak isteyen eczacılarda; bitkisel ilaçlar ve diğer bitkisel ürünlerle ilgili donanıma sahip olmak, hastanın sağlık öyküsünü iyi takip etmek, hastanın önceden kullandığı bitkisel ürünleri detaylı öğrenmek ve hastanın allerji geçmişini iyi öğrenmek gibi şartların aranır.

FitoFarmasi uzmanlarının klinik ortam eğitimi yapacağı dallar; enfeksiyon hastalıkları ve klinik mikrobiyoloji, iç hastalıkları, göğüs hastalıkları, tıbbi onkoloji, pediatri ve halk sağlığı branşları olacak ve her klinik ortam eğitimi iki ay sürecek.

Klinik eczacılık için ise iç hastalıkları, enfeksiyon hastalıkları ve klinik mikrobiyoloji, kardioloji, nöroloji, endokrinoloji ve

metabolizma hastalıkları, yoğun bakım, göğüs hastalıkları, tıbbi onkoloji ve pediatri alanlarında eğitim alınacak.

Uzmanlık Dalları Eğitim Süresi

- Klinik Eczacılık (3 yıl)
- FitoFarmasi (3 yıl)

Yatak sayısı 100-300 arasındaki her hastaneye bir uzmanlık klinik eczacılık olacak. 300’ün üzerindeki her 200 yatak için 1 uzmanlığının istihdam edilecek. FitoFarmasi uzmanlığının ise sadece hastanelerde değil zehir danışma merkezleri klinik araştırma merkezlerinde de görev alabilecekler.

Uzmanlık eğitiminin tamamlanması için;

- a) Tezin kabul edilmiş olması,
- b) Çizelgede belirtilen uzmanlık dalı ile ilgili uzmanlık eğitimi süresinin ve klinik ortam eğitimi tamamlanmış bulunması,
- c) Uzmanlık eğitimi karnesinin çekirdek eğitim müfredatını belirleyen kısmının ilgili akademik komisyon tarafından onaylanmış bulunması,
- d) Uzmanlık eğitimi bitirme sınavında başarılı olunması, şarttır.



ECZACILIKTA UZMANLIK KURULU

Sınav Konuları	Soruların Testteki Yaklaşık Yüzdesi (%)
Analitik Kimya	10
Fizyoloji-Patoloji	6
Biyokimya	6
Farmasötik Mikrobiyoloji ve İmmünoloji	4
Tıbbi Biyoloji	3
Halk Sağlığı	1
Eczacılık Mevzuatı/Etik	3
Farmakoloji	8
Klinik Eczacılık	8
Farmasötik Kimya	15
Farmakognozi/Farmasötik Botanik	15
Farmasötik Teknoloji	15
Farmasötik Toksikoloji	6

Sınavın temel amacı hangi çıktıları ölçmeye dayalıdır?

1. Eczacılık eğitiminde kazanılan temel bilgiler
2. İlaçların mesleki kurallar doğrultusunda hazırlanması ve hastaya sunumu
3. İlaçların tedavide etkili ve güvenli kullanımı (akılcı ilaç kullanımı)
4. Farmasötik bakım ilkelerine uygun olarak hasta tedavisi sonuçlarının optimize edilmesi,
5. Sağlık ve eczacılık bilgisinin toplum sağlığının iyileştirilmesi için kullanılması.

YABANCI DİL ?

ÖSYM tarafından puana denk kabul edilen uluslararası geçerliliği bulunan bir belgeye sahip olmak (Adayların bu belgelerinin noter onaylı suretini, dilekçe Yabancı dil yeterliliği için İngilizce dilinden Bakanlık veya YÖK tarafından yapılan ya da yaptırılan sınavdan veya ÖSYM tarafından yapılan Yabancı Dil Bilgisi Seviye Tespit Sınavında yüz üzerinden en az elli puan almış olmak) şartı vardır.

Serbest eczacılar uzman olmak isterse?

Eczanesini kapatıp ya da devredip bu uzmanlık eğitimine gelmesi gerekiyor. Normalde doktora programlarına eczacı olan ya da kamuda çalışan eczacılar alınabiliyor ve serbest ona göre zaman ayarlanabiliyor. Ancak uzmanlık eğitiminde tam zamanlı olarak fakülte ya da klinikte olmaları gerekiyor.

Eczacılıkta uzmanlık programına katılmak isteyen eczacılar için hiçbir yerde çalışmama koşulu aranıyor.

Neler oldu ?

Sınav 1 ekim 2017 de uygulandı. İlk adayların yerleştirildikleri kurumlara 10 iş günü içerisinde kayıtlarını yaptırmaları zorunluydu ve 2017-2018 yılı eğitimleri başladı. Uzman Klinik Eczacı istihdamının 1 Ocak 2023'te zorunlu olacağı açıklandı.

YURT DIŞINDA STAJ VEYA DOKTORA YAPMANIN ADIMLARI

DR. OKTAY İSMAİL KAPLAN

Tıp okuyorum, eczacılık okuyorum, mühendislik (Bilgisayar, Elektrik ve Elektronik vs) okuyorum, veya temel bilimler (Moleküler Biyoloji ve Genetik, Fizik, Biyoloji, Kimya) okuyorum yurt dışına staja gidebilir miyim sorusunu bir çok öğrenci sormuştur ve hala da soruyordur. Yurt dışına staj veya doktora için gitmek isteyenler; ama nasıl başvurulacağını bilemeyenler için başvuru adımlarını konuşacağız. Burada yazılan her bir adım başvurunun kabul almasını farklı şekilde etkilemektedir; ama değerlendiren kişi başvurunun hepsini bir paket halinde düşünecektir. İyi bir CV ve yüksek not olsa bile başvuru e-maili çok özensizce yazılmışsa öğrencinin kabul alma şansı az olabilir.



"Başvuru Paketinde" dikkat edilmesi gereken hususlar

1- İstek Bir konuya ilgi ve o konuya katkı yapma isteği ve bunu başvuruda doğru yansıtabilmek kabul almanın ilk şartlarından birisidir. Albert Einstein'ın şöyle bir sözü vardır: "Ben çok zeki olduğumdan değil, sadece sorunların üstünde daha çok duruyorum". Einstein kadar zeki çok kişi var; ama onun kadar sorunlarla ilgili ve çalışmaya istekli değillerse katkıları da sınırlı olur.

2- Yüksek Not Ortalaması Yüksek not ortalaması başvuranın kabul alma şansını arttıran en önemli faktörlerden birisidir. Yalnız yüksek not ortalaması tek başına kabul almak için yeterli değildir; ama başvurunun en baştan değerlendirmeye girmemesine neden olabilir. Düşük notum var stajdan kabul alabilir miyim diye merak ediyorsanız bu sorunun cevabı kesinlikle "tabi ki kabul alabilirsiniz".

3- Düzgün Düzenlenmiş CV Yazılan öz geçmiş hatasız İngilizce ile yazılmalı ve kolay takip edilebilir düzenli, net olmalı; ama uzun olmamalı.

4- "Statement of Purpose " (SOP) Hayatında sizi hiç görmemiş ve tanımamış bir kişiye yazılan ve sizi kısaca anlatan bir başvuru yazısıdır ve maksimum bir sayfa olmalı. Unutulmaması gereken ilk kural kime başvurduğunu bilerek yazılmalıdır. Kansere ilgi duyan bir öğrenci kanser odaklı bir SOP yazıp nöron bilim-lerindeki bir hocaya yazıyı atarsa olumlu geri dönüş beklememek gerekir. Düzgün hazırlanmış bir CV ve iyi yazılmış bir SOP düşük nottan kaynaklanabilecek kabul alamama riskini azaltır.

Yanlış başvuru örneği

"Sir,

I am Ali Hayatisever, and I am studying Medicine in Istanbul and want to work with you.

My CV is attached to this e-mail.

Yours Sincerely

Ali Hayatisever"

Yukarıdaki başvuru yazısı iki konuda hatalı "Sir" diyor; ama kime yazıldığı belirtilmemiş. Doğrusu şöyle olmalı " Dear Dr. John". İkinci yanlış da kendisinden hiç bahsetmeden ve geçmişini özetlemeden ve şu anda ne yaptığını karşı tarafa aktarmadan kendisiyle çalışmak istediğini aktarmış.

Doğru başvuru örneği

İyi bir SOP kısaca kişinin geçmişini özetler, çok kısaca başvuru nedenini açıklar, şu anda ne yaptığını anlatır ve varsa kazandığı başarılarını kısa hikaye şeklinde özetler. En sonunda da ilgilendiği alanı söyler ve neden bu labın kendisi için ideal olduğunu anlatır. Öğrenci burada heyecanı ve isteğini hissettirmelidir ve sonrasında kendisini lab için düşünürse memnun olacağını söyler SOP'u bitirir. SOP başvuru olan kişiye e-mail içeriği olarak atılır ve o e-maile CV de eklenir ve gönderilir. SOP'u word dosyası halinde atmak yapılan yanlışlardan birisidir.

5- Yeterli Seviyede Yabancı Dil Bilgisi Başvuru yazısını yazarken akışkan bir İngilizce ile yazılması kabul şansını artırır. Yazım hatalarıyla dolu bir metin kabul alma şansını çok ciddi bir şekilde azaltacaktır. Almanya'da bir laba staja başvuracak bir kişinin Almanca bilmesi avantaj sağlar; ama iyi bilinen bir İngilizce ile Almanya'da çok rahatlıkla staj yeri veya doktora bulunabilir.

6- İş Tecrübesi Lisans veya yüksek lisans eğitimi sırasında yapılacak iş / lab tecrübesi iki açıdan çok önemlidir. Birincisi öğrenci ders dışı kalan zamanlarda çalışarak ilgisini kanıtlamıştır ve bunu SOP'unda bilime ilgisinin kanıtı olarak sunabilir. İkincisi de öğrenci, lab çalışmasının ve takım çalışmasının nasıl olduğunu öğrenmiş olur ve yurt dışı staj veya doktora başvurularında bu tarz tecrübeler öğrenciye avantaj sağlayacaktır. Ayrıca ek olarak iş tecrübesi öğrenciye ciddi bir referans sağlayacaktır.



7- Güçlü Yurt Dışı İş Ağı (Job Network) Güçlü iş ağı, staj veya doktora başvurularının kabul olmasını daha da hızlandırır ve kolaylaştırır. Yurt dışı iş ağı kurmanın çok çeşitli yolları vardır: 1) Yurt dışında veya Türkiye'de düzenlenen konferanslara katılarak, öğrenci kendisini ilgili olduğu alanda çalışan akademisyene tanıtır, 2) Okuduğu makaledeki kişilerle iletişime geçerek ilgili olduğu konuda kafasına takılan soruları sorar ve bu şekilde bağ da kurulmuş olur, 3) Yurt dışı iş ağının oluşmasında yurt dışı ile bağı olan hocalar da yardımcı olabilir. Öğrenci, yurt dışındaki Türk akademisyenler ile kendisi doğrudan kontağa geçebilir ve onlara kendi ilgisinden bahsedebilir.

8- Online CV'nin amaçlarla aynı olmasına dikkat edilmesi "Online CV" yeni bir kavram olarak ortaya çıkıyor. Öğrenci başvuruyu yaptıktan sonra başvuruyu alan kişi öğrenci hakkında daha fazla bilgi toplamak veya kim olduğuna bakmak için Google'a danışır ve karşılaşılan bilgiler kişinin "online CV"sidir. Öğrencinin amaçlarıyla online CV'deki bilgiler aynı doğrultuda ise öğrenci başvurusunda pozitif puan kazanmış olur veya bu negatife de dönüşebilir.

9- Sabırla başvuru yapılması Staj kabulü için başvuru paketinin hazırlanmasından sonra başvuru süreci başlar. Kabul almak sabır gerektiren bir durumdur ve öğrenci başvurularına çok sayıda red alacaktır veya çoğu zaman yazdığı e-maile geri dönüş dahi olmayacaktır. Öğrenci sabırlı olmalı ve her seferinde başvuru paketini gözden geçirmeli ve hatanın kendisinden mi kaynaklandığını sorgulamalı. Başvuru paketini (CV, SOP, ve Referans isimleri) göndermeden önce başvuru paketinin gözden geçirilmesi için tecrübeli kişilerden destek alması başvuru paketini güçlendirecektir.

AYŞE GÜNAY İLE RÖPORTAJ

MERT GÜRLEK



MERT: Öncelikle EUS sınavında göstermiş olduğunuz başarıdan dolayı tebriklerimizi iletmek isterim. İlk olarak bize kendinizden kısaca bahseder misiniz?

AYŞE: Teşekkür ederim, ben Ayşe Günay. Kayseriliyim. Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi 2016 mezunlarındayım. EUS'ta 8. oldum ve Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Klinik Eczacılık Uzmanlık Eğitimini kazandım. Bu güzel röportaj teklifi için teşekkür ederim.

MERT: Erciyes Eczacılık Fakültesini seçmeniz veya eczacılık mesleğine olan ilginiz nasıl oluştu ve tercih döneminizde eczacı olmak istemenizdeki etkili faktörler nelerdi?

AYŞE: Küçük yaşlardan beri deney yapmaya ve bilime ilgim mevcuttu. Özellikle lisedeyken kimya ve biyoloji en sevdiğim derslerdendi ve bu yüzden eczacılık seçmem gerektiğini düşündüm. Bu yolda ilerlemeye karar verdim ve iyi ki eczacılık seçmişim diyorum çünkü mesleğimi çok seviyorum.

MERT: Peki okula başladıktan sonra ne gibi hedefler içindeydiniz, ne yapmayı planladınız? Bu soruyu biz yeni nesil eczacılık öğrencilerine ve yeni başlayan arkadaşlarımıza örnek olması amacıyla soruyorum.

AYŞE: Eczacılık iş sahası olarak bence çok zengin bir meslek grubu. Eczane açabilirsiniz, akademisyen olabilirsiniz, hastane eczacısı ya da endüstri eczacısı olabilirsiniz. Kişinin hangi yönü daha güçlüyse ona uygun olarak belli bir alana yönelmesine zemin hazırlayan bir meslek. Tabi bu noktada en önemli husus kişinin kendini tanıması ve ona uygun şekilde geleceğini şekillendirmesidir. Çünkü eczacılığı kazanmış olmak işinizin hazır olduğu anlamına gelmiyor, kendini okulun bittiği sürece hazırlamak, güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmek çok önemli. Ben de fakülteye ilk başladığımda mezun olacağım zaman ne yapacağımı net bir şekilde bilmiyordum ama zamanla keşfettim. Yeni başlayan ya da mezun olmak üzere olan arkadaşlara tavsiyem okurken derslerine çok iyi odaklanmaları ve tek amaçlarının okul bittiğinde herhangi bir işe girmek olmamasıdır çünkü sevdiğin bir mesleğe sahip olmak kadar o mesleğin kendin için doğru bir kolunda çalışmak da çok önemlidir.

MERT: Okulda hangi dersi çok severdiniz ?

AYŞE: Hiç sevmediğim bir dersim hiç olmadı ama tabii bazı derslerde daha çok zevk alıyordum. Örneğin Farmakoloji en sevdiğim derslerdendi diyebilirim. Ayrıca öğrenciliğim süresince özellikle laboratuvar derslerine çok ilgi duyuyordum.

MERT: EUS sınavına nasıl hazırlandınız ? Kazanma şansınızı ne oranda gördünüz ?

AYŞE: EUS'un 2017'de yapılacağı söylentileri ilk çıktığında çok heyecanlanmıştım çünkü klinik eczacılık benim hep gönlümde yatan bir alandı. Bu yüzden bu sınavı kazanmak benim için mesleki anlamda hayallerime kavuşmak anlamına geliyordu, yani çok çalışmalıyım. Öyle de yaptım. İlk sınav olması sebebiyle soru tarzı, çalışılacak kaynaklar vs. bir muammaydı ama bunun beni şüpheyi düşürmesine izin vermedim. Aldığım eğitim son derece iyiydi, bunun çok faydasını gördüm. İyi bir sıralama yapacağıma inanıyordum. Sınava hazırlanırken kazanamazsam, yapamazsam gibi olumsuz düşünceleri kafamdan hep uzaklaştırdım ve kendimi çalışmaya kanalize ettim. Sanırım en doğrusunu yapmışım.

MERT: Peki klinik eğitiminizden sonra şunu da yapmam gerekir diyebileceğiniz ne gibi hedefleriniz var ?

AYŞE: Benim ve benimle bu yıl EUS'u kazanan arkadaşlarımın gelecekte önemli bir rol oynayacağına inanıyorum, klinik eczacılık eğitimi bittiğinde kendimi geliştirmeye devam edeceğim ve benden sonraki yıllarda kazanacak meslektaşlarıma yol göstermek için hep daha ileriye hedefliyorum. Ve ayrıca yurtdışındaki klinik uygulamaları gidip görme idealim var, umarım gerçekleştirebilirim.

MERT: Peki okulumuzda sizin döneminizde keşke dediğiniz şeyler nelerdi?

AYŞE: Okuduğum dönemde sosyal yaşamım keşke daha canlı olsaydı diyorum, daha çok anı biriktirmek isterdim. Okul içinde ve bahçe kısmında öğrencilerin ders aralarında stres atması, bir araya gelmesi için düşünülmüş mekanlar olsaydı çok güzel olurdu. Ve kendi adıma keşke daha çok kongreye katılsaydım diyorum, okurken hangi alana ilgim olduğunu keşfetmeme ve mesleği tanıyama çok katkısı olurdu.

MERT: Biliyorsunuz ki giriş tarihi 2013 ve sonrası eczacılık öğrencileri için serbest eczane sayıları, ilçe sınırındaki nüfusa göre en az üç bin beş yüz kişiye bir eczane olacak şekilde düzenlenmişti. Bu durumu nasıl değerlendiriyorsunuz ?

AYŞE: Talihsiz bir kısıtlama olarak görüyorum. Eczane sayısının ve mezun sayısının artışı yüzünden böyle bir yöntem geliştirildi ama bunun kalıcı ve yeterli bir çözüm

olduğunu düşünmüyorum. Lakin bu kısıtlama eczacılığın saygınlığını düşürmez, çünkü daha önce de dediğim gibi eczacılık sadece eczane açmaktan ya da hastaneye atanmaktan ibaret değil; çok zengin bir meslek, daha da zenginleşeceğine inanıyorum. Şu anda eczacılıkta okuyan arkadaşlarım hiç üzülmesinler, çok güzel bir meslek seçtiler ve eminim bu mesleği icra ettikleri her gün "iyi ki seçmişim" diyecekler. Ellerinden gelen en iyi şey çok çalışmak ve gayretli olmaktır. Bunu unutmasınlar.

MERT: Okulda yaşadığınız unutulmaz dediğiniz bir olay var mı ?

AYŞE: Hayatımın çok ama çok güzel 5 yılıydı. Dersler, kıymetli hocalarım, değerli arkadaşlarım hepsi bana çok şey kattı. Yani aklıma tek bir anı değil güldüğüm, eğlendiğim, gençliğimin geçtiği okulumda yaşadığım onca anı geliyor. Bazen bir türlü olmayan deneyler, ders çalışmaktan yorgun düştüğümüz vize-final dönemleri, yemekhane yolu, fotokopi sırası bile güzeldi. Ve şimdi de araştırma görevlisi olarak yeniden okulumun bir parçası olacağım için mutluyum.

MERT: Son olarak bizim aracılığımızla hocalarımıza, personelimize, biz öğrencilere yani Erciyes Eczacılık Fakültesine bir mesajınız, öneriniz var mı ?

AYŞE: Bugünlere gelmemde payı olan herkese teşekkürlerimi sunuyorum. İyi ki eczacılık seçmişim ve iyi ki Erciyes Eczacılık ailesinin bir parçasıyım. Öğrencilere mesajım ise; yasalar, sınavlar, zorluklar her daim var olacak. Belki kolaylaşmayacak, zorlaşacak ama yılmayın, isterseniz her şeyi başarabilirsiniz.



SERBEST ECZACILIĞIN NERESİNDEYİZ ?

YASEMİN BAŞPINAR

“Serbest eczane sayıları, ilçe sınırları içindeki nüfusa göre en az üç bin beş yüz kişiye bir eczane olacak şekilde düzenlenir” (6197. Kanun 5. Madde)

Bu cümle mesleğimizin şaha kalkmasını mı sağlayacak, yoksa biz yeni nesil eczacıların yaşadığı mağduriyetten mi ibaret kalacak bunu zaman gösterecek. Serbest eczacılık yapmak isteyen eczacı adaylarının tek seçeneği devir eczane almak olacaktır. Daha nüfus sınırlamasına ilk takılan eczacı adayları mezun olmadan uçuk devir fiyatları ortalıkta dolaşmakta. Genç ve tecrübesiz bir eczacı olarak bu riski göze alıp eczane açmak ne kadar doğru? İşin içine atıldığımızda hayal kırıklığına uğramamak için biraz gerçekçi bakmakta fayda var. Devir eczane alıp hayalimizi gerçekleştirsek bile bizi bir çok sorun bekliyor olacak. Halkın gözünde sandığımız kadar itibarlı olmadığımızı fark edeceğiz. Yıllarca ilaç ve bitkiler hakkında sentez, üretim, hazırlama, saklama ve birçok şeyi öğrenmişken, insanların bakışlarındaki “Sen tüccarsın.” ifadesini sezmek içimizi acıtacak ve buna sebebiyet verenlere, yıllarca tecrübesi olan ama hastalara eczacı değil ara sıra “dükkana” gelen muhabbet edilip çay içilen, fark almadığı müddetçe sevilen esnaf imajı çizen insanlara öfkeleneceğiz.

Birçok eczacı adayı dört gözle eczane açacağı günü beklerken serbest eczacıların dertli olduğu konuların listesi uzayıp gidiyor. İyisiyle, kötüsüyle serbest eczacılığı analiz edebilmek için serbest eczacılarla yaptığım anket ışığında eczacıların karşılaştığı sorunlardan bahsedeceğim.

- Muayene ücretlerini tahsil etmek hastaların gözünde eczacıların hastalardan keyfi para aldığı izlenimini yaratıyor, eczaneye olan güveni sarsıyor.
- Eğitimli personel bulunmaması ve personel ile yaşanan sıkıntılar.
- Mesleki saygınlığın kalmaması.
- Mesleğin ilaç danışmanlığından ticari boyuta taşınmaya çalışılması.
- Teknik altyapı sorunları.
- Doktorların muadil verilmesini istememesi.
- Serbest eczacıların en muzdarip olduğu konu ise TEB’in karşılaşılan bu sorunları çözmeye yönelik çalışmalar yapmaması, yapmaya çalışsalar da ortaya somut bir çözüm koyulamaması.

Medyada sürekli batan eczanelerle ilgili haber ve paylaşımları görürken, yaşanan sıkıntılara tanık oluyorken serbest eczacılığın aslında o kadar can atılacak bir istihdam alanı olmadığı gerçeği ile karşılaşıyoruz.

1861 yılında eczanelere gedik (sınırlama) uygulamasının sonucunda ruhsat devretme bedeli bir servet sayılabilecek kadar yükselmişti. Gedik hakkı muvazaanın da ortaya çıkmasına yol açmıştır. Mesleğin bu durumda olmasından sorumlu herkes, kendini muvazaa batağına saplanacak eczacılar için de kendini sorumlu hissetmeli.

Yeni nesil eczacılar olarak yapabileceğimiz tek işin eczane açmak olmadığına farkındayız elbette. Hatta eczanelerde aldığımız eğitimi uygulayamayacak kadar kısıtlamaların olduğunu düşünüyorum. Serbest eczane belki de bizi mesleki yeteneklerimizden uzaklaştıracak ama biz sadece aynı eğitimi aldığımız meslektaşlarımızla denk tutulmak istiyoruz. Yıllarca staj yapıp, yardımcı eczacılık dayatmasına maruz kalmak istemiyoruz. Çaresiz bırakıldığımız için değil, gerçekten istediğimiz için endüstri eczacılığı, klinik eczacılık veya hastane eczacılığını seçmek istiyoruz.

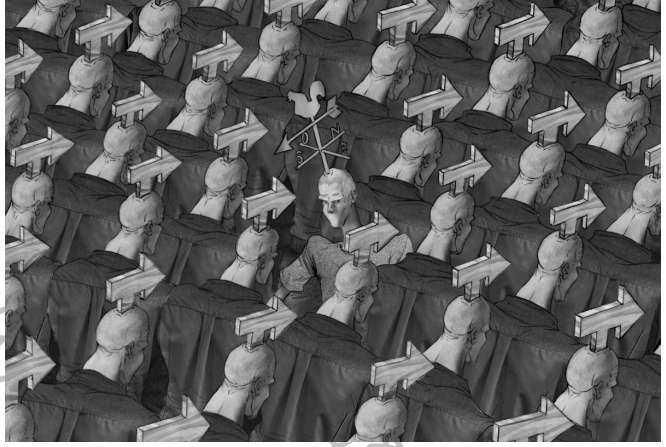
Mesleğimizin geleceği ve sunulan sağlık hizmetinin kalitesinin artması için adımlar atmaya çalışmak bizi kısıtlamak ile olmayacaktır. Bizi kısıtlamak ne hastaya verilen danışmanlık hizmetinin kalitesini artırır ne de eczacıların endüstrideki istihdamını. Benim arttığını gördüğüm tek şey devir fiyatları ama biz ümitle mesleğimizi daha ileriye taşımakta kararlıyız.



EZBERLE(ME)

BUĞRA ZOROĞLU

Bütün yaşantımız boyunca yapmamız gereken şeyler vardır. Bunlar kimi zaman kullanacağımız tekniklerin bize olan faydasını tespit etmek kimi zaman doğru plan hazırlayabilmek kimi zaman da kendimizi bulunduğumuz şartlara daha kolay adapte edebilmektir. Çoğu zaman kesin tek doğru yoktur. Alternatifler her zaman olmuştur ve olacaktır.



Ancak benim düşünce yapımda ve hayat görüşümde bir bilginin verinin öğrenilmesi açısından en mantıksız yol o şeyi ezberlemektir. Ezber bütün eğitim hayatımız boyunca bizlerin karşısına çoğu yerde çıkmıştır. Ancak çok azımız bu ezberci yapı karşısında mücadelede bulunabilmişizdir ya da istemeden sisteme boyun eğmişizdir. Eğitimimiz boyunca öğrenmeye çalıştığımız bilgilerin büyük çoğunluğunu hayatımıza taşıyabilmeliyiz, ancak ezbere dayalı öğrenme biçiminde ne yazık ki bu pek de mümkün olmuyor, tabiri caizse unutmak için ezberliyoruz. Peki bu durum bizde ne gibi etkiler oluşturmakta; analitik bakış açımızı, eleştirel bakış açımızı, problemlere karşı çözüm üretme yetimizi ve en önemlisi de merak duygumuzu olumsuz etkiliyor. Bu açıdan baktığımızda bizden sonra gelecek nesillerin bizim karşılaştığımız sorunlarla karşılaşmaması, daha da iyi bir yapı ile eğitim alabilmesi için ezberci yapıya son vermeliyiz.

Peki bunu nasıl yapabiliriz ?

Kendimize bazı sorular sormalıyız; öğreneceğim bu bilgi bana hayatımda ne gibi kolaylıklar sağlayacak, bu öğretinin temeli neye dayanıyor, öğrendiğim bilgiyi bir başka kişiye aktarırken sebepleriyle ve mantıklı açıklamalarını yapabiliyor muyum?

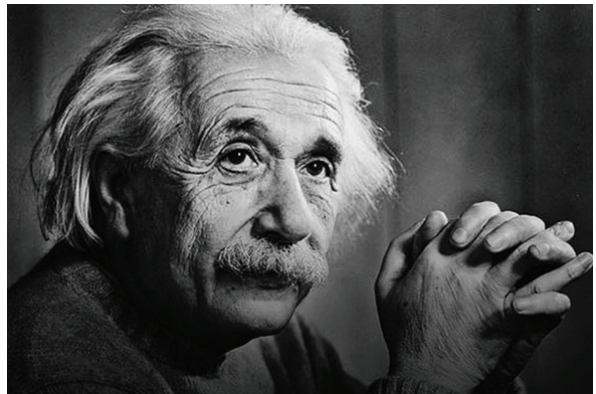
Bu sorulara en iyi şekilde cevap vermemiz için bilgiyi kalıcı ve akılcı hale getirmemiz gerekiyor. Bu da bilginin öğreniliş temeline dayanıyor. Öğrenirken çeşitli yöntemler kullanırsak bilgiye daha hakim olabiliriz ve daha etkin biçimde kullanabiliriz. Öğrenirken müzikle bağdaştırma, görsel fenomenler, duygusal bağlar oluşturmak, bilgiyi günlük hayata aktarmak ve bunun gibi pek çok mantıksal yaklaşım uygulayabiliriz ve bilgiyi daha kalıcı biçimde öğrenebiliriz.

Tabii ki bazı bilgileri öğrenmemiz gerekli bile değildir. Bu tip konularda zaten belirli bilgi kaynakları bize yardımcı olacaktır.

Bir gün bir arkadaş Einstein'a bir mil kaç feet'tir? diye sorar.

Albert Einstein bilmediğini söyleyerek ekler; herhangi bir kaynaktan bir kaç dakikada edinebileceğim bilgiyi neden ezberleyeyim ki?

* 1 Mil = 5280 Feet (Ufak bir araştırma)



GIDA TAKVİYESİ, PROTEİN TOZLARI, RDA VE DV

EMİNE BEYZA AKSU

Son zamanlarda haberlerden spor salonlarına, reklamlardan reçetelerimize kadar sıkça karşımıza çıkan gıda takviyelerinin ne olduğunu, ne amaçla ne durumlarda kullanılması gerektiğini ve sağlığımız açısından ne tür etkileri olduğunu bu yazıda derlemek istedik.

Gıda Takviyesi Nedir?

Hayvanlarda ve insanlarda doğal gıdalara ek olarak kullanılan ve genellikle kullanıcının diyetinde hastalık, yetersiz beslenme gibi sebeplerle görülebilen eksikliklerin giderilmesinde rol oynayan; oral yolla alınan ve diyetle ek olarak bir veya daha fazla besin maddesinin alınmasını sağlayan ürünlerdir. Hap, tablet, kapsül, sıvı, ve toz şeklinde bulunabilir. İçerdiği besin maddeleri: vitaminler, mineraller, amino asitler, bitkisel ilaçlar, probiyotikler ve enzimler olabilir.

Türk Gıda Kodeksi Takviye Edici Gıdalar Tebliği'ne Göre Gıda Takviyesi:

Normal beslenmeyi takviye etmek amacıyla, vitamin, mineral, protein, karbonhidrat, lif, yağ asidi, amino asit gibi besin öğelerinin veya bunların dışında besleyici veya fizyolojik etkileri bulunan bitki, bitkisel ve hayvansal kaynaklı maddeler, biyoaktif maddeler ve benzeri maddelerin konsantre veya ekstraktlarının tek başına veya karışımlarının kapsül, tablet, pastil, tek kullanımlık toz paket, sıvı ampul, damlalıklı şişe ve diğer benzeri sıvı veya toz formlarda hazırlanarak günlük alım dozu belirlenmiş ürünler.

Dünya genelinde ise vitamin, mineral, amino asit, bitki ve bitki ekstraktları içeren maddelerin tamamı FDA (Food and Drug Administration / Gıda ve İlaç Dairesi) tarafından gıda takviyesi (dietary supplements) olarak tanımlanmaktadır.

Yurtdışında üretilen gıda destek ürünlerinden seçerken Sağlık Bakanlığı tarafından onaylanarak ülkemize girmiş olmalarına önem vermelisiniz.

İthal gıdaların ve gıda takviyelerin üzerinde besin değerlerini görmeye alıştık. Her besinden ne kadar olduğu gramaj olarak belirtilir ve de yanında DV% veya RDA% diye bir ibare vardır. DV'nin ne olduğunu, RDA'nın ne olduğunu ve aralarındaki farkı sizlere anlatacağız.

DV (Daily Value yani Günlük Değerler)

DV, Amerikan gıda ve kontrol genel müdürlüğü FDA'nın (U.S. Food and Drug Administration) yarattığı bir sistemdir. Her gıda için 1 DV vardır. Yaşı, cinsiyeti, kilosu, veya boyunun bu sistemde bir önemi yoktur. DV almanız gereken miktar değildir. DV günlük ortalama bir beslenmenin ne kadarını karşıladığıdır.

RDA (Recommended Dietary Allowance yani Önerilen Besin Tüketimi)

Tavsiye edilen günlük alınması gereken besin miktarı olarak Türkçe'ye çevrilebilecek olan Recommended Daily Allowance kelimelerinin baş harflerinden oluşan RDA toplumun yaklaşık %98'inin ihtiyacını belirlemek için oluşturulmuş bir standarttır.

Etiketlere RDA değerlerini yüzde şeklinde girerek hazır gıdaların günlük alınması gereken besin miktarının ne kadarını karşıladığını kolayca görebilmesi amaçlanmaktadır.

RDA hareketsiz bir insan için tüketilmesi tavsiye edilen günlük besin miktarıdır. Yaşa, cinsiyete, ve hatta hareketlilik seviyesine göre değişiklik gösterir. Bu yüzden, DV'den daha faydalı bilgiler sunmasına rağmen herkes için farklı bir RDA olduğu için genelde satılan besinlerin veya besin takviyelerinin üzerinde DV'den daha az kullanılır. Bu dezavantajı gidermek için RDA'da sıkça kullanılan bir metodoloji ise, 5500 kalori alan, spor yapan, 20-40 yaş arası erkeklere göre RDA değerlerini yazmaktır.

Gıda Takviyesinin Zararı Var mıdır?

Son yıllarda, gıda takviyelerine ve vitaminlere rağbetin yoğun olduğu görülmektedir. Neredeyse nüfusun yarısı, çeşitli gıda takviyeleri içeren ürünler kullanmakta; vitamin, mineraller, bitkisel ürünler ve protein tozu içeren bu ürünlere milyonlarca lira harcamaktadır.

Birçok insan takviye gıdaların sağlığa fayda sağladığına, hastalıklardan koruduğuna ve en kötüsü de zararlı olmadığına inanmaktadır. Ancak, bu tür ürünleri destekleyecek yeterli bilimsel veri yoktur ve tüketiciler doktor kontrolü dışında kullanılan takviye ürünlerin ilaçla etkileşimlerinden veya diğer potansiyel risklerinden haberdar değillerdir.

New England Journal of Medicine isimli tıp dergisinde yayımlanan yeni bir çalışmaya göre; her yıl 23 bin kişi, kullanılan besin takviyeleri nedeniyle acil servise başvurmakta..

Amerika'da, besin takviyeleri alanında, ilk defa ulusal rakamlar üzerinden açıklanan çalışmaya göre; kilo kaybı ve enerji için alınan takviyeler "en tehlikeliler" olarak açıklandı. Kalp sorunları ise bu takviyelerin yarattığı en genel sorun olarak belirtildi. Kadınlar, okul öncesi çocuklar ve yaşlılar ise en yüksek risk grubunu oluşturuyor.

Özellikle yağda eriyen vitaminler(A, E, D ve K vitaminleri) bedende depolandıkları amaçlı uzunca zaman fazla doz kullanımları bedende toksik tesir, üstelik ölüm rizikosu yaratabiliyor. Diğer bazı ürünlerin fazla alımları saç dökülmesi, mide bulantısı ve kusmaya neden olabiliyor.

Bir hastalığın tedavisi için geliştirilmiş, hastalıktan koruduğu veya daha uzun yaşam sağladığı iddia edilen ürünler konusunda dikkatli olmak gerekiyor. Bir besin destek ürünü kullanıyorsanız veya kullanmayı düşünüyorsanız, mutlaka doktorunuzla görüşmelisiniz. Size daha sağlıklı ve daha uzun bir hayat sağlayabileceği gibi, zarar da verebilir.

Gıda takviyesi almak ne zaman anlamlıdır?

Çoğumuz bol miktarda sebze ve meyve tüketerek dengeli beslenirken, bazı kişiler gıda takviyelerinden fayda sağlayabilir.

-Gıda alerjisi gibi sağlık durumu bazı gıdaları tüketmeye elverişli olmayan veya bazı besinlerin emilimini engelleyen karaciğer veya gastrointestinal hastalıkları olan kişiler

-Günde 1,500 kaloringin altında alabilen kaloriden kısıtlı diyeti olan kişiler

-Hamile olan veya hamilelik planlayan kadınlar için gebeliğe özgü bazı vitaminler

-Güneş ışığına fazla maruz kalmamış ve D vitamini eksikliği olan kişiler

-B12 vitamininin emilimi yaş ilerledikçe azaldığı için ihtiyacı olduğu tespit edilen 50 yaş üstü kişiler



Türk Gıda Kodeksi Takviye Edici Gıdalar Tebliği uyarınca, Takviye Edici Gıdalarda kullanılan vitaminler; A, B1, B2, B3, B5, B6, B12, C, D, E, K, Folik Asit ve Biotin'dir.



Besin takviyeleri ne işe yaramaz?

Diyetin yerine geçemezler. Gün içerisinde almanız gereken tüm besin öğelerini, vitamin ve mineralleri karşılayarak diyetin yerine geçemezler. Sadece besin destek ürünleri olarak hayatınızı sürdüremezsiniz.

Besinlerin yerine geçemezler. Gün içerisinde besin destek ürünlerini kullanarak bir ya da birkaç öğünde besin yerine kullanılamazlar. Bu tarzdaki besin destek ürünleri geçici çözümler sunarlar, bırakıldıklarında etkinliklerini yitirirler.

Bir ömür boyu kullanılmazlar. Besin destek ürünleri besinler gibi ya da bazı ilaçlar gibi bir ömür boyu kullanılmazlar. Sorunların çözülmesi ya da kullanım amacına varıldığında destek ürünleri bırakılmalıdır.

Kanser, kalp hastalığı, diyabet, AIDS gibi ciddi hastalıkları düzelden bir destek ürün yoktur. Besin destek ürünleri hastalığın belirtilerini azaltarak ilerlemelerini yavaşlatırlar.

Doğru Bildiğimiz Yanlışlar...

Ekinezya

400 yıldır bilinen ekinezya, Amerikan yerlileri tarafından enfeksiyonların tedavisinde kullanılıyordu. Bugün ise ekinezya soğuk algınlığı ve diğer üst solunum yolu enfeksiyonu belirtilerinin azaltılması için kullanılıyor. Ancak bilim adamları aynı görüşte değil. 2010 yılında yapılan bir araştırmaya göre, ekinezya soğuk algınlığı belirtilerinin süresini azaltmıyor. Bunun yanı sıra bazı insanlar ekinezyayı tifo, sıtma ve genital bölgedeki uçuklar için kullanıyor. Ancak bununla da ilgili bilimsel bir kanıt yok.

Soğuk algınlığına C vitamini

1970 yılında bir bilim adamı C vitaminiyle soğuk algınlığının kontrol edilebileceğine inanıyordu. Ancak bu doğru değildi. C vitamininin üst solunum yollarına karşı herhangi bir etkisi bulunmuyor.

Çinko soğuk algınlığına iyi geliyor

Çinko bir antioksidan olduğu için soğuk algınlığı belirtilerini azaltabilir. Çinko aynı zamanda anti-inflamatuar ve antiviraldir. Soğuk algınlığı belirtilerini azaltıp yayılmasını önleyebilir. Ancak tüm bu iddiaların bilimsel bir kanıtı yok. Çinkoyu ilk belirtiler başladıktan sonra 24 saat içinde almazsanız faydasını göremezsiniz.

Soğuk algınlığı için sarımsak

Sarımsak kan basıncını kontrol altında tutmaya yardım ediyor. Fakat soğuk algınlığının tedavisi için sarımsak takviyesi ilaç kullanırsanız hiçbir fayda sağlayamazsınız. Sarımsak allicin isimli sülfür içerikli bileşen içeriyor. Bu bileşenin antibakteriyal ve antiviral özelliği sayesinde sarımsak soğuk algınlığına yol açan yüzlerce virüse karşı etkilidir.

Kalp sağlığınız için D vitamini

D vitamini alımınızın yaklaşık yüzde 80-90'ı güneş ışığı sayesinde oluyor. D vitamini takviyesi ise raşitizm ve osteomalazi gibi kemik hastalıklarının önlemede etkilidir. Ancak D vitaminini kalp hastalığı riskini önlemek için kullanmayın. Buna dair ikna edici bir kanıt bulunmuyor.

Balık yağı her derde deva değildir

Amerika'da olduğu gibi ülkemizde de balık yağı en çok tüketilen gıda takviyelerinden biridir. Balık yağı kapsüllerinin kalp hastalığı gelişme riskini azalttığına inanılıyor, ancak son yapılan araştırmalar ise bunu yalanlıyor.

Multivitaminlerin faydası olmayabilir

Multivitaminler arasında en çok tercih edilenlerden biri olan kalsiyum takviyesinin sağlığınız için pozitif etkiye sahip olabilir, ancak diğerleri için aynı şey geçerli değil. Multivitamin içmek yerine dengeli ve sağlıklı beslenmeniz daha önemli. (Vasfiye Özcanbaz)

Tip 2 diyabetin tedavisi için krom

Kan şekeri seviyesini kontrol altında tutan bir mineral olan krom takviyesi ile diyabet hastalığınızı kontrol altında tutabilir misiniz? Bu konuda çelişkili kanıtlar var. Bazı araştırmalar kromun glukoz seviyesi üzerinde pozitif etkisi olduğunu gösterirken, diğerleri ise krom takviyesinin şeker hastalığına faydasının olmadığını ifade ediyor.

Yaşlanma karşıtı DHEA

Böbrek yakınlarındaki bez tarafından üretilen hormon olan DHEA'nın yaşlanma sürecini azalttığı iddia ediliyor. Fakat bu gıda takviyesinin bu konuda etkili olduğuna dair kanıt yok.

Peki Protein Tozları?

Vücudun spor yaparken kaybettiği enerjiyi geri kazanmasına yardım amaçlı kullanılan protein tozları genel olarak salonlardaki egzersiz danışmanlarının tavsiyeleri üzerine alınıyor. Uzman denetimi dışında alınan protein tozları fazla kullanımla vücuda zarar verebiliyor fakat ortaya çıkabilecek zararlar piyasada dile getirilmediği gibi bu zararlar her bünyede ortaya çıkmayabiliyor.

Uzmanın belirleyeceği protein diyetinin dışına çıkmak, vücutta olumsuzluklara sebep olabiliyor. Uzmanlar genellikle protein tozundan ziyade protein bakımından zengin olan besinleri (süt, yumurta vb.) tavsiye ediyorlar.

Yumurta Proteinini

Doğada bulunan en "tam" protein kaynaklarından biri olan tavuk yumurtası kullanılarak üretilen bir protein supplementi türüdür. Biyolojik açıdan en "bütün" protein türlerinden biri olarak bilinir.

Kazein / Süt Proteinini

Sütün içerisinde (özellikle tam yağlı inek sütü) bulunan ve diğer çoğu protein türünden, daha yavaş sindirilmesi ile ayrılan bir protein türüdür.



Soya Proteinini

Soya içerisinde bulunan protein türüdür, pek çok yaygın kullanımı bulunsa da pek çok insanda alerjiye sebebiyet verebileceği için özellikle üreticiler ve bu tür proteini ürünlerinde kullanan firmalar tarafından genellikle içerikte bulunduğu konusunda uyarılar, ürün kutularında bulunmaktadır.

Sağlığınıza Verdiği Başlıca Zararları

Kemiklerin Zayıflaması
Böbrek Yetmezliği ve Böbrek Taşları
Karaciğer Tahribatı
Kalp Hastalıkları
Sindirim Problemleri
Kalori Artışı
İlaçların Etkisini Azaltma

KAYNAKÇA

multiyasam.com
supplementler.com
gidatakviyesi.net
gidabilinci.com
gokyuzudergisi.com



DİZİ-FİLM TİTRASYONU

DİLARA CUMAOĞLU & İREM ÖNAL

Sevgili okurlar, bugüne kadar sadece kimyasal maddelerle titrasyon yaptık. Şimdi ise farklı bir şey deneyerek büretimize kimyasal maddeler yerine sizin için seçtiğimiz dizi ve filmleri koyalım diyoruz. Bakalım titrasyon sonucunda oluşan renk değişimlerini beğenecek misiniz?

Breaking Bad: Say My Name!



İndikatör:Dilara,İrem
Numune:Breaking Bad
Renk:Met(h)ilen mavisi

Tür:Dram,suç
Süre:45 dakika
Yapım:2008-ABD
Yönetmen:Adam Bernstein
Oyuncular:Aaron Paul,Bryan Cranston
IMDb:9,5/10
En iyi dizi müzikleri:Bad finger-Baby blue,
Fujiya&Miyagi-Uh!, Apparat-Goodbye

SPLIT : Bir Süperkötü'nün Doğuşu

İndikatör: Dilara, İrem
Numune: Split (Parçalanmış)
Renk: Erguvani mor

Tür: Psikolojik gerilim
Süre: 117 dakika
Yapım: 2016-ABD
Yönetmen: M. Night Shyamalan
Oyuncular: James McAvoy, Anya Taylor-Joy
IMDb: 7,3/10

X-Men serisinde genç Charles Xavier olarak tanıdığımız James McAvoy; bu filmde dişsosiyatif kişilik bozukluğundan muzdarip, 23 farklı kişiliğe sahip Kevin Wendell Crumb olarak karşımıza çıkıyor.

Filmin Kevin'in 3 kız arkadaşı kaçırmasını merkeze alan senaryosu oldukça yaratıcı ve teknik açılarından gayet başarılı. Ama bizi en çok etkileyen McAvoy'un insan doğasındaki süper egoyu izleyiciye başarılı bir şekilde aktarması ve filmin her anında bizi tetikte bekletmesi oldu. Filmin son sahnesinde yönetmen Shyamalan izleyicilere açık bir kapı bırakıyor ve 2000 yılında yaptığı Unbreakable filmine göz kırptıyor. Psikolojik gerilim meraklılarına, klasik bir gerilim filmi izlemek istemeyenlere şiddetle öneriyoruz. İyi seyirler!

Aslında hepimizin duyduğu hatta büyük ihtimalle izlediği bu mükemmel yapımdan da bahsetmesek olmazdı.Dizi sıradan bir lise kimya öğretmeni olan Walter White'in akciğer kanseri olduğunu öğrenmesiyle başlayan sıradışı hikayesini konu alıyor.

Bu haberle 2 yıl ömrünün kaldığını öğrenen White ölümünden sonra ailesinin geçinebilmesi için eski öğrencisi ve aynı zamanda bir uyuşturucu bağımlısı olan Jesse Pinkman ile üstün kimya bilgilerini kullanarak meth(metamfetamin) yapmaya başlar.Ancak



Senaryosu,kurgusu ve muhteşem oyunculuk performanslarıyla izleyen herkeste derin bir iz bırakan çok güzel bir yapım.Bir insanın değişen koşullar karşısında ne kadar fazla değişebileceğinin en somut örneği hiç kuşkusuz Walter White.İlgili alanı, sevdiği tür ne olursa olsun herkese şiddetle öneriyoruz.İzleyin,izletin.İyi seyirler yo!

Dipnot:Ne kadar isteseniz de sakın laboratuarda denemeyin :)

Hazırlayanlar: İrem Önal,
Dilara Cumaoğlu

GRAFFİTİ

OSMAN DOĞAN



Graffiti kelime olarak Yunanca graphein kelimesinden gelmiş ve İtalyanca sgraffio kelimesinden türemiştir. Graffitin oluşum süreciyle ilgiliyse birçok rivayet bulunmaktadır. Mağara yazılarından tutun da Fransa 1968'deki öğrenci olayları, Hiroşima'daki Osmanlı'daki duvar yazılarına kadar çeşitli söylemler vardır fakat genel kesimin kabul ettiği olay 21 Temmuz 1971'de Taki 183'ün New York Times'da çıkmasıdır. Bunun savunucuları da kültürün bir birikim sonucu oluştuğunu şu anki graffitiyle mağaradaki simgelerin birbiriyle ilişkili olmadığını Taki 183'ten sonraki akımların birikerek bugüne geldiğini düşünüyorlar ki sürece baktığımızda da öyle olduğu ortadadır. O tarihten sonra herkes Taki 183 gibi kendi mahlasının ve sokak numarasının bulunduğu bir kod oluşturup duvarlara yazmaya başladılar. Kendisi postacı olan Taki 183 bunu bir sanat amacı gütmeyip hatta kendisinin neye yol açacağını bilmeden duvarlara yazmaya başlıyor. Bu hareket çok kısa bir zamanda bütün şehri adeta işgal altına alıyor. Öyle ki ABD'de bir ara spreyle boyalı satış yasaklanmıştı hatta bu olay Fransa'yı da etkisi altına alınca milletvekilleri yakalanan graffitilerin spreyle boyalı kullanamaması için

başparmaklarının kesilmesini önerdi.

O sıralar Amerika sokaklarında da hiphop kültürü yavaş yavaş ortaya çıkmaya başlamıştı. Break dans dj'lik rap müzik gibi akımlar genelde gettolarda yaygınken bütün sokaklara hakim olan graffiti de hiphopla kaynaşarak hiphopun elementlerinden biri olarak yerini aldı. Artık graffiti kabına sığmamaya başlamıştı. Tüm sokakları tesiri altına aldığı halde bununla yetinmeyen graffiti trenlerin içini ardından dışını da kapladı. Duvar yazıları her yerde vardı fakat tek tipti hepsi birbirine benziyordu. İnsanlar yazılarına yeni fontlar eklemeye gölgelendirme teknikleri kaligrafi hareketlerini tercih etmeye başladı. Kalemle yavaş yavaş uzaklaşmaya çok kısa bir dönem de olsa fırça ardından spreyle boyalı kullanılmaya başlandı. Yeni teknikler yeni stiller ortaya çıkınca da bunlara ayak uyduramayan yüzlerce kişi doğal seçilime uğradı. Kalanlar sürekli üstüne bir şeyler koyarak graffitiyi geliştirmeye başladılar

O dönem çok güzel graffitilere imza atılmaya başlansa da bir koleksiyon kültürü olmadığı için yapılan graffitiler ya üzerine yapılan başka graffitilerle



üstü kapanıyor ya da yıkılan duvarlarla birlikte yok oluyordu. Sokak fotoğrafçısı olan Martha Cooper ve Henry Chalfant genelde sokak aralarında تنها yerlerde yapılan bu graffitilerin fotoğrafını çekerek Subway Art'ta toplamaya başladılar. Subway Art aslında grafitinin dünyaya tanıtılmasındaki en büyük etmenlerden de biriydi. Çünkü kitap sadece fotoğrafı çekilen graffitilerden oluşmayıp graffiti sanatçılarının röportajlarından tutun da spreylere başlıklarına kadar her şeyden bahsetmekteydi. Subway Art'ın grafitiyi dünyaya duyurmasındaki asıl etmense beyaz perdeye uyarlanmasıdır (Style Wars).



Türkiye'de bu kültür ise Cartel'in piyasaları alt üst etmesiyle birlikte yayıldı. Cartel'den çok daha önce bu işlerle uğraşan ve Türkiye'nin ilk graffitilerinden biri olan Tunç Dindaş, namı diğer Turbo, 1983'te babasının eve getirdiği plakların üzerindeki graffitileri görüp etkilenmişti. Resme de ilgisi olan Turbo izlediği Beat Street'ten sonra duvarları boyamaya başladı. O zamanlar illegal olan hatta 1989'da hakkındaki hapis cezası istemi bulunan Turbo bugün birçok resmi kurum kuruluş ve belediyelerle iş yapmaktadır. En büyük hayalininse Boğaziçi Köprüsü ve vapurları boyamak olduğundan bahsediyor. Bizlerin isteğini de geri çevirmeyen Tunç abi Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi adına yaptığı illüstrasyon için müteşekkirimiz.



"Graffiti konuşma hakkı tanınmayan kenar mahallenin sesidir."

ECZACILIK VE SANAT

AYŞE CEMRE KARERENK

Çok eski yıllardan beri meslek oluşunun yanında sanat sayılan ve hatta bazen sanat yönü ağır basan eczacılığın ve eczacıların dünya sanatında ve sanat tarihinde önemli bir yeri vardır.

Bu konu genel olarak sağlık ve sanat arasındaki bağlantıların işlendiği konularda yer almaktadır. Bu konuyu sadece eczacılığa indirgediğimiz zaman çerçeveye daha da daralmakta.

Dünya sanat tarihinde derin izler bırakmış birçok eczacı vardır. Bu eczacılar sanatın farklı alanlarında farklı izler bırakmışlardır. Bu izleri incelediğimiz zaman eczacılık mesleğinin ve öğretilerinin eserlerine yansıdığı görülür. Mesela eczacı ressamlardan Carl Spitzweg, John White, Adrien Recouvreur'un eserlerinde kimya ve botanik bilgilerinin izleri görülür.

Edebiyata baktığımız zaman ise eczacı bir yazar olan Canan Tan'ın "eczacı olmasam yazamayacağım kitaplar vardı." dediğini ve gerçekten de eserlerinde eczacılık mesleğinin yansımalarını görürüz. Eczacı olup da edebiyatımızı etkileyen iki başka yazar da Erendiz Atasü ve Melih Ziya Sezer'dir. Dünya edebiyatında ise bilindik bir yazar olan Agatha Christie'nin de içinde bulunduğu birçok eczacı yazar şair vardır.

Eczacı sanatkarlardan başka da eczacılık sanatının ve öğretilerinin dünya sanatına yansımaları görülür. Haldun Taner'in 'Fazilet Eczanesi'nde Max Maurey'nin 'Eczacı' adlı komedisinde veya Salvador Dali'nin heykellerinde eczacılığın yansımaları görülmektedir ve bu örnekler daha da uzar gider.

Sonuçta toplumun bu kadar iç içe olan bir mesleğin sanatla da bu kadar iç içe olması şaşırtıcı değildir...



Bir millet sanattan ve sanatkârdan mahrumsa tam bir hayata malik olamaz. Böyle bir millet bir ayağı topal, bir kolu çolak, sakat ve alil bir kimse gibidir. Sanatsız kalan bir milletin hayat damarlarından biri kopmuş olur.

H. Atatürk

ENGELSİZ ECZANE

SÜMEYYE KESKİN

Konuşan ilaç kutuları görme engellilerin hayatını kurardı



“Engelsiz İlaç Projesi” pilot il olan İzmir’de uygulanmaya başlandı. Projenin ilaçlara verilen numaraların kabartma etiketle ilacın üzerine yapıştırılması ve ilaçla ilgili bilgilerin kaydedildiği özel üretilmiş sesli kutular aracılığıyla görme engellilere ulaştırılmasını içerdiğini belirtildi.

Çalışma sayesinde engellilerin hem doğru ve etkili ilaç kullanabildiğini hem de yanlış ilaç kullanımından doğabilecek ölümcül tehlikelerden korunduğunu aktarıldı.

Proje gönüllüsü eczacı Barış Özgen ise projenin görme engellilerin sağlık risklerini azaltması yönünde çok faydalı olduğunu, engelli hastaların başkalarına bağımlı olmaktan kurtulduğunu söyledi. Özgen, engellilerin uygulamadan çok memnun olduğunu belirterek, “Hasta, ilacın son kullanma tarihinin dolup dolmadığını bilemediği için tedaviyi yarım bırakıyordu. Yanında birisi olmadığı zaman doğru ilacı kullanamıyordu. Bu projeye hem halk sağlığını hem de kamu yararını düşünmüş oluyoruz. Amacımız, Sosyal Güvenlik Kurumunun kamu yararına bunu ödeme kapsamına alıp tüm Türkiye’ye yayması.” dedi. Doğuştan görme engelli 59 yaşındaki Ferhat Dönmez ise projeden önce ilaçları el yordamıyla boyutlarını karşılaştırarak tanımaya çalıştığını, projeye birlikte ilaç kullanımı konusunda zorlanmadığını ve zaman kazandığını kaydetti.

Dönmez proje için “Böbrek rahatsızlığım vardı, ilaçlarımı arkadaşlar yazdırmışlar getirdiler. 5-6 kalem ilaçtı. Arkadaşlarım ‘nasıl kullanacaksın?’ dedi. Hepsı birbirinden farklı boyutta ilaçlar. Elle inceliyorsun anlamaya çalışıyorsun. İlaçların son kullanma tarihini bilmiyorsunuz. Bu proje o farkı kapattı. Ses kayıt cihazında ilaçla ilgili tüm bilgileri dinliyoruz. Son kullanma tarihini öğreniyoruz, süresi geçen ilaçları uzaklaştırıyoruz.

Sağlık Bakanlığı bu aletleri ilaç kapsamına alıp Sosyal Sigortalar Kurumu’nun vermesi gerekiyor. Diğer illere de bu şekilde ulaşmalı.” İfadelerini kullandı.

DUDAK OKUYARAK ECZACILIK FAKÜLTESİNİ BİTİRDİ



İzmir’de eczacılık yapan işitme engelli Işıl Soyak, 4 yaşındayken ABD’de aldığı eğitim sayesinde dudak okuyarak konuşup mesleğini yapabiliyor. Soyak, “Konuşma şeklim insanlara farklı geldiği için bazı müşteriler beni yabancı zannediyor. Bazıları İngilizce konuşmaya çalışıyor. Ben de ‘hayır, işitme engelli bir Türk’üm’ diyorum” dedi

Doktor bir anne ve yüksek inşaat mühendisi bir babanın kızı olarak dünyaya gelen 55 yaşındaki Işıl Soyak’ın işitme engelli olduğu, 1 yaşındayken dedesi tarafından fark edildi. Ailesi onu İstanbul’daki işitme engelliler okuluna kayıt ettirmek istese de, burada sadece işaret dili öğrenebileceğini ve sadece işaret dili bilenlerle anlaşabileceğini anlayınca bu karardan vazgeçti. Tam bu sırada babasının arkadaşlarının önerisi ile Soyak ailesi, ABD’deki işitme engelliler okulu City School for Deaf Children’in yolunu tuttu. Burada Verbo Tonal denilen teknikle dudak okuyarak karşısındakinin konuşmalarını anlayan ve bir süre sonra da duymamasına rağmen konuşmaya başlayan Işıl Soyak, eğitimin ardından Türkiye’ye döndü.

Soyak, işitme engelli olması sebebiyle tıp fakültesinde okuma hakkı elde edemese de Ege Üniversitesi Eczacılık Fakültesi’ne yazıldı ve dudak okuyarak üniversiteden mezun oldu. Soyak, 2011 yılında da kendine ait eczanesini açtı.

Dünyanın ilk işitme engelli eczacısı olan Soyak İzmir’deki eczanesinde hastalara deva; sosyal projeleriyle de iyilik dağıtıyor.²

Kaynakça

¹www.aa.com.tr\04.12.2016

²www.haberturk.com\08.03.2018

ERÜ ECZACILIK FAKÜLTESİ MEZUNLAR DERNEĞİ'NDEN KAHVALTI BULUŞMASI

DOÇ. DR. M. BETÜL YERER AYCAN



Eczacılık Fakültesi Mezunlar Derneğimiz bu yıl ilk kez Dernek Başkanı Sayın Doç. Dr. M. Betül YERER AYCAN'ın öncülüğünde kahvaltı buluşması gerçekleştirdi. Shakespeare Coffee & Bistro Köşk Kayseri'de düzenlenen kahvaltıya, Dernek Başkan Yardımcısı Doç. Dr. Yeşim AKTAŞ, Yönetim Kurulu üyelerimiz Dr. Öğr. Üyesi Gökçe ŞEKER KARATOPRAK, Dr. Öğr. Üyesi Çiğdem YÜCEL, Dr. Öğr. Üyesi Eren DEMİRPOLAT ve Dr. Öğr. Üyesi Ayşe Kübra KARABOĞA ARSLAN, Arş. Gör. İsmail ÇELİK ve birçok mezunumuz katıldı. Üyelerimiz ve mezunlarımızın buluşması için planlanan ve geleneksel hale gelmesine karar verilen buluşma fotoğraf çekiminden sonra sona erdi.

Buluşmamıza katılarak kahvaltımızda bizi yalnız bırakmayan bütün mezunlarımıza ve yakınlarına teşekkür ederiz.

Doç. Dr. M. Betül YERER AYCAN

MATCH THE WORDS

BAŞAK YAĞMUR



1)Anticoagulant

2)Antianginal

3)Thrombophlebitis

4)Arteriosclerosis

5)Diarrhea

6)Constipation

7)Atherosclerosis

8)Oral glucose tolerance test

9)Anorexia

10)Antibiotic

11)Diuretic

12)Secondary hypertension

13)Cathartic

14)Convulsion

15)Immunity

16)Antibody

17)Antibiotic ophtalmic solution

18)Goiter

19)Arrhythmia

20)Tinnitus

a)any of several kinds of irregularity or loss of rhythm of the heartbeat

b) abnormal noise or sound in the ears

c)enlargement of the thyroid gland caused by thyroid dysfunction,tumor, lack of Iodine in the diet or inflammation

ç)process of disease protection induced by exposure to an antigen

d)antimicrobial agent in solution to treat bacterial infections such as conjunctivitis

e)to pull together ;type of seizure that causes a series of sudden,involuntary contractions of muscles

f)measurement of the body's ability to metabolize carbohydrates by administering a prescribed amount of glucose after a fasting period,then measuring blood and urine for glucose levels every hour thereafter for 4-6 hour

g)drug that causes movement of the bowels; also called a laxative

h)high blood pressure caused by the effects of another disease(e.g., kidney disease)

i)loss of appetite

i)frequent loose or liquid stools

j)hardening of arteries

k)hardening of arteries with -cholesterol- like plaque

l)infrequent or incomplete bowel movements characterized by hardened dry stool that is difficult to pass

m)inflammation of a vein associated with a clot formation

n)drug that kills or inhibits the growth of microorganisms

o)drug that increases the secretion of urine

ö)drug that dilates coronary arteries,restoring oxygen to the tissues to relieve the pain of angina pectoris

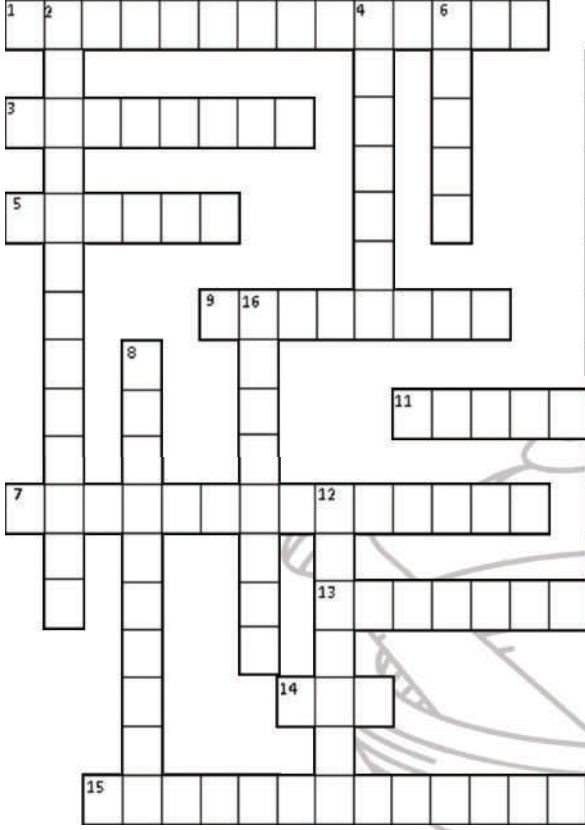
p)drug that prevents clotting of the blood

r)a substance produced by the body that destroys or inactivates an antigen that has entered the body

1-p	2-ö	3-m	4-j	5-i
6-l	7-k	8-f	9-i	10-n
11-o	12-h	13-g	14-e	15-ç
16-r	17-d	18-c	19-a	20-b

BULMACA

ELİF CİVELEK



YUKARDAN -AŞAĞI

- 2.Doza bağımlı olmayan, mekanizması bilinmeyen aşırı duyarlılık gösterme durumu
- 4.Bir başkasının diploması ile eczane açma işletme durumu
- 6.Bitkisel çay
- 8.Molekülün farmakolojik aktiviteden sorumlu bölgesi
- 10.Uçucu yağların sabit yağlarda çözünme özelliğinden yararlanılarak uçucu yağ elde etme yöntemi
- 12.Uykusuzluk.
- 14.İyi üretim uygulamaları.
- 16.Bir droğun çözücünde çözünen kısımlarının alınması işlemi.

SOLDAN -SAĞA

- 1.Gelişmiş bilgi işlem tekniklerini kullanarak biyolojik verileri analiz etme ve yönetme bilimi.
- 3.Hazımsızlık .
5. Bir ilacın tedavi edici etkisi ile bu etkiyi oluşturmak için gerekli doz arasındaki ilişki .
- 7.Vücutta ilacın emilim ,dağılım ,metabolizma ve atılım olaylarını nicel olarak ve özellikle zaman boyutları içinde inceleyen farmakoloji dalı.
- 9.Hastalık nedenini ortadan kaldırılmadan ,seyreden patolojik olayların baskılandığı tedavi şekli.
- 11.Mikroorganizmaları öldürmek için kullanılan antiseptik veya dezenfektan madde.
- 13.Eski dilde eczacı.
- 15.Ameliyattan önce hastayı genel anesteziye ve ameliyata hazırlamak için yardımcı ilaçlar ile yapılan rahatlatıcı uygulama.

“ Güne **erken** başla,
erken yemeğe başla,
metabolizman **erken** çalışmaya başlasın. ”



Bu Kadar Çok İlaç Değil, Doğru İlaç İyileştirir.

Sağlığınız için doktorunuzun reçetelediği ilacı eczacınızın danışmanlığında belirtilen süre ve miktarda kullanın. Sağlığınıza kavuşun.



www.akilciilac.gov.tr
www.saglik.gov.tr

