

ALZHEIMER HABER



*Yaşam Evlerini
çoğaltmalıyız...*



Yazışma Adresi:
Halaskargazi Caddesi Akdoğan
Apt. No. 49 Kat: 4
Daire: 4 Harbiye, İSTANBUL

Telefon: (0212) 224 41 89
Faks: (0212) 296 05 79
E-posta: alzheimer@alzheimerderneği.org.tr

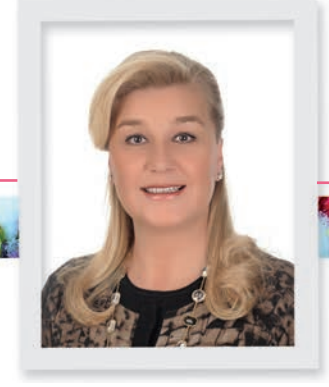
Alzheimer Bilgi Hattı:
0800 211 80 24

Alzheimer Danışma Hattı:
0800 261 78 40

www.alzheimerderneği.org.tr

- 2 Editörden
- 3 Alzheimer Kamuoyu Araştırması sonuçları
- 4 Dünya Alzheimer Günü'nde Derneğimiz görev başında
- 6 Alzheimer hastalarına doğru yaklaşım ve iletişim Doç. Dr. Aynur Özge
- 7 Hasta Yakınları Kursu 16 Mart günü yapılacak
- 8 Evde hasta bakım hizmeti alabilirsiniz
- 8 Genel Müdürümüz Fügen Kural Japonya'daydı
- 9 Alzheimer Yaşamevi'nde bir gün
- 12 Hasta yakını mektubu
- 13 Söyleşi: Hasta yakını Gül Karaca
- 14 "Doktorum" programında anlamlı paylaşımlar yaşandı
- 16 Etkinlikler
- 17 Haberler
- 18 Maslak Kasrı'nda Çarşamba buluşmaları
- 19 Kongreler ve sempozyumlar

Editörden



*Benjamin Franklin: Öliir ölmez unutulmak istemiyorsanız,
ya okumaya değer eserler yazın yahut da yazılmaya değer işler başarın.*

Değerli Okurlarımız,

Bu sayıdaki yazıma sizlere, mayıs ayında açılışını yaptığımız Gündüz Bakım Evimizin yasal işlemlerini tamamlayarak ruhsatımızı aldığımız müjdesini vererek başlamak istiyorum. Umarız Gündüz Bakım Evini yazılmaya değer başarılı bir iş olarak görmemize hak verirsiniz.

Gündüz Yaşam Evine hasta kabulüne başladık. Yapacağımız rehabilitasyon çalışmalarıyla hastalarımızın bilişsel becerilerine katkı, hayatlarına renk ve destek sağlamayı, hasta yakınlarımıza da gözleri arkada kalmadan hastalarını bırakabilecekleri bir yuva sunmayı diliyoruz. Nitekim Gündüz Yaşam Evinden görüntülerin ve etkinliklerin aktarıldığı yazıları okuduğunuzda, sizlerin de bu duyguları paylaşacağınıza inanıyoruz. Gündüz Yaşam Evimizin, diğer yerel yönetimlere de örnek olmasını ve her ilçe sınırları içerisinde bir bakımevi açılmasını umuyoruz. Ancak o zaman, attığımız bu temelin amacına ulaştığını düşünerek mutlu olacağız.

Alzheimer artık Sağlık Bakanlığı'nın da gündeminde yer alıyor. Haziran ayı başında yapılan Yaşlı Sağlığı Politika Geliştirme Çalıştay'ında, Türkiye Alzheimer Derneği olarak, oluşturulacak sağlık politikalarında Alzheimer Hastalığı için kanun ve hizmetlerin yer alması konusunda önerilerde bulunmak, ihtiyaçların giderilmesi ve amaçların gerçekleştirilmesi için katkıda bulunmak bizler için çok anlamlıydı.

Alzheimer bu sene Lions Dernekleri için de, sağlık konusunda ana başlığı teşkil ediyor. Demek ki, artık toplumumuz bu hastalıkla ilgili daha bilinçlenmesi gerektiğinin farkında. Türkiye Alzheimer Derneği olarak bizlerden istenen bilgi paylaşımı konusunda, Lionslara destek vermekten mutluluk duyuyor, ortak projelere imza atmayı diliyoruz.

21 Eylül Dünya Alzheimer Günü etkinlikleri çerçevesinde, Dernek Başkanı Prof. Dr. Murat Emre ve Başkan Yardımcısı Işın Baral Kulaksızoğlu TV'de canlı yayında oldukça etkileyici bir programa çıkarak bilgi aktarımında bulundular. Bu program, hasta yakınlarıyla yapılan muayene ve kontrol amaçlı test uygulamasıyla oldukça ses getirdi.

Türkiye Alzheimer Derneği, bu sene bir ilke daha imza attı. İstanbul polisine Zeytinburnu'ndaki Polis Eğitim ve Kongre Merkezi'nde, Alzheimer Hastalığı'nı tanıma ve hastalara uygun yaklaşımı sağlama konusunda Dernek Başkanı Prof. Dr. Murat Emre ve Başkan Yardımcısı Işın Baral Kulaksızoğlu tarafından eğitim verildi. Polis merkezleri, grup amirlikleri ve Toplum Destekli Polis Şube Müdürlüğü'nde görevli 250 polis memurunun katıldığı eğitimde, hastalık konusunda

genel bilgilerin yanı sıra, Alzheimer hastalarıyla diğer akıl hastaları arasındaki farklar, kaybolma vakalarının sık yaşandığı hastalara polisin yaklaşımının nasıl olması gerektiği konusunda bilgilendirme yapıldı. Bu çalışmanın tüm Türkiye genelinde yapılmasını bekliyoruz.

Dünyanın en büyük 4. araştırma grubu olan çokuluslu GfK Grubu ile Derneğimizin, Alzheimer Hastalığı'nın ve Derneğin bilinirliği konusunda yaptığı, detaylarını içerikte bulacağınız araştırmada, daha yolun başında olduğumuzu ve kat edilmesi gereken çok mesafe olduğunu gördük. Bunun için toplumumuzda herkesin bilgilendirme konusunda vereceği önemli destekleri olduğuna inanıyor ve yanımızda yer almanızı bekliyoruz.

Bilinirliği artırmaya katkı sağlayacağına inandığımız bir diğer etkinliğimiz ise İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü ile ortaklaşa olarak düzenlediğimiz Kompozisyon (Anı) Yarışması. Jüride çocuk edebiyatının önemli isimlerinden Gülten Dayıoğlu ve araştırmacı yazar Sunay Akın da yer alıyor. Gençlere, bu hastalığa yakalanan büyükleriyle sağlıklı iletişim kurabilmelerini sağlayacak bilgileri aktarabilmek, bunamanın bir hastalık olduğunu anlatmak, yaşlılara sevgilerini verebilmeleri konusunda yönlendirebilmek amacıyla düzenlenen yarışmanın ödülleri, 15 Mart 2012 tarihinde 2. Ulusal Alzheimer Kongresi'nde, Harbiye Askeri Müzesi'ndeki açılış töreninde verilecek.

Hasta yakınları bilgilendirme ve destek toplantıları son hızıyla devam ediyor. Devam eden bir diğer etkinliğimiz ise, "Evlere Hasta Bakıcı veya Hemşire Gönderme" hizmetimiz. İhtiyacı olan hasta yakınlarından aldığımız teşekkür telefonları sayesinde, doğru yolda olduğumuzu görmek bizleri mutlu ediyor.

Geçen sene ilkini gerçekleştirdiğimiz Alzheimer Kongresi'nin ikincisini 15-18 Mart 2012'de Harbiye Askeri Müze'de yapıyoruz. Bilimsel program yine, Demans ve Alzheimer Hastalığı odaklı panel ve konferanslardan oluşacak, ana programa ek olarak "Demans Şüphesinde Nöropsikolojik Değerlendirme", aile hekimleri için "Aile Hekimliği Pratiğinde Demans: Tanı, Bakım ve Yönetimi" ve hasta yakınlarına yönelik "Hasta Yakınları için Bilgilendirme ve Bakım" kursu gerçekleştirilecek. Kongre katılımlarınızla zenginleşecek, paylaşımlarınızla başarıya ulaşacaktır. Parmak izlerimizin, dokunduğumuz hayatlardan silinmemesi dileğiyle, yeni yılın herkese sağlık huzur ve mutluluk getirmesini diliyoruz.

Fügen Kural
T.A.D.
Genel Müdürü

Alzheimer Kamuoyu Araştırması sonuçları Dünya Alzheimer Günü'nde açıklandı

Türkiye Alzheimer Derneği ve GfK TÜRKİYE işbirliği ile gerçekleştirilen Alzheimer Kamuoyu Araştırması sonuçları 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü'nde açıklandı. Kantitatif araştırma kapsamında Türkiye'nin kentlerini temsil eden 14 ilde 15 yaş ve üzeri bin 462 kişi ile yüz yüze görüşüldü. Kalitatif araştırma kapsamında ise, kamuoyu ve hasta yakınları ile dört odak grup tartışması; hekimler, çeşitli dernek çalışanları ve gönüllüleri ile sekiz derinlemesine görüşme gerçekleştirildi.

Dünya
Alzheimer
Günü



1 – Kantitatif araştırma bulguları

Bunama yaşlılıkta normal karşılanıyor: Alzheimer Hastalığı'nı bildiğini söyleyen katılımcıların yüzde 83'ü yaşlılıkta bunamanın normal olduğunu belirtiyor.

Alzheimer Hastalığı olan tanıdıklar: Katılımcılara yakın çevresinde Alzheimer Hastalığı olan bir tanıdığı olup olmadığı sorulduğunda ise, yüzde 20 oranında "evet var" cevabı alınırken, bunların yüzde 32'si bu kişiyi "1. derece akraba", yüzde 17'si ise "komşu" olarak tanımlamıştır.

Hastalık ve tedavisi hakkında bilgi düzeyi:

Katılımcıların yarısı Alzheimer'ın genetik bir hastalık olduğunu düşünmektedir. Alzheimer Hastalığı'nı bilen katılımcıların yüzde 83'ü Alzheimer Hastalığı'nın tedavisi bulunmadığını ve sadece ilerlemesinin yavaşlatılabileceğini söylemiştir.

Hastalığın tedavisinde sorumlu görülen kurumlar:

Alzheimer Hastalığı'nı bilen katılımcılardan yüzde 82'si, hastalıkla ilgili sorumluluğun kimde olduğu sorusuna "Devlet-Sağlık Bakanlığı kurumları" cevabını verirken, katılımcıların yüzde 62'si ise, "kişinin kendi ailesi" cevabını vermiştir.

Devlet Alzheimer hastası yakınlarına nasıl destek olabilir?:

Alzheimer Hastalığı'nı bilen katılımcılardan yüzde 66'sı bu soruyu "bilinçlendirme eğitimleri" diye cevaplamıştır. Yüzde 56 oranında ise, "düzenli maddi destek ve evde ücretsiz bakım olanakları" cevabı verilmiştir.

2 – Kalitatif araştırma bulguları

Bu çerçevede hastaların ve bakım verenlerin yaşadıkları en büyük zorluklar şöyle sıralandı:

Teşhis ve bilgi edinme aşaması: Hasta yakınlarının hekimlerinden teşhis sonrası almadıkları bilgiyi kendi başlarına internetten, sağlık programlarından ve sosyal çevreden araştırdıkları anlaşılmıştır. Bu nedenle özellikle hasta yakınlarının dağınık bilgilere sahip olduğu ve bu eksiklik nedeniyle bakım verirken zorlandıkları noktaların çaresizliğe dönüşmesine sebep oldukları görülmüştür.

Tam zamanlı bir bakım sağlama zorunluluğu:

Bakıcıların çok masraflı olması, bu nedenle aile bireylerinin bakımı üstlenmesi. Bakım veren kişi bekar değilse veya çalışıyorsa kendi rutini geri döndürülemez bir şekilde etkileniyor. Hasta yakınlarının çoğunun bu teşhisin ardından yaşanan süreçte, çaresizlik ve her şeye yetişme telaşı nedeniyle depresyona girdiği ve sakinleştirici ilaçlar kullanmaya başladığı görülmüştür.

Bakım veren kardeş veya akrabaların anlaşmazlıkları:

Kimin daha çok veya daha az baktığı ve yine bakım verme süresi kardeşler arasında anlaşmazlıklara yol açıyor. Hasta yakınlarının bu süreçte özellikle kendi aileleri ile sorunlar yaşamaya başladıkları ve bu sorunların üstesinden gelmek için her iki taraf için de daha fazla fedakârlık göstererek içinde bulundukları çaresizliği atlattırma çalışmaları gözlemlenmiştir. Bu nedenle hasta yakınlarının psikolojik açıdan hastadan daha zor durumda olduğu aşikârdır.

Hastanın günlük rutininin tek bir kişi tarafından sağlanması:

Tualete götürme, yemek yedirme veya banyo yaptırma gibi sorunlar bakım veren kişinin hem fiziksel hem de ruhsal gücünü zorluyor.

Lojistik ihtiyaçlar: Hasta ileri evredeyse bez veya mama, tekerlekli sandalye gibi ihtiyaçlarını belirsiz bir süre için karşılamak maddi olarak önemli bir sorun haline geliyor.

Hastanın sosyalleşme ihtiyacı: Bakım verenler tek başlarına hastanın günlük rutini sağlamaya çalışırken sosyalleşme ihtiyacını göz ardı edebilmektedirler. Bu durum aslında bakım verenlerin tek başına tam bir gün içinde ancak rutin gereklilikleri sağlayabilecek kapasitede olmalarından kaynaklanmaktadır. Bu nedenle bakım verenler özellikle erken evre hastaların sosyal ihtiyaçlarını ikinci plana atmak zorunda kalmışlardır.

Dünya Alzheimer Günü'nde Derneğimiz görev başında

Türkiye Alzheimer Derneği, Alzheimer Hastalığı'na dikkat çekmek ve hastalıkla ilgili farkındalık yaratmak amacıyla 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü'nde Şişli Alzheimer Gündüz Yaşam Evi'nde bir Basın Toplantısı düzenledi.

Dünya
Alzheimer
Günü



Toplantı, Türkiye Alzheimer Derneği Başkanı Prof. Dr. Murat Emre, Başkan Yardımcısı Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu ve Şişli Belediyesi Başkan Yardımcısı Kahraman Eroğlu'nun katılımıyla Türkiye Alzheimer Derneği'nin Şişli Belediyesi iş birliğiyle Okmeydanı'nda açtığı Alzheimer Gündüz Yaşam Evi'nde gerçekleşti. Türkiye Alzheimer Derneği Başkanı Prof. Dr. Murat Emre toplantı sırasında yaptığı konuşmada, "Ülkemiz nüfusunun giderek yaşlanmasıyla yaşlılığın en sık hastalıklarından Alzheimer Hastalığı'nın önemi giderek artıyor. Türkiye'de yaklaşık olarak 400 bin Alzheimer hastasının olduğu tahmin ediliyor. Erken teşhisin büyük bir önem taşıdığı hastalıkla ilgili halkı bilgilendirmenin ve gelişmelerin duyurulmasının son derece önemli olduğunu düşünüyoruz" dedi.

Alzheimer hastalarının hayatlarını kolaylaştırmak, sosyalleşmelerini sağlamak ve hasta yakınlarına yardımcı olmak amacıyla Şişli Belediyesi işbirliğiyle "Alzheimer Gündüz Yaşam Evi"ni kurduklarını ve hizmete açtıklarını söyleyen Prof. Dr.

Murat Emre, "Derneği kurduğumuz

ilk günden beri Alzheimer hastalarının yaşam kalitesini yükseltmeyi amaçlıyoruz. Türkiye Alzheimer Derneği, hasta yakınlarına destek olmak amacıyla evde bakım, hasta yakını eğitimleri, sertifikalı hasta bakıcı kursu ve çay saatleri gibi birçok etkinlik düzenliyor. Ayrıca hastalıkla ilgili bilinmeyenlerin duyurulması amacıyla Türkiye'de bir ilk olarak Ulusal Alzheimer Kongresi'ni düzenliyor. Her yıl projelerine bir yenisini ekleyen Dernek, Alzheimer hastalarının ve hasta yakınlarının yaşam kalitelerini yükseltmeyi ve hastalıkla ilgili farkındalık yaratmayı amaçlıyor" dedi.

Dünyada altıncı en sık ölüm nedeni

Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu, Dünya Alzheimer Günü nedeniyle yaptığı açıklamada, Türkiye'de Alzheimer Hastalığı'nın sık görüldüğünü ve ailelerin stres

altında bulunduğunu belirtti.

Alzheimer'ın, unutkanlıkla başlayan, kişinin zihinsel yetilerini elinden alan ve bakıma muhtaç duruma getiren bir hastalık olduğuna dikkati çeken Kulaksızoğlu, bu hastalıkta aynı zamanda pek çok psikiyatrik belirtinin bir arada görülebildiğini ve hem hastanın hem de ailenin yaşam kalitesinin ciddi derecede düşebildiğini vurguladı.

Kulaksızoğlu, nüfusun yaşlanmasına paralel olarak giderek artış gösteren hastalığın, dünyada altıncı en sık ölüm nedeni olduğuna dikkati çekti. Her yıl bu hastalığın dünyaya yaklaşık 605 milyar dolara mal olduğunu dile getiren Kulaksızoğlu, "Bu rakam tüm dünya bütçesinin yüzde birini oluşturmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre Türkiye 2050 yılında dünyada en fazla Alzheimer hastası olacak dört ülkeden biridir" ifadesini kullandı.

Ülkede yaklaşık 400 bin Alzheimer hastası bulunduğunu, bu hastaların aileleri de hesaba katıldığında hastalığın çok geniş bir kitleyi ilgilendirdiğini belirten Kulaksızoğlu, bir araştırmaya göre hastaların yüzde 75'inin hastalık hakkında bilgi sahibi olmadığını, hastaya bakım verenlerin yüzde 27'sinde ciddi depresyon ve tükenme bulunduğunu bildirdi.

Bakımevlerinin çoğalması gerek

Alzheimer hastalarının en az yüzde 50'sinin tanı ya da tedavi almadan hayatını kaybettiğini belirten Kulaksızoğlu, aynı araştırmaya katılanların yüzde 83'ünün yaşlanınca bunamanın "normal" olduğu düşüncesi taşıdığını kaydetti. Kulaksızoğlu, "Ülkemizde yaşlı sağlığı ve artacak olan Alzheimer Hastalığı için politikalar ve uygulamalar geliştirilmesi, ilgili sivil toplum örgütlerinin aktivitelerini artırması acil ihtiyaçtır" diye konuştu.

Şişli Belediyesi Başkan Yardımcısı Kahraman Eroğlu ise, bakımevlerinin önemine değindi. Alzheimer hastalarının günlük ihtiyaçlarını ve bakımlarını üstlenecek merkezlere büyük bir ihtiyaç olduğunu belirten Eroğlu, Alzheimer Derneği ile birlikte açmış oldukları "Şişli Alzheimer Yaşam Evi"nin bu ihtiyacı karşılamak konusunda önemli bir adım olduğunu belirterek bu tarz yerlerin çoğaltılması için çalışmaların sürdürüleceğini kaydetti.



İstanbul polisine Alzheimer eğitimi *İstanbul polisine Alzheimer Hastalığı'nı tanıma ve hastalara uygun yaklaşımı sağlama konusunda eğitim verildi.*

Eylül 2011 tarihinde Zeytinburnu'ndaki Polis Eğitim ve Kongre Merkezi'nde, her yıl 21 Eylül'de kutlanan Dünya Alzheimer günü öncesi düzenlenen eğitime, polis merkezleri, grup amirlikleri ve Toplum Destekli Polis Şube Müdürlüğü'nde görevli 250 polis memuru katıldı.

Türkiye Alzheimer Derneği Başkanı Prof. Dr. Murat Emre ve Başkan Yardımcısı Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu tarafından verilen eğitimde, hastalık konusunda

genel bilgilerin yanı sıra, Alzheimer hastalarıyla diğer akıl hastaları arasındaki farklar ve kaybolma vakalarının sık yaşandığı hastalara polisin yaklaşımının nasıl olması gerektiği konusunda bilgilendirme yapıldı.

'Alzheimer Sahnede' finali oynandı *Türkiye Alzheimer Derneği, Novartis ilaç firması ve Ali Poyrazoğlu işbirliğiyle Nisan ayında hayata geçirilen "Alzheimer Sahnede" projesinin final*

oyunu, 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü vesilesiyle Kozzy Alışveriş ve Kültür Merkezi Gazanfer Özcan Sahnesi'nde oynandı.

İstanbul ve İzmir'de sahnelenen ve bir Alzheimer hastasının ve ailesinin; hastalığın başlangıcından, ileri evreye ulaştığı sürece kadar yaşadıklarını konu alan tiyatro oyunu "Alzheimer Sahnede"nin kapanışı da gerçekleşti. Poyrazoğlu, "Geçtiğimiz Nisan ayında başlattığımız 'Alzheimer Sahnede' projesiyle bir gün hepimizin başına gelebilecek olan Alzheimer Hastalığı'nı gündeme getirmeyi amaçlayarak yola çıktık. Hastalığın bir ailede yarattığı etkileri gözler önüne sererek hastalığa dikkat çekmek konusunda önemli bir adım attığımızı düşünüyorum" dedi.

"Bir gün hastalığın hepimizin başına gelebilecek olması yaşama daha pozitif, daha yaratıcı bakmamızı sağlıyor ve bizleri daha kendiyile barışık olmaya itiyor" diyen Poyrazoğlu, bu projeye Alzheimer Hastalığı'nın hem hastanın hem de ailesinin gözünden görülmesini sağladıklarını belirtti.

Dünya Alzheimer Günü

Alzheimer konulu kompozisyon yarışması düzenleniyor

İlk öğretim ikinci basamak ve lise öğrencilerinin katılması tasarlanan Alzheimer konulu yarışmayı Türkiye Alzheimer Derneği ve İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü düzenliyor.

Türkiye Alzheimer Derneği, İstanbul İl Millî Eğitim Müdürlüğü ile birlikte İstanbul genelinde "Alzheimer" konulu bir kompozisyon yarışması düzenliyor. 21 Eylül 2011 Dünya Alzheimer Günü vesilesiyle düzenlenen yarışma, ilk öğretim ikinci basamak ve lise öğrencilerine

yönelik olarak tasarlandı. Yarışmada gençlere bu hastalığa yakalanan büyükleriyle sağlıklı iletişim kurmalarını sağlayacak bilgileri aktarabilmek, bunamanın bir hastalık olduğunu anlatabilmek, yaşlılara sevgilerini verebilmeleri konusunda onları yönlendirebilmek hedefleniyor.

Mart ayında yapılacak 2. Alzheimer Kongresi'nde ödül töreninin gerçekleştirileceği yarışmaya katılmak için ilk koşul, 2011-2012 öğrenim yılında orta öğretimde öğrenci olmak.

KOMPOZİSYON YARIŞMASI ŞARTNAMESİ

YARIŞMAYI DÜZENLEYEN KURUM/KURULUŞ:
TÜRKİYE ALZHEIMER DERNEĞİ

YARIŞMANIN KONUSU: ALZHEIMER HASTALIĞI (UNUTULAN BEN!)
YARIŞMANIN AMACI: Gençlere, bu hastalığa yakalanan büyükleri ile sağlıklı iletişim kurabilmelerini sağlayacak bilgileri aktarabilmek, bunamanın bir hastalık olduğunu anlatmak, yaşlılara sevgilerini verebilmeleri konusunda yönlendirebilmek.

TÜRÜ: Kompozisyon, Anı
HEDEF KİTLE: İlköğretim 2. Kademe (6-7-8. Sınıflar), Orta öğretim (meslek liseleri de dahil)

YARIŞMA TAKVİMİ: 21 Eylül 2011 Duyuru Tarihi
15 Aralık 2011 Eserlerin Teslim Tarihi
15 Şubat 2012 Eserlerin Değerlendirilmesi Sonuçların Açıklanması
17 Mart 2012 Ödül Töreni

KATILIM ŞARTLARI: İstanbul dahilindeki resmi, özel ilköğretim 2. Basamak ve lise ve dengi okullarda öğrenci olmak.

YARIŞMA ŞARTLARI: Alzheimer hastası teması işlenecek. Bilgisayar ortamında Yazı tipi: Calibri, Yazı tipi boyutu: 12 olacak 2 iki sayfayı (A4) geçmeyecektir.

Anı tamamen orijinal ve hiçbir yerde yayınlanmamış olacaktır.
İLETİŞİM BİLGİLERİ: Eserlerin sonunda, sağ alt köşede öğrencinin adı, soyadı, sınıfı, okulu, açık adresi, mail adresi, okul ve ev telefonları yazılacaktır. Ve aşağıdaki adrese mail yoluyla gönderilecektir.

E-posta: alzheimer@alzheimerdernegi.org.tr
bilgimerkez@alzheimerdernegi.org.tr

SEÇİCİ KURUL:

Prof. Dr. Işın Baral KULAKSIZOĞLU (Çapa TF Geropsikiyatri ABD Bşk.)
Prof. Dr. Hüseyin YAZICI (İ.Ü. Edebiyat Fak. Dekan Yrd.)
Gülten Dayıoğlu (Yazar)

Sunay Akın (Şair, Araştırmacı Yazar)

ÖDÜLLER: Ödüller 17 Mart Cumartesi günü saat 10:30'da, 2.Ulusal Alzheimer Kongresi'nin, Harbiye Askeri Müzesi'ndeki açılış töreninde verilecektir.

1. olan eser 1500TL
2. olan eser 1000TL
3. olan eser 500TL ile ödüllendirilecektir.

Alzheimer hastalarına doğru yaklaşım ve iletişim



*En uzak mesafe ne Afrika'dır
Ne Çin, ne Hindistan,
Ne seyyareler,
Ne de yıldızlar geceleri ışıldayan...
En uzak mesafe;
iki kafa arasındaki mesafedir
Birbirini anlamayan...
Can YÜCEL*



Doç. Dr. Aynur Özge

Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi
Nöroloji Anabilim Dalı

İletişim, kelime anlamı olarak diğer insanlarla her türlü sözlü ve sözsüz etkileşim kurma anlamına gelen, en az iki insanı gerektiren dinamik bir süreçtir. Temelde kişiler umursanmak, kabul görmek, değerli olmak, yeterlilik ve sevilme gibi var olmanın göstergeleriyle anlaşılacak için iletişim kurarlar. Oysa yaşlılarda gelişen fiziksel değişiklikler nedeniyle kişinin benlik kavramı, kendine güveni ve iletişim yeteneği bozulmuştur. Keza yaşanan çevre ve sahip oldukları sağlık problemleri de bu süreçte olumsuz rol alabilmektedir.

İlerleyici bir beyin hastalığı olan Alzheimer Hastalığı'nda zihinsel fonksiyonlarda başta bellek ve lisan yeteneği olmak üzere yaşanan kayıplar iletişimi bozmaktadır. Zamanla eklenen algılama güçlükleri, eşlik edebilen davranışsal sorunlar, kullanılan ilaçların yan etkileri ve bakım koşullarına ait faktörler de iletişim sorununa yeni halkalar eklemektedir.

Alzheimer hastalarında karşılaşılan iletişim sorunlarına yaklaşırken hastanın hangi evrede olduğuna (hastalık kabaca erken, orta ve ileri evre olmak üzere üç evredir) ve gerek bireysel, gerekse bakım verene ait çevresel özelliklere dikkat etmek gerekmektedir. Sorunları tanımlamak ve pratik çözüm önerileriyle örnek vermek gerekirse;

Sorun 1: Sözlü iletişim bozukluğu

Çözüm önerileri:

- Kendinizi tanıtarak cümleye başlayın.
- Hastaya saygınlığına uygun şekilde hitap edin.
- Göz teması kurun.
- Basit kelimeler, kısa cümleler tercih edin.
- Yumuşak ve sakin bir ses tonu kullanın.
- Cevap garantisi olan sorularla konuşmaya teşvik edin.
- Uzun süreli belleğe ait sorular ile özgüveni destekleyin.
- Sözünü kesmeyin, hatasını düzeltmeyin.
- Soruları cevaplayacak yeterli zamanı tanıyın.

- Dinlerken olumlu beden dili kullanın.
- Bir anda çok fazla bilgi vermeyin.
- Mizah gücünüzü zorlayın.
- Mecazi anlam kullanmayın (örneğin "bu iş benim için çantada keklik" gibi).
- Ortamda gürültü olmasın (Radyo, TV vb. kapatın).
- Konuşmanızı lisan dışı iletişim yöntemleriyle (dokunmak, işaret etmek, mimikler vb) destekleyin.
- Hoş, sakin ve destekleyici olmayı sürdürün. Örneğin, "merak etme her şey yolunda" gibi.
- Söylediklerini dikkatle dinleyin.
- Söylediklerini yavaşça tekrar edin ve önemli kelimeleri vurgulayın.
- Bir kelimeyi hatırlamakta veya cümleyi bitirmekte zorlanıyorsa başka bir şekilde açıklamasını isteyin ya da anlamını tahmin ederek doğru olup olmadığını sorun.
- Seçim yapması gerekiyorsa, "evet" veya "hayır" şeklinde yanıtlayabileceği biçimde soru sorun.
- Bir şey yapmasını istemek işe yaramıyorsa, ona yapacağı şeyi göstermeyi deneyin.
- Hiç yanıt vermese bile iletişimi sürdürmeye ve ilgisini çekmeye çalışın.

Sorun 2: Sizi dinlemiyor, sürekli aynı şeyi tekrarlıyor, adeta kendi dünyasında yaşıyor.

Çözüm önerileri:

- Ortamda kendisini rahat hissetmesi için çaba harcadığınız.
- Görme, duyma ya da damak rahatsızlığı olmadığından emin olun.
- Ağrı, rahatsızlık, hastalık ya da ilaçların yan etkileri akıl karışıklığını artırabilir ve iletişimi zorlaştırabilir. Kontrol edin, danışın, yardım alın.

Sorun 3: Sözlü iletişimde başarılı olunamıyorsa

Çözüm önerileri:

- Sözsüz iletişimi deneyin.
- Gülümseyin, elini tutun veya şefkat belirten davranışlar yapın.

- Direkt olarak ona bakın, size ilgi gösterip göstermediğine dikkat edin. Eğer vücut diliyle sizinle ilgilenmediğini ifade ediyorsa, birkaç dakika ara verin.

Sorun 4: Alzheimer Hastalığı'na bağlı bellek kaybı

Çözüm önerileri:

- Her zaman iletişime kendinizi tanıtarak başlayın.
- Anlaması için ona zaman bırakın.
- Olumlu beden diliyle sürece katkıda bulunun.
- Fotoğrafların üzerine etiket yapıştırmak gibi çözümlerle işi pratikleştirin.
- Eşya ve mekânlara etiket koyun.
- Kafa karışıklığı yapacak eşyaları ortamdan uzaklaştırın.
- Listeler, notlar, takvimler, çalar saatler vs. gibi anımsatıcılar kullanın.
- Kaybolma olasılığına karşı üzerinde bileklik, kolye, giysi etiketi vb. bulundurun.
- Elinizde yenilerde çekilmiş bir resmini bulundurun ki, kaybolma vb. durumlarda ihtiyacınız olacaktır.
- Hastanın zaman zaman farklı yerlerde misafir kalması gerekiyorsa, kullanmaya alışkın olduğu bazı eşyalarını da beraberinde götürmesini sağlayın (örneğin; yatak örtüsü, yastık, resimler gibi).

Sorun 5: Alzheimer Hastalığı seyrinde görülen davranış problemleri (Hırçınlık, saldırganlık, ısrarcılık, uygunsuz davranışlar, hayal görme, sanrılar, uyku bozuklukları, duyarsızlık, içe kapanma vb.)

Çözüm önerileri:

- Problem hastalıktan kaynaklanıyor, hastadan değil!!! Bu gerçeği kabul edin.
- Her koşulda olabildiğince sakin olun.
- Suçlamaları veya uygunsuz talepleri kesinlikle üzerinize alınmayın.
- Suçlamayın, suçlanmayın ve kendinize bunun hastalıkla ilgili olduğunu sürekli hatırlatın.
- Olaylar veya sözleri hastanın geçmiş kişiliği ya da yaşanan olaylarla ilişkilendirmeyin.
- Ona sorunu algılaması ve sizinle işbirliği yapması için zaman tanıyın.
- Aktif veya pasif olarak cezalandırmayın.
- Mizah gücünüzü yardıma çağırın.
- Olayın gerçekçi bir sebebi olabilir. Örneğin; açlık, susuzluk, engellenmişlik, can sıkıntısı, mahremiyeti koruma isteği veya yalnızlık korkusu gibi.
- Dış uyaranları azaltın.
- Her koşulda onu anladığınızı hissettirin.
- Becerebiliyorsanız konuyu değiştirin
- Ortamı yeniden düzenleyin:
 - Televizyonu fişten çekin
 - Gerekliyse aynaları kapatın
 - Resimleri ortadan kaldırın
 - Gereksiz/zarar verebilecek eşyaları ortadan kaldırın.
- İş-uğraş etkinlikleri vb ile dikkatini başka yöne çekin.
- Güven duygusunu her fırsatta pekiştirin.
- Kendinizi ve hastayı rahatlatıcı (meditasyon, gevşeme egzersizleri, aromaterapi, masaj vb.) yöntemleri her fırsatta dikkate alın.

Hasta Yakınları Kursu 16 Mart günü yapılacak



2012 yılında ikincisi düzenlenecek olan Ulusal Alzheimer Kongresi kapsamında Hasta Yakınları için bir eğitim programı uygulanması tasarlanıyor. 16 Mart Cuma günü gerçekleştirilecek programın başlığı "Hasta Yakınları için Bilgilendirme ve Bakım Kursu" olarak belirlendi. Hasta Yakınlarının ücretsiz olarak katılabileceği kursu Türkiye Alzheimer Derneği Gündüz Yaşam Evi düzenliyor.

Hasta Yakınları için Bilgilendirme ve Bakım Kursu

Düzenleyen: Türkiye Alzheimer Derneği Gündüz Yaşam Evi

13:30 AÇILIŞ

13:30-14:00 Türkiye Alzheimer Derneği faaliyetleri
Gündüz Yaşam Evi tanıtımı -
Fügen KURAL

14:00- 14:30 Alzheimer Hastalığı nedir? Tedaviler ne getirir? - Dr. Haşmet HANAĞASI

14:30-14:45 ARA

14:45-15:15 Alzheimer Hastalığı'nda zihinsel, bedensel, sosyal aktiviteler -
Dr. Nurullah YÜCEL

15:15-15:45 Alzheimer hastalarında davranış belirtileri ile başa çıkma -
Dr. Tuğba ÖZEL KIZIL

15:45-16:00 ARA

16:00-16:30 Alzheimer hastalarında beslenme ve gıda seçimi - Dr. Gülistan BAHAT

16:30-17:00 Alzheimer hastaları için ev ve oda düzeni kazaların engellenmesi -
Mimar Zeynep EROL

17:00-17:30 Sorular ve yanıtlar
KAPANIŞ

İstanbul Kayışdağı Darülaceze Müdürlüğü'ne katkılarından dolayı teşekkür ederiz.

Evde hasta bakım hizmeti alabilirsiniz



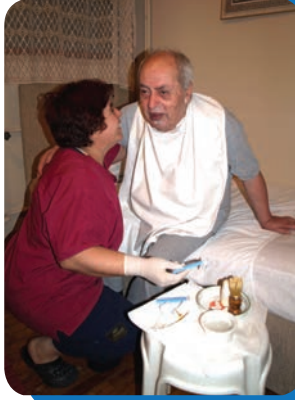
Türkiye Alzheimer Derneği, Novartis ilaç firmasıyla ortak "evde hasta bakım hizmeti" sağlıyor. Bakım hizmetinden yararlanmak için derneğimize başvurunuz.

Tel: 0 212 224 41 89

Alzheimer Hastalığı'nın ileriki evrelerinde hasta yatağa bağımlı olduğu için bakım giderek zorlaşmaktadır. Hasta yakınlarına bu konuda destek olmak üzere derneğimiz Novartis ilaç firması ile İstanbul'da ortak bir projeye başlamaktadır. Hasta yakınlarının bakımında zorlandıkları, yatağa bağımlı olan hastalara evlerinde hemşirelik ve hasta bakıcılık hizmeti ücretsiz olarak sağlanacaktır.

Eczacıbaşı Sağlık Hizmetleri'nin hemşire ve hasta bakıcıları, ihtiyaca göre belirlenecek olan düzenli hasta ziyaretlerini gerçekleştirecektir. Bu ziyaretlerinde yatağa bağımlı olan hastaların günlük ihtiyaçları olan hijyenik bakımı, ilaçların düzenlenmesi, uzun süreli yatağa bağımlı hastalarda görülen yolların tedavisi, nefes egzersizleri vb. hizmetleri gerçekleştireceklerdir.

Hasta evde bakım hizmeti programına katılmak isteyenlere başvuru sırasına göre öncelik verilecektir. Başvuru için internet sitemizdeki başvuru formunu (http://alzheimerdernegi.org.tr/index.php?option=com_jforms&view=form&id=6) doldurup göndermenizi rica ederiz. Başvurunuzun takibi için lütfen dernek merkezimizi arayınız.



'Ben Derneğe çok teşekkür ediyorum'

Eczacıbaşı Hasta Bakım Merkezi'nde görevli Emine Hanım'la evde hasta bakımı üzerine konuştuk.

Hastanızın bakımını yaparken nelere dikkat ediyorsunuz?

En çok dikkat ettiğim husus hastanın düşmemesi. En büyük korkum da bu; bu nedenle özellikle banyoda düşmemesi için çok dikkat ediyorum. Sonra, yarısı varsa mesela iltihap kapmaması için dikkat ediyorum. Banyodan sonra hastanın ilaçlarını, kremlerini yara bölgesine sürüyorum.

Hastaların sizi sevdiği anlaşılıyor, nasıl iletişim kuruyorsunuz?

Gerçekten ben de hastaları çok seviyorum. Yaşı büyük olan erkek hastaları babam gibi görüyorum. Kadın hastaları annem gibi görüyorum. Annesiz de büyüdüğüm için bu hastaların bakımını zevkle yapıyorum. Sevgi ve saygı ile yapınca onlar da karşılığını veriyor.

Kaç yıllık deneyiminiz var?

Ben sekiz yıl yoğun bakımda çalıştım. Dört yıldır da Eczacıbaşı'nda hasta bakım merkezindeyim.

Evde yapılan bakımların hasta ve hasta yakınları açısından ne tür faydaları var?

Ben Dernekte değilim ama hasta ve hasta yakınlarının anlattıklarından öğrendiğim, Derneğin birçok faydası var. Ben Derneğe çok teşekkür ediyorum. Gerçekten maddi durumu zayıf olan birçok hasta var. Örneğin hasta hastanedeyken doktordan, hemşireden detaylı bilgi alamadığı için; hastaneden çıkınca hasta yakını da hasta da ne yapacağını tam olarak bilemiyor. En basitinden, hasta kabız olmuş, yakını ne yapacağını bilemiyor.

Bir eve gitmiştim, ne yapacağını bilemeyen bir hasta yakını hastayı sırtüstü bir yatağa yatırmış bekliyordu. Ne yapıyorsun dedim, hastayı kaldır dolaştır, dışarıya gezmeye çıkar, hava alsın, bazı insanlar bunları bile yapamıyor. Bazı hastaların ilaçlarının kremlerinin nasıl kullanılacağını, enfeksiyon kapması için dikkat etmesi gerekenleri anlatıyorum.

Yeterince hasta bakıcı var mı?

Eczacıbaşı'nda birçok hasta bakıcı var ama Alzheimer hastalarına ben ve iki arkadaş daha gidiyoruz. Önemli olan işi sevgi göstererek yapmak. Gülerek, onlarla şakalaşarak, şefkat göstererek yapmak çok önemli.

Genel Müdürümüz Fügen Kural Japonya'daydı. Kural'ın sizler için yazdığı mektubu yayımlıyoruz.

Sevgili Üyelerimiz, Japonya'ya seyahatim söz konusu olunca oradaki bir gündüz bakım evini ziyaret etmeyi aklıma koymuştum. Zira kültür olarak bizim toplumumuz ile yaşlıya bakış açısından aynı değer yargılarını taşıdıklarını düşünüyorum ve bizden önce gündüz bakım evleri açmış olmalarından dolayı farklı neler yaptıklarını görmek için sabırsızlanıyordum.

Kyoto'daki özel bir bakım evinden aldığım randevu üzerine yaptığım ziyaretten çok memnun ayrıldım. Zira "Kitayama-dori-Sou" adlı Gündüz Bakım Evi'nden fazlamız var eksliğimiz yoktu. Mekan Japon kültürüne göre ayarlanmış en fazla günde 12 hastaya bakan 50 metrekare bir odadan ibaretti. Her türlü etkinliklerini, rehabilitasyon çalışmalarını bu alanda gerçekleştireyorlardı. En çok da dikkatimi, ihtiyaç duydukları

zaman uyumaları için hazırlanmış 50-60 cm.'lik yükselti olan platformda, döşekleri sererek dinlenmelerini sağlamalarıydı. Sabah 9:00'dan öğleden sonra 15:00'e kadar, gelen hastalarla çeşitli rehabilitasyon çalışmalarının yapıldığı merkez, devlet tarafından sigortası olan hastalardan, ayda 21 kere gelmelerine karşılık 20.000 yen (400TL), sigortası olmayanlardan da günlük 10.000 yen (50TL) gibi bir ücret alıyormuş. Yapılan rehabilitasyon çalışmaları da bizim merkezimizde uyguladığımız çalışmalar ile aynı doğrultuda olup Japonların kültürünü içeriyordu.



‘Sevgi, muhabbet istiyorum; burada mutlu oluyorum’



Şişli’deki Yaşam Evi yedinci ayını geride bırakırken çok anlamlı bir deneyim de biriktirdi. Buradaki çalışmanın sonuçlarını doğrudan hastalarda ve hasta yakınlarındaki olumlu etkileriyle ölçmek mümkün. Şişli’nin gelecekteki diğer gündüz bakım evi pratikleri için örnek oluşturacağını işaretleri şimdiden gözleniyor. Yaşam Evi, hastalar için gerçekten “sevgi, muhabbet ve mutluluk evi” olmuş durumda.

Alzheimer Yaşam Evi geçtiğimiz mayıs ayında Şişli Belediyesi’nin desteğiyle Alzheimer Derneği tarafından açıldı. Kısa sürede yaptığı faaliyetlerle olumlu yankılar yapan, hasta yakınlarından destek alan ve hastaların gelişimine çok önemli katkılar sağlayan Yaşam Evi sorumlusu Ümmügül Geyik, çalışanlardan Hüseyin Demirkan ve Kezban Çetinkaya ile Yaşam Evi’nin çalışmalarını, hasta ve hasta yakınlarına faydalarını konuştu.

Yaşam Evi sorumlusu Ümmügül Geyik

Kısaca Alzheimer Yaşam Evi’ni tanıtır mısınız?

Burası Alzheimer Derneği tarafından Şişli Belediyesi sponsorluğunda 2011 Mayıs ayında açıldı. Şişli Belediyesi’nin bir hayli faydası oluyor bize. Günlük hasta kapasitemiz 15 olur diye düşünüyorduk, şu anda 20 civarı hastamız var. Bu hastaları grup halinde alıyoruz. Bir üç günlük, bir de iki günlük iki grubumuz var.

Buranın esas açılış amacı; hasta yakınlarının evlerinde biraz dinlenebilmelerini, rahat nefes alabilmelerini sağlamaktır. Çünkü Alzheimer hastasına bakmak gerçekten çok zordur. Alzheimer hastalarına bakan kişiler banyoya bile gidemeyecek durumdalar. Dolayısıyla esas amacımız onları rahat ettirmek.

VEZİME YOLDAŞ:
Kötülüğüne giresin
cennete, iyiliğine çıkarsın.

Şunu ekleyebilirim; klinik çalışmalara göre Alzheimer hastaları sadece ilaçla tedavi

edilmemeli. Yapılan araştırmalar, onların hayatlarını güzel ve mutlu geçireceği egzersizler, aktiviteler yapılırsa hastalığın ilerlemesinin yavaşlatıldığını, hatta engellendiğini kanıtladı. Bu nedenle buraya gelen hastalarımız için sabahdan itibaren aktivitelerimiz var, hiç boş zamanımız yok diyebilirim.

Alzheimer hastalarının burada bir günü nasıl geçiyor?

Hastalarımız buraya sabah 9-9.30 gibi geliyor. Malum çabuk unuttukları için önce bir tanışma faslımız oluyor. Ama burayı ve bizleri hatırlıyorlar. Kapıda bizi görünce “A! Biz buraya mı geldik” diyorlar. Yerimizi hatırlıyorlar çok güzel bir şekilde. Ama birbirlerini hatırlamıyorlar.

Önce oturuyoruz bir Türk kahvesi ile başlıyoruz, hem

kahve içiyoruz, hem muhabbet ediyoruz. O faslımız bittikten sonra pasif egzersizlerimiz var, oturduğumuz yerde onları yormadan yapıyoruz. Yaşlıları yormamak lazım, hem sadece Alzheimer hastası olmuyorlar; şeker hastası olan var, tansiyonu olan var, Parkinson olan var. (Ama buraya kabul edilebilmesi için mutlaka Alzheimer olması gerekiyor.) Evet, onları yormadan yaptığımız egzersizler bazen yarım saat, bazen bir saati buluyor. Süre bazen yarım saati geçebiliyor çünkü dikkatleri çabuk dağılıyor. Spor bittikten sonra meyve saatimiz var. Tabii meyveyi yerken, meyve hakkına konuşuyoruz. Kış meyvesi mi, yaz meyvesi mi, nerede yetişiyor bunları konuşuyoruz. Bir şekilde bilgilerini tazelemek, yeni bilgi vermek bunlar hep yaptığımız uğraşlar, aktiviteler. Bunlar boşu boşuna değil, onların akıllarını çalıştıracak, unuttukları şeyleri hatırlatacak, bir kelime daha hatırlatmak için yapıyoruz.

Meyve saatimiz bittikten sonra gazete okuyoruz. Gazeteyle birlikte günlük olayları tartışıyoruz. Gazete okumaktan sıkılanlarla şiir okuyoruz.

Gazete okuma faslımız bittikten sonra yemek saatimiz geliyor. Yemekten önce günlük işlerini unutmasınlar diye mutlaka ellerini yıkıyoruz. Yemekte de yine, “yemek nasıl yapılır” gibi bir sohbet yapıyoruz. Yemek bittikten sonra yemek duası yapıyoruz, yemek bittikten sonra da mutlaka el ve ağızlar yıkıyoruz.

Sonra yarım saat, bir saat dinlenme aramız var. Gündüz burada uyumuyorlar, böylece gece rahat

“Neler yapıyoruz? Oyunlar var, resimler var, çiçekler var. Buradaki oyunlar, muhabbetler... Beraberliği, arkadaşlarımızın sevgisi. Sevgi, muhabbet istiyorum, yaşam evine geldiğimde çok mutlu oluyorum. Çok güzel, daha ne olsun. Arkadaşlar sevilmez mi? Burayı seviyorum. Sevmesem gelmezdim. Neler gördüm neler, kaynamış kestaneler.”

Emine Gürkan

ALZHEIMER YAŞAM EVİ'NDE BİR GÜN

uyuyabiliyorlar. Bu dinlenme sırasında mutlaka onları rahatlatacak bir müzik çalıyoruz.

Öğlen saat iki gibi dinlenme arası bittikten sonra tekrar bir çalışmamız oluyor. Birçok aktivitemiz var, onları yapıyoruz. Sonra çay saatimiz geliyor. Çay saati bittikten sonra onları yormayacak bir şiir okuma, bir hikâye okuma ya da hafif bir spor yapıyoruz.

Bir de ayda iki kere yaptığımız gezi faaliyetlerimiz oluyor. Maslak Kasrı'na gidiyoruz. Herkesi buraya topluyoruz ve belediyenin servisi ile gidiyoruz. Orada canlı müziğimiz, spor saatimiz var, çay ve ikramlarımız oluyor.

Bulmaca çözüyoruz zaman zaman, satranç oynatmaya çalışıyoruz.

Peki, size göre bütün bu faaliyetler sonucunda hastalarda bir değişiklik oluyor mu? Çünkü böyle bir çalışma İstanbul'da ilk olarak yapılıyor ve sonuçları çok önemseniyor.

Oluyor. Hasta yakınlarından bize çok pozitif geri dönüşler oluyor. Örneğin evlerinde hiç konuşmayan, asosyal olan hastaların buraya geldikten sonra sosyal iletişimleri artmış. Bazı hastalar buraya ilk geldiklerinde evlerinde yemek yemiyorlardı. Ama yavaş yavaş bu ortadan kalktı, hastalar burada yemek yemeye başladı ve evlerinde de yiyorlarmış.

Bir hasta yakını bize "Ben artık babamı normal görmeye başladım, birçok davranışı düzeldi" dedi.

Burada el becerilerinde bir artış sağlanıyor. Birçok hasta ilk geldiklerinde makasın ne olduğunu bilmiyorlardı. Kesmeyi beceremiyorlardı. Şimdi el becerilerinde olumlu bir artış gözleniyor. Mesela Alzheimer hastalarında büyük bir aşama olarak kabul edilen tuvaletlerini söylemeleri gözlemlenebiliyor.

EMİNE GÜRKAN:
Ali'yle Veli'yle, çıkma yola deliyle.

Personel yapınız nasıl? Yeterli personeliniz var mı?

Personelimiz çok iyi. Zaten buranın temizlik işlerini Şişli

Belediyesi haftada bir kendi elemanlarıyla yapıyor, diğer günler için bizim kendi personelimiz var.

Mutfakta Kezban Hanım var, o yeme, içme ihtiyaçlarını karşılıyor. Yarım gün görevli doktorumuz ve sosyal hizmetler uzmanımız var. Çalışanlarımızın hastalarla ilişkileri çok iyi, hiçbir kötü davranışa tanık olmadık.

Personelin yapısı ve eğitim çok önemli gerçekten. Çünkü Alzheimer hastaları hakikaten çok özel insanlar, dışarıdan çok farklı gözle görülüyor. İnsanlar bilmiyor Alzheimer'ın ne olduğunu, nasıl davranılacağını; birçok insan ne olduğunu bilmiyor. Bizim toplum olarak yeni karşılaştığımız, hiç düşünmediğimiz bir hastalık, insanlar "bunama" olarak değerlendiriyor ve hastaları evde tutmaya, gizlemeye çalışıyor.

Alzheimer Hastalığı tanıdıkça, insanlar öğrendikçe bizim de hastaları mutlu etmek için çalıştığımızı, buranın o

nedenle açıldığını anlayacak. Ama burası açıldığından beri hasta yakınlarından çok pozitif tepkiler alıyoruz. Bu sabah, ölen bir hastamızın yakınları geldi "Babamızı burada son günlerini çok iyi geçirdi" diyerek teşekkür etti. Başka bir hastamız iki yıl hiç gülmemiş, hiç konuşmamış neredeyse; buraya geldikten sonra ablası bize ağlayarak telefon açtı ve "Kardeşim iki yıldır hiç gülmemişti, benimle konuştu" dedi. Bunlar tabi bizi de çok mutlu edip duygulandırıyor.

ADNAN ELMAN:

Alavere dalavere, Kürt Memet nöbete.

Keşke daha fazla imkân olsa, çünkü bazı hastalarımızı buraya getirirken yakınları çok zorlanıyor. Karşı taraftan arabaları olmadığı için, servis olmadığı için getiremiyorlar.

Yaşam Evi'nin iç dekorasyonu hastalar gözetilerek planlı bir biçimde mi yapıldı?

Evet. Burası onların kendilerini evlerindeymiş gibi hissedebilmeleri için özel olarak dekore edildi. Burada onların her yaptığı resmi, elişini duvarlara asıyoruz örneğin. Burasının onlara ait olduğunu gösteriyor ve güven hissi veriyor. Kendi el işlerini duvarda görünce "Bunu biz yaptık, burası bizim yerimiz" diyorlar.

Ve en önemlisi de eşyaların yerini değiştirmiyoruz. Her şeyin bir yeri var, kafalarının karışmaması lazım. Örneğin yemekten sonra bulaşıkları bekletiyoruz, çünkü makinenin çıkardığı sestense rahatsız oluyorlar, bulaşıkları içerde müzik açınca yıkıyoruz. Duygu değişimlerini en aza indirecek ne varsa yapıyoruz.

"Ben buraya geldiğimde hoş oluyorum, kendimi cennette hissediyorum. Ben evde duramıyorum, yaşam evine geliyorum. Ama burası hoş geliyor. Olay bu. Gayet güzel davranıyorsunuz. Herkes bize nazik davranıyor. Kezban bize su getiriyor, tadlu(tatlı) veriyor. Bizim ev yaşam evi, burada şarkıyı dinlerken kimse yokmuş gibi dinliyorum. Daha ne olsun. Bundan iyisi, şam'da kayısı suu."

Kemal Sönmez



Alzheimer Yaşam Evi çalışanlarından Kezban Çetinkaya:

Kezban hanım bize çalışmalarınızı anlatır mısınız? Ne tür işler yapıyorsunuz?

Mayıs ayının 2'sinde burası açıldığından beri çalışıyorum.

Buradaki görevim düzeni sağlamak. Hastalarımızın temizlikleriyle, yemekleriyle ilgileniyorum.

Onlarla ilgileniyorum, sabahları karşıyorum. Birlikte sohbet ediyoruz, şarkı söylüyoruz. Benim şarkı söylememi çok severler, hep beraber şarkı söylüyoruz.

Hastalarımızla birlikte bulmaca çözüyoruz, kesim yapıyoruz, puzzle yapıyoruz, boyama yapıyoruz.

ŞAHİN DOĞAN:

Hizmet et adama, sen de erişesin bu dama.

Siz hastalarla çok yakınsınız, burada hastalarda bir değişiklik gözlemliyor musunuz?

Çok değişiklik oluyor. Mesela

buraya gelen bir hastamız hiç konuşmazdı. Burada konuşmaya, bizimle sohbet etmeye başladı. Onun ailesi bize çok teşekkür etti. Artık biz onlarla bir aile gibi olduk. Burayı ev olarak görüyorlar. Buradan ayrılıp akşam gitmek istemiyorlar. Sonra, evinde yemek yemeyenler var. Burada yemek yiyorlar.

Neden peki evlerinde değil burada yiyorlar?

Çünkü biz ısrar etmiyoruz, güzellikle söylüyoruz. Biz ailelere de anlatıyoruz, bütün yemekleri aynı anda koymayın ve az az yemek koyun diyoruz.

Mesela Selahattin amcaya bugün çorba verdim yemek istemedi. "Selahattin amca bak ben de yiyorum, çok güzel çorba" dedim. Yedi bitirdi çorbayı. Ispanak sevmiyormuş geri verdi, tabağı almadım "Yavaş yavaş ye, hepsini bitirme istersen" dedim.

Tabi bizimle ilişkileri çok iyi, sürekli birlikteyiz, bize o kadar güveniyorlar ki, her dediğimiz yapıyorlar.

İşinizin zorlukları var mı?

Çok, her türlü zorluk var. Bu iş biraz dikkat de gerektiriyor. Hastaların hepsi çok farklı insanlar. Onları

tanımak gerekiyor. Büyük sabır isteyen bir iş, yani işimiz gerçekten çok zor.

Mesela bazen aralarında tartışma çıkıyor, hemen o tartışan kişileri başka yere yönlendiriyoruz, dağıtıyoruz ve tartışma hemen bitiyor, o anda unutupuyorlar.

Buranın amacı hasta yakınlarının rahat etmesi. Biz onları çok iyi anlıyoruz. Neler yaşadıklarını çok iyi biliyoruz. Hasta yakınları nasıl davranacaklarını bilmedikleri için sorunlar yaşayabiliyorlar. Bu nedenle bizim ayda bir hasta yakınlarına dönük eğitimlerimiz oluyor. Doktorumuz, psikologumuz geliyor. Hasta yakınlarına nasıl davranmaları gerektiğini anlatıyorlar.

Son olarak bu işin içinde olan birisi olarak, hasta yakınlarına önerileriniz nedir?

Hasta yakınları bu hastalıkla karşılaşınca ilk önce derneğimize başvursunlar. Buraya gelsinler, ilk önce kendileri gelip baksınlar, nasıl bir yer olduğunu görsünler. Ondan sonra herkes gözünü kapatıp güvenle hastasını buraya bırakabilir. Gelip görmelerini çok istiyorum ben, birçok tanıdığıma da tavsiye ediyorum.

"Bir gelsem, bunlarla bir dursam diyorum. Hep özlüyorum. Konuşuyoruz. Ne diyeyim başka, bilmiyorum valla. Niye sevmeyeyim ki, herkesi seviyorum. Burada çok mutluyum."

Vazime Yıldız

Alzheimer Yaşam Evi çalışanlarından Hüseyin Demirkan:

Hüseyin Bey ne zamandır burada çalışıyorsunuz? Ne tür işler yapıyorsunuz biraz bahseder misiniz?

Mayıs ayında ilk açıldığından beri burada çalışıyorum. Sabahları gelip ilk olarak burayı açıp düzenliyoruz. Hastalarımız kahvaltılarını yaptıktan sonra servisle saat dokuzda onları evlerinden alıyoruz. Bütün yiyeceklerinden, her işlerinden sorumluyuz, hepsiyle ilgileniyoruz. Akşam saat beşe kadar hastalarımızla birlikteyiz, bu saatte onları evlerine bırakıyoruz.

Yemek yaparken nelere dikkat ediyorsunuz?

Önce onları lavabolara götürerek ellerini yıkatıyoruz. Sonra yemeklerini yediriyoruz. Bazıları kendisi yiyemiyor, Kezban Hanım sağ olsun onlara yemeklerini yediriyor. İşimizi severek yapıyoruz, mutluyuz işimizde. Bazı zorlukları olsa da katlanacağız.

NAİME ŞEN:
Körün attığı taş, göz deler.



mektup

Alzheimer'lı babasını dört yıl önce kaybeden hasta yakınının mektubuna yer veriyoruz...



"Beynimin orta yerinde bir boşluk var. Gülümsemelerine karşılık alamayanlar gelmiyorlar artık. Yalnızım, çooook yalnızım.

Baba, baba ne oldu? Kaldır başını dikiş makinesinden. 'Benim kızım ne zaman büyüdü, O hep geliyor. Oğluma kızıyorum asıl, evde kalmıyor hiç. Kızım oğlumun evlendiğini, bir de çocuğu olduğunu söylüyor. Hıh, saçmalık.'

Gitgide dalıyor hiçliğe babacığım. O hatırlamadıkça sinirleniyorum. Ama neden? Hakkım var mı buna, belki de içten içe yüreğime kök salan korku; nedenidir hiddetimin. Bu hastalık genetik diyorlar, ben de mi yuvarlanacağım o kuyuya. Küçük bir çocuk gibi ben de mi reddedeceğim yıkanmayı? Ben de mi işeyeceğim açtığım çekmeceye? Ben de mi küfürler savuracağım yardıma gelenlere?

Sevgili babacığım... 'Kadıköy'ün Marko Paşası' diye adlandırılıp, Hürriyet gazetesinde tam sayfa röportajı alınan, karşılıksız herkese koşturan, fıkralarını dinlemek için dükkanı dolup taşan... Bugünse yalnızlığa mahkum olan... Ah, sevgili babacığım.

Geceyle gündüzü karıştırmaya başladı önceleri. Altıyol meydanında, yerde suların içinde bulundu. 15 sene önce ölen annemle sohbet ettiğini iddia etti. Muayene için gittiğimiz hastaneyi inşa ettiğini ilan etti. Uzunca bir süre konuştu, sonra sustu. Yalvardım, hatırladığı tek şey olan, belden aşağı tekerlemeyi tekrar etsin diye. Sustu, hiç konuşmadı. Yataktan kalkamadı, yemeğini yutamadı. Altını temizlerken acaba benden utanıyor mudur, diye düşünürdüm. Halbuki O, girdiği ölüm sessizliğinde teslim olmuştu hiçliğe. Tükenmişliği okunuyordu ışığı sönmüş gözlerinden...

Vefayı çocuklarına öğretmek için didinen, insanlara yardım etmek için çarpınan yüreği daha yavaş atıyordu artık. Benim yüreğimse yorgunluktan, çaresizlikten ve kızgınlığımdan daha hızlı atıyordu Babam bana vefayı öğretmişti sağlığında, hasta olduğu günlerdeki yalnızlığımızla, aslında vefasızlığı da öğretmişti. Son nefesini verdiği günün sabahı elimi yavaş hareketlerle dudağına götürdü defalarca. Dört yıl olacak onu kaybedeli. O gün, 'bana teşekkür etti galiba', diye düşünürüm hep. Türküsünü söylerken gülümseyen yüzü hep gözümün önünde. Sevgililer Günü'nde uzatmıyor bana kırmızı tek gülü, 'Benim tek sevgilim sensin' diyerek. Ancak onu duşa sokarken yediğim tekmeler de hâlâ aklımda. Sanıyorum, Alzheimer bu yüzden bu kadar ürkütücü. Hastayı da, ona bakana da yıpratana, yüreği törpüleyen, ruhu derinden yoran, çaresizlikten kıvrandıran bir illet.

Herşey bittikten sonra akıllara durgunluk veren hafızalar bile çöktüğünde, bilinmezde debelenen hasta ve refakatçilerinin çaresizliğinde yeşeren bir illet... 'Böyle yaşayacaksam, beni yaşatmayın' bile dedirtecek bir illet... Yitip gittiğinde kıymetlimiz, ardında hasta ruhlar bırakan bir illet...

'Acaba', diye düşünürüm hep... Nerelerde yanlış yaptım? Yeterince sevgi gösterebildim mi O'na, yabancılaşan babacığıma? Psikolojik destek alsaydım, daha mı az olurdu pişmanlığım? 'Acaba'lardan kurtulmama yardım eder miydi alacağım eğitim? Daha mı fazla zaman ayırmalıyım? Korkmadan hiçlik ve bilinmezden... Devrilmeden yorgunluktan... Sayılı zamanımızı O'nu daha da fazla sevmeye mi ayırmalıyım? Belki de, ben babamın hem erişkinliğini, hem çocukluğunu yaşadım. Selâm olsun sana, güzel adam. O zehir gibi çalışan beynin hep iyilik ve sevgi üretti. Bıraktığın güzel anılar, ardından sarf edilen güzel söylemler, bana seninle ölümünden sonra bile gurur duyma onuru yaşattı.

'Unutuyorum' diye ağlıyordun başlarda... Kızıyordun beynindeki boşluğa. Oysa ben o unutulmuşlukta babamı yeniden keşfedip defalarca tekrar tekrar sevmeyi denedim. Acıma duygusundan kurtulup, karşılık görmeden sevmeyi öğrendim.

Teşekkürler sana, güzel insan..."

söyleşi

hasta yakını: Gül Karaca

Gül Karaca beş yıldır Alzheimer hastası olan babasına bakıyor. Kendisiyle Şişli'deki Alzheimer Yaşam Evi'nde konuştuk. Derneği ve Yaşam Evi'ni internette konuyla ilgili araştırma yaparken bulmuş ve babasını Yaşam Evi'ne getirmeye başlamış. Çok kısa sürede olumlu sonuçları gözlemeye başlamışlar.



Dernekle nasıl tanıştınız?

Tesadüfen. İnternette, babam için ne yapabilirim, diye arama yaparken derneğin sayfasına ulaştım. Orayı inceledim, gündüz bakım eviyle ilgili detaylı bilgi de vardı. "Ne kadar güzel bir uygulama" dedim kendi kendime ve sabah hemen telefon açtım. Telefonda çok sıcak karşıladılar. Daha da içim ısındı.

Sonra derhal annem, babam ve ben geldik. Ortamı çok beğendik, tertemiz, burada da çok sıcak karşılandık. Bir günümüzü burada geçirdik, babam da çok sevdi burayı; esas önemli olan oydu zaten. Böylece başlamış oldu.

Biraz geriye dönük bir soru soralım. Babanızda Alzheimer belirtilerini ilk olarak ne zaman fark ettiniz? Ne tür belirtiler gösterdi?

Babamın hastalığı 4-5 sene öncesine dayanıyor. Hasta olmadan önce büyük bir firmada idareci olarak çalışıyordu, çalıştığı yer oturduğu yere de çok yakındı.

Bir anda aşırı bir para harcama ve etrafa dağıtma ilgimizi çekti. Çünkü normal değildi, çok lüzumsuz bazı yollardan ve hiç tarzı olmayan bir biçimde yapıyordu. Sağdan soldan ihtiyaç olmayan bir şeyler almaya başladı.

Daha sonra yaşanmamış bazı olayları yaşanmış gibi anlatmaya başlamasıyla, biz hemen doktora gittik ve demans teşhisi konuldu. İlaçlara iyi tepki verdi. Kullandığı ilaçlar vücuduna yaradı.

Babanızın işten ayrılmayı kabullenmesi zor oldu mu? Nasıl ikna ettiniz?

Tabi babam bunu kabul etmek istemedi. Biz babamın işvereni ile irtibat kurduk ve ona anlattık. İşveren de babama uygun bir şekilde, emekleri için teşekkür edip, başka bir gerekçe söyleyerek işine son verdi.

Peki, babanızın hastalığı süresince hayatınızda ne tür değişiklikler oldu?

Tabi ki çok zor oluyor. Bir de bizim bir dezavantajımız var; annemle babam birlikte oturuyor ve annem yedi yıldır onkoloji hastası, ameliyatlar oluyor, kemoterapi tedavileri görüyor. Fakat avantajımız da var: Annem çok güçlü bir kadın, hastayım diye hiç pes etmedi ve hâlâ babamla birlikte uyum içinde yaşıyorlar.

Babanızla ilgili başınıza ciddi bir olay geldi mi?

Başımıza gelen en ciddi olay babamın iki kere kaybolmasıydı. Fakat bunun için de önlemler almıştık. Nüfus cüzdanının ön yüzünün renkli fotokopisini çektirip, arkasına demans hastası olduğu, ev adresi ve bütün iletişim telefonlarını yazıp, babama nüfus cüzdanı olarak verdim.

Cep telefonuna nerede olduğunu belirten bir sistem yükledik. Telefonu hiç kullanamıyor ama olabildiğince yanında taşımasını sağlıyoruz. Kaybolduğu zamanlar hazırladığımız nüfus cüzdanındaki bilgiler sayesinde ulaşıldı bize.

Buraya geliyor olması babanızda bir değişikliğe yol açtı mı?

Evet. Babamın iş hayatından kopması demans seviyesini hızlandırdı o dönem için. Babam çalışmayı çok severdi bu nedenle etkilendi.

Burasını kendi kendine iş yeri olarak kabullendi, burada O'na ihtiyaç olduğunu düşünüyor ve kendisine güveni geri geldi, bu da O'na iyi geldi.

Son olarak ekleyeceğiniz bir şey var mı? Hasta yakınlarına önereceğiniz herhangi bir şey?

Özellikle söylemek istediğim bir şey var. Buradaki yaşamın hastalar için çok önemli ve güzel olduğunu söylemek istiyorum. Bizim için de öyle; geldiğim andan itibaren Gül Hanım'la, Kezban Hanım'ın güler yüzüyle karşılaşıyoruz. Çok ilgili inanlar, elleriyle besliyorlar hastaları. Bu durum bizi de bilinçlendiriyor, davranışlarımızı değiştiriyor, evde konuşurken, davranırken daha dikkatli oluyoruz.

Son olarak tek bir problemim var onu da söylemek istiyorum. Şişli Belediyesi çok önemli bir şey yapmış ve bir servis tahsis etmiş, teşekkür ediyoruz. Ancak bu servisin sınırları çok dar. Biz Merter'den geliyoruz, ilk başta taksi ile getirmeye çalıştık ama bütçemizi çok aşıyor. Acaba Belediye bu servisin sınırlarını genişletebilir mi?

‘Doktorum’ programında anlamlı paylaşımlar yaşandı

Kanal D’de yayımlanan “Doktorum” programı, Dünya Alzheimer Günü’nde Alzheimer hastalarını ve yakınlarını konuk etti. Programa, nöroloji uzmanı Prof. Dr. Murat Emre ve psikiyatri uzmanı Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu da katıldı.

21 Eylül Günü, Kanal D’de yayımlanan “Doktorum” programı da Alzheimer Hastalığı’nı gündemine aldı. Programa, Dernek Başkanımız nöroloji uzmanı Prof. Dr. Murat Emre ve Derneğimizin Başkan Yardımcısı psikiyatri uzmanı Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu konuk olurken aynı zamanda Alzheimer hastaları ve yakınları katıldı .

Alzheimer ile ilgili anlamlı bir bilgilendirme ve paylaşım sağlayan “Doktorum” programı, Dünya Alzheimer Günü için anlamlı bir etkinlik olarak kayda geçti. Programın içeriğini okurlarımızla paylaşıyoruz.

Alzheimer Hastalığı riski kimlerde var?

Programın ilk bölümünde “Basit bir testle Alzheimer riskinizi öğrenin” anonsu yapıldı. Ardından nöroloji uzmanı Prof. Dr. Murat Emre ve psikiyatri uzmanı Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu stüdyoya çağırıldılar.

Prof. Dr. Kulaksızoğlu, “Alzheimer Hastalığı’nın iki türlü riski var. Bir değiştiremeyeceğimiz riskleri var. Ne yaparsak yapalım biyolojimizde olan riskler. Bir de değiştirebileceğimiz ve böylece riskimizi azaltabileceğimiz bir takım özellikler var. Bunlara bakalım ve bu özellikleri birlikte test edelim istiyoruz” diyerek sahneye konuklar arasından üç kadının gelmesini istedi.

Konuklar arasından biri 64, diğeri 60 ve sonuncusu 69 yaşında olan üç konuk teste katılmak üzere Kulaksızoğlu’nun yanına geldi. Testin, her yerde yapılabileceği söylenerek temel sorular üzerinden yola çıkıldı.

Kulaksızoğlu, öncelikle yaş, cinsiyet ve genetik faktörlerini sorgulayarak konuklara sordu ve şunları söyledi: “Kadın olmak Alzheimer Hastalığı için maalesef bir risk faktörü, dolayısıyla kadın cinsiyete menopoza sonrası bir eksi puan yazabiliriz. Erkekler daha şanslı.

İkincisi 65 yaş üstü riskli. Yaşlanmak. Risk özellikle 65’ten sonra artıyor. Bunlar maalesef değiştiremeyeceğimiz riskler. Son riskimiz genetiğimiz. Anne ve babanızda unutkanlık hastalığı var mıydı? Yoksa, olumlu bir puan.”



Değiştirebilir riskler

Bunların değiştirilemez risk faktörleri olduğunu anlatan Kulaksızoğlu, daha sonra kalp sağlığı ile ilgili sorulara geçti. Kolesterol, tansiyon ve damar sağlığına ilişkin sorularını sorarken bunların beyin için de kötü olduğunu ve Alzheimer riskini artırdığını belirtti.

Kulaksızoğlu, bir diğer risk azaltıcı faktörün egzersiz olduğunu, her gün yarım saat yürüyüş yapılmasının riski azalttığını vurguladı.

Tekrarlayan depresyon durumunu da soran Kulaksızoğlu, değişen risk faktörlerini şöyle topladı: “Ruh sağlığımızı, kalp sağlığımızı koruyacağız, egzersiz yapacağız. Ama zihnimiz en çok çalışmaktan beslenir. Zihnimiz tembellikten hoşlanmaz. Yeni hobilerden, tiyatroya, sinemaya gitmekten, yeni komşularla tanışmaktan, kitap okumaktan, yeniliklerden, değişikliklerden hoşlanır. Bir hobiniz var mı? Seyahat ediyor musunuz? Bunlar olabilir. Hep aynı şeyleri yaparsanız, beyin bundan hoşlanmaz ve Alzheimer riskiniz artar.”

Daha sonra beslenme alışkanlıkları konusuna eğilen Kulaksızoğlu, “Ne yiyorsunuz ve ne içiyorsunuz? Özellikle doymuş yağlar dediğimiz katı yağlardan uzak duruyor musunuz? Özellikle beynimize iyi gelen, omega 3 içeren balık, keten tohumu gibi şeyleri beslenmenize koyuyor musunuz? Yeşil sebzelerden, meyvelerden zengin bir beslenme. Buna renkli beslenme deniyor. Tabağınızı koyduğunuz zaman çeşit çeşit sebze ve meyvelerin olması gerekiyor. Zeytinyağı kullanıyor musunuz, katı yağ yerine? Günde bir iki bardak çay veya Türk kahvesinin koruyucu etkisi var. Yeşil çay, normal çay,

kahve günde 1-2 bardak kullanılarak koruyucu etki alınabilir. Anti – oksidan içeren fındık-fıstık, domates, ceviz tüketilmesi koruyucu olabilir. Kalp sağlığı için iyi olan her türlü beslenme, beyin için de iyidir kabaca” diyerek beslenme konusundaki çerçeveyi özetledi.

Kulaksızozğlu, değiştirilebilir olan risklerin azaltılması sayesinde hastalık olasılığının ötelenebileceğini, genetik olarak mevcut risklerin de ötelenebileceğini anlattı.

Bunama ve unutkanlık konusunda nüanslar

“Doktorum” programının ikinci bölümü, program sunucularından birinin Prof. Dr. Murat Emre’ye yönelttiği temel sorulara verilen yanıtlar şeklinde geçti. Hastalıkla ilgili temel bilgileri içeren bu bölümdeki diyalog şu şekilde gelişti:

“Sunucu: Alzheimer olunca ne oluyor? Alzheimer özel bir isim, normal konuşmada bunama dediğimiz, tıbbi dilde demans dediğimiz bir tablo. Bundan farkı ne, bunun içindeki yeri ne?

Prof. Dr. Murat Emre: Demans ya da bunama genel bir kavram. Alzheimer Hastalığı da demansa sebep olan en sık görülen hastalık. Şöyle örnek veriyorum: Baş ağrısı genel bir kavramdır, migren baş ağrısına sebep olan en sık hastalıktır. Alzheimer ile bunama ve demans ilişkisini böyle görebilirsiniz.

Bunama bir tablonun ismi, tıpta demans dediğimiz bunama, insanın zihinsel yeteneklerini kaybetmesi, hafıza başta olmak üzere. Buna sebep olabilecek birçok hastalık var, en sık rastlanan Alzheimer Hastalığı.

Unutkanlıkla başlayan, yeni şeylerin öğrenilemediği, yeni olayların unutulduğu. Eğer aranızda Alzheimer hastaları varsa, biraz önce söylenen üç kelimeyi unutmuştur. Sık sık aynı şeylerin tekrarlandığı, sık sık aynı şeylerin anlatıldığı, yeni olayların, dün olan, bugün sabah olanların unutulduğu ama geçmiş olayların çok daha net hatırlandığı, zamanla tüm zihinsel yeteneklerin yavaş yavaş kaybolup kişinin tam bakıma muhtaç hale geldiği bir hastalık.

Sunucu: Alzheimer konusunda unutkanlık mı esas acaba, ben de unutuyorum. Bunları hepimiz yaşıyoruz, bu bizi Alzheimer’a götüren bir sebep midir?

M.E.: Unutkanlık çok genel bir kavram. Çok sık bir şikayet. Unutkanlığın altında da çok değişik sebepler yatabilir. Mesela normal unutkanlık diyebileceğiniz unutkanlık şekli var, çünkü biz her gün yüzlerce binlerce bilgiye maruz kalıyoruz. Bunların hepsini beyin kodlaması, depolaması mümkün değil. Beyin bazı şeyleri unutacak. Unutmazsa yenilerini öğrenemez.

Bunlar herkesin başına gelebilecek şeyler. Bunlar olabilir. Ama bizim için sinyaller var: Unutkanlıkta çok sık tekrarlama bazı şeylerin. Mesela bir sorunun

cevabını verdim, bir dakika sonra tekrar sordu. Üç dakika sonra tekrar sordu. Veya bir şeyi anlatmıştı, anlattığını hatırlamadı, tekrar bana anlatmaya başladı. Annemle dün konuşmuştum, bu sabah konuştuğumuzu hatırlamadı. Bunlar tipik Alzheimer işaretleri.

Unutkanlığın sebebi, depresyon da olabilir. Unutkanlığın sebebi, aslında gerçek unutkanlık değil de, takıntılı insanlar olabilir: Tekrar tekrar kontrol ederler ‘acaba unuttum mu’ diye ve size unutkan olduklarını söylerler. Bunların öyle olmadığını anlarsınız.”

Genç yaşta, hızlı ilerleyen örnek

“Doktorum” programının kritik bir konusu, 47 yaşında ve hastalığı çok hızlı seyretmiş olan Salih Ertek isimli Alzheimer hastası oldu.

Prof. Dr. Murat Emre’nin stüdyoda, gerçek bir muayenedeymiş gibi görüşme yaptığı Salih Ertek’in durumunu değerlendirerek konuyla ilgili bilgilendirici açıklamalarını sürdürdü. Ertek’in hastalığının çok hızlı ilerlediği, oğlunu dahi tanıyamadığı, konuşmakta güçlük çektiği gözlemlendi. Prof. Dr. Murat Emre standart muayene ve yaptığı görüşme ile ilgili şu bilgileri verdi:

“Zamana yönelimi, bulunduğu yeri kavrayabilmesi, kendisiyle ilgili sorular sorarız. Burası neresi, mevsim ne, tarih ne, evli misiniz, kaç kardeşiniz var gibi sorular sorarız. Salih Bey bunların hiçbirine cevap veremiyor.

İlerlemiş olduğu için standart muayeneleri yapmak zor, mesela bizim standart muayenelerimizden birisi yeni bilgi öğrenip öğrenemediğine bakmaktır hastanın. 3-5 tane kelime veririz, tekrarlatırız. Sonra tekrar soracağımızı söyleriz ve sonra da bakarız aklında kalıyor mu, diye.

Şimdi Salih Bey’de konuşma yeteneği ön planda tutulduğu için bu tip testleri yapmak zor. Görüyorsunuz; çok basit sorulara yanıt veremiyor. Şu üç kelimeyi hatırlamaya çalışın demek amaç dışına çıkar, ama standart yaptığımız muayenelerden bir tanesi budur.

Bu çok nadir gördüğümüz bir şey aslında. Genç yaşta Alzheimer hastası olması, ancak ailevi bağlamda ortaya çıkan bir şey. Zaten babasında da Alzheimer Hastalığı olduğunu anıyoruz.

Bu kadar hızlı ilerlemesi de sık rastladığımız bir şey değil. Bu da genç hastalarda oluyor.

Dilin bu kadar bozulması, yani iletişim yeteneğinin anlayabilme ve kendini ifade edebilme, ancak geç safha Alzheimer’da ortaya çıkan bir şeydir. İkinci senede göreceğimiz standart bir tablo böyle değildir. Dili tutumu ön planda olduğu zaman diğer yetilere bakmak zordur. Belleğin ne kadar bozulduğunu test edemeyiz mesela.

İletişim çok temel bir işlev. Dilin iyi olması lazım ki, soru cevapla gidelim.”

Etkinlikler

Sağlık Bakanlığı yaşlılar için politika geliştirme hedefli çalıştay düzenledi

Sağlık Bakanlığı Haziran ayında "Yaşlı Sağlığı Politika Geliştirme Çalıştayı" başlıklı bir etkinlik düzenledi. Etkinliğe Türkiye Alzheimer Derneği de katıldı.

Sağlık Bakanlığı Temel Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar ve Kronik Durumlar Daire Başkanlığı Yaşlı Sağlığı Şube Müdürlüğü "Yaşlı Sağlığı Politika Geliştirme Çalıştayı" başlıklı bir etkinlik düzenledi. 7-8 Haziran 2011 tarihlerinde Ankara'da düzenlenen Çalıştay'a Türkiye Alzheimer Derneği'ni temsilen Genel Müdürümüz Fügen Kural, Yönetim Kurulu Üyesi Selami Gedik ve Dernek Üyesi Prof.Dr. Türker Şahiner katıldı.

10 farklı grup ile gerçekleşen Çalıştay'da, Kural, Gedik ve Şahiner farklı gruplarda katkılar sundular ve Derneğimizi temsil ettiler.

Genel Müdürümüz Fügen Kural, "Bakım Hizmetlerine Tam Erişimin Sağlanması; Geriatriye Uzun Dönemli Bakımın Sağlanması, Bakımevi, Huzurevi ve Kurumsal Bakımda Düzenlemeler Yapılması" konulu grup çalışmasında yer aldı.

Yönetim Kurulu Üyesi Selami Gedik, "Yaşlıda Evde Sağlık Hizmeti ve Evde Bakım Hizmetlerinin Geliştirilmesi" konulu grup çalışmasına katıldı.

Prof.Dr.Türker Şahiner de, "Yaşlılıkta Nöropsikiyatrik Hastalıklar / Demans / Geriatrik Psikiyatri /

Yetiyetersizliği / Yaşlı İstismarı Ve Şiddet

Konularında Planlamalar Ve Etkinlikler Yapılması" konulu grupta yer aldı.

Kural, Gedik ve Şahiner; stratejik amaçlar-hedefler belirlenmesi, bunun için yapılması gereken etkinlikler, buradan elde edilecek çıktılar ve sonuç göstergeleri, izlenmesi gereken yollar ve sorumlu kurumlar ve bu sürecin ne kadar zamanda tamamlanması gerektiği gibi konularında görüş bildirerek Çalıştay'a katkıda bulundular.

2012 yılında oluşturulması düşünülen Sağlık Politikalarında Alzheimer Hastalığı için geliştirilecek kanunlar ve hizmetlerin de yer alması konusunda oldukça anlamlı önerilerde bulunuldu, ihtiyaçların giderilmesi ve amaçların gerçekleştirilmesi için açıklamalar yapıldı.



Lions Dernekleri'nin sağlık teması Alzheimer oldu

Lions Dernekleri bu sene sağlık konusunda ana tema olarak Alzheimer'ı başlık olarak seçti. Bu konuda bilgilenecek ve Türkiye Alzheimer Derneği'ni tanımak için çeşitli etkinliklerinde Dernekten paylaşım talebinde bulundular.

Türkiye Alzheimer Derneği bir önceki Yönetim Kurulu Başkan Yardımcısı Prof. Dr. Kaynak Selekler, Gaziantep Şahinbey Lions Kulübü'nün daveti üzerine 7 Ekim 2011 Cuma günü Gaziantep Ticaret Odası Meclis Toplantı salonunda Lionlara "Yaşlılık, Unutkanlık ve Alzheimer" başlıklı bir konferans verdi. Toplantı salonunun dolduğu ve Prof. Selekler'in şiir, karikatür, özlü sözler ve fıkralarla renklendirdiği bu konferans dinleyiciler tarafından ilgiyle izlendi. Prof. Dr. Kaynak Selekler konuşma sonrası dinleyicilerin merak ettiği sorulara yanıt verdi. Toplumda Alzheimer Hastalığı hakkında farkındalık yaratma ve geniş kitleleri bir bilgi kaynağı tarafından bilinçlendirme amaçlı konferanstan sonra alınan geri bildirimlerde, dinleyicilerin konferans hakkındaki övgü ve beğenileri iletildi.

Prof. Dr. Kaynak Selekler, Ankara Emek Lions Kulübü'nün davetiyle 19 Kasım 2011 Cumartesi günü Ankara Bayındır Hastanesi'nde aynı başlıklı ikinci bir konferans verdi. 118-U Lions 1. Bölge Kulüpleri olarak düzenlenen bu toplantıya Emek, Çankaya, Ortadoğu ve Oran Lions kulüpleri üyeleri katıldı. Toplumun daha fazla dikkatini çeken Alzheimer konusundaki bu konferans da aynı ilgi ve beğeniyi topladı.

Bu amaçla yapılan etkinliklerden bir diğeri de, Yeşil Burgaz Ada Lions aylık toplantısında dernek Genel Müdürü Fügen Kural'ın konuşmacı olarak katılması oldu.

Kural'ın Alzheimer Hastalığı'nın toplumumuzdaki önemine vurgu yaptığı, Türkiye Alzheimer Derneği'nin etkinliklerinden bahsettiği konuşması dinleyiciler tarafından ilgiyle izlendi. Önümüzdeki dönem içinde Alzheimer Hastalığı'nın bilinirliğinin artırılması ve yerel yönetimler ile yapılacak projelerde ortak çalışmaların yürütülmesi konusunda görüş birliğine varıldı.



Haberler

Mersin Şubesi

Mersin'de yoğun çalışma dönemi

Mersin Şubemiz geçen altı aylık dönemi hayli yoğun geçirdi. Şubemizin ulaştırdığı etkinlik notlarını paylaşıyoruz:

* 5 Mayıs 2011 tarihli eğitim seminerimizde Avukat Eylem Karataş, "Alzheimer Hastalarını Hukuksal Anlamda Koruma Tedbirleri" konulu eğitiminde hukukun Alzheimer hastalarını nasıl koruduğu hakkında bilgiler aktardı.

* Mayıs ayı içerisinde bir diğer eğitim de Mersin Halkkent Toplum Merkezi Müdürlüğü ile ortaklaşa gerçekleştirdik. Alzheimer Derneği Mersin Şubesi olarak bizler merkezde çeşitli branşlarda eğitim gören katılımcıları bir araya toplayarak, Uzman Dr. Seyfi Arslan'ın sunumuyla Alzheimer Hastalığı'nın ne olduğunu, nasıl başladığını ve hastalara yaklaşımın nasıl olması gerektiğini anlattık. Çok ilgi gören seminerin önümüzdeki yıl içinde de tekrarlanması için katılımcılardan istekler aldık.

* 21 Eylül Dünya Alzheimer Günü'nde, Anadolu Oyuncuları tiyatro grubunun destekleriyle "Kurnaz" adlı eser Mersin Kültür Merkezi'nde sahnelendi.

* 3 Kasım 2011 tarihinde Mersin Yenışehir Belediyesi'nin destekleriyle Belediye Meclis Salonunda Uzman Nörolog Dr. Seyfi Arslan'ın sunumuyla "Hafıza ve Alzheimer Hastalığı" konulu semineri gerçekleştirildi.

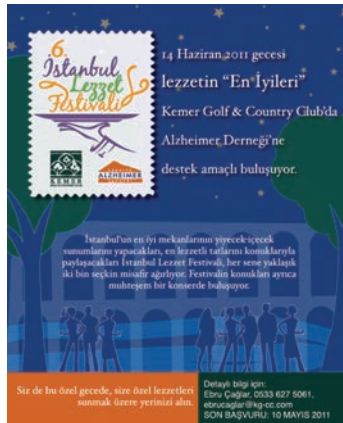
* "20. Groseri Sağlık Günleri Konferansı" bu yıl deneğimizin talebi ve desteği ile Alzheimer konusunda gerçekleştirildi ve 1000 civarında katılımcı tarafından izlendi.

- 7 Aralık 2011 tarihinde Adana Hilton Otelinde; İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Geropsikiyatri Bölüm Sorumlusu Prof.Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu'nun, 9 Aralık 2011 tarihinde Mersin Hilton Otelinde; Nöroloji Uzmanı Prof.Dr. Türker Şahiner'in sunumuyla, "Alzheimer Erken Teşhis ve Tedavi Yöntemleri" enine boyunca katılımcılara anlatıldı.

İzmir Şubesi

Dernek binası satın alındı

İzmir Şube Temmuz ayında faaliyetlerini sürdürdüğü dernek binasını satın aldı. Şubemizin açıklamasını yayımlıyoruz: "27 Temmuz 2011 tarihinde Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesi çok yoğun çabalar sonucunda değerli bağışçılarımızın katkılarıyla, faaliyetlerimizi sürdürmekte olduğumuz dernek merkezimizi satın almış bulunmaktadır. Hizmet giderlerinden olan sekretarya, elektrik, su, iletişim vb. için yönetim ve sosyal komitemiz aynı çabayı göstermeye devam etmektedir. Sürdürülebilir projelerimizi geliştirerek uygulamaya devam ediyoruz. Emeği geçen herkese teşekkür ediyoruz. Türkiye Alzheimer Derneği İzmir Şubesi Yönetim Kurulu ve Üyeleri Adına - Uzm. Dr. Aysel GÜRSOY"



Festival gelirleri Yaşam Evi'ne

İstanbul Lezzet Festivali, iş ve sanat dünyasından çok sayıda seçkin ismin katılımıyla 14 Haziran gecesi, Kemer Golf & Country Club'da gerçekleştirildi. Bu yıl altıncısı gerçekleştirilen festivalin gelirleri Şişli'de faaliyet gösteren Alzheimer Yaşam Evi'ne bırakıldı.

En değerli lezzet yaratıcılarının

çok özel hünelerlerini sergilediği, Türk ve dünya mutfaklarından seçkin spesiyallerini sunduğu, her organizasyonda yüzlerce kişiyi bir araya getiren İstanbul Lezzet Festivali (İLF), 14 Haziran Salı akşamı Kemer Golf & Country Club'da gerçekleştirildi. İLF'de yiyecek-içecek sektöründen 60 marka stand açtı ve yaklaşık 1000 kişiye eşsiz lezzetler sundu.

İş, sanat ve cemiyet hayatının seçkin simalarının katıldığı festivalde bu yıl da yemek eşliğinde müzik ziyafeti de vardı. Festivalde, dünyaca ünlü dört oktav sesi ile Lex Empress, "Değişim" ile müzik piyasasında zirveyi zorlayan şarkıcı Barbaros ve İstanbul Avrupa Korosu konser verdi. Bu özel lezzet festivalinden elde edilen gelir ise Alzheimer hastaları için İstanbul'da ilk defa Mayıs ayında hizmet vermeye başlayan Alzheimer Gündüz Yaşam Evi'ne bırakıldı.

Maslak Kasrı'nda Çarşamba Buluşmaları

İki senedir devam etmekte olan bu toplantılarda hastaların iyi zaman geçirmelerine yönelik resim yapma, dans, ritm çalışmaları, nefes alıştırıcıları ve vücut egzersizleri vb. etkinlikler gerçekleştirilmektedir.

Hastaların sosyal hayattan kopmamalarını ve hâlâ bir şeyler yapabildiklerini görerek mutlu olmalarını sağlayan bu toplantılar 15 günde bir her ayın 1. ve 3. Çarşamba günleri Maslak Kasrı'nda düzenlenmektedir. 14:00- 17:00 saatleri arasında gerçekleşecek olan hasta çay saatleri tarihleri şöyledir:

04 Ocak 2012	18 Ocak 2012
01 Şubat 2012	15 Şubat 2012
07 Mart 2012	21 Mart 2012
04 Nisan 2012	18 Nisan 2012
02 Mayıs 2012	16 Mayıs 2012
06 Haziran 2012	20 Haziran 2012

Adres: Maslak Kasrı, Maslak/Sarıyer, İstanbul (Telefon: 212 276 10 22)

Ulaşım: Şişli Belediyesi'nin temin ettiği araçlar ile ulaşım sağlanabilir. Araç saat 13:30'da Esentepe' deki Nimet Abla Camii önünde olup 15 dakikalık beklemeden sonra 13:45'te Maslak Kasrı'na hareket edecek, 16:45'te de Maslak Kasrı'ndan Zincirlikuyu'ya dönecektir.

Türkiye Alzheimer Derneği Çay Saati

Salı Toplantıları - Kadıköy

Tarih	Saat	Konu	Katılımcı
10 Ocak 12	14:00-16:00	Demanslı Kişiyi Anlamak. Ruhsal ve Davranışsal Değişimler ve Öneriler	Uzm. Dr. Ömer YACI
24 Ocak 12	14:00-16:00	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Uzm. Psk. Ayşe Özalkuş ŞAHİN
14 Şubat 12	14:00-16:00	Alzheimer Hastası ile İletişim. Günlük Yaşamı Kolaylaştırıcı İpuçları	Uzm. Hmş. Aynur DİK
28 Şubat 12	14:00-16:00	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Uzm. Psk. Ayşe Özalkuş ŞAHİN
13 Mart 12	14:00-16:00	Alzheimer Hastalığı Hukuksal Boyutu ve Yeni Yasal Düzenlemeler	Prof. Dr. Mehmet Şevki SÖZEN
27 Mart 12	14:00-16:00	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Uzm. Psk. Ayşe Özalkuş ŞAHİN
10 Nisan 12	14:00-16:00	Yatağa Bağımlı Alzheimer Hastalarında Oluşan Sorunlar	Uzm. Hmş. Aynur GÖKKAYA
24 Nisan 12	14:00-16:00	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Uzm. Psk. Ayşe Özalkuş ŞAHİN
8 Mayıs 12	14:00-16:00	Alzheimer Hastalarına Bakım Verenlerde Sorunlar ve Çözüm Önerileri	Uzm. Dr. Ömer YACI
22 Mayıs 12	14:00-16:00	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Uzm. Psk. Ayşe Özalkuş ŞAHİN
12 Haziran 12	14:00-16:00	Alzheimer Hastalarında Beslenme	Dr. Gülistan Bahat ÖZTÜRK
26 Haziran 12	14:00-16:00	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Uzm. Psk. Ayşe Özalkuş ŞAHİN

Çarşamba Toplantıları – Merkez

Tarih	Saat	Konu	Katılımcı	Yer
11 Ocak 12	14:00-16:30	Alzheimer Hastalığı'nda Davranış ve Psikolojik Sorunlarla Başetme Yöntemleri	Prof. Dr. Işın Baral KULAKSIZOĞLU	Bakımevi
25 Ocak 12	14:00-16:30	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Psikolog Ayfer TÜMAÇ	Merkez
8 Şubat 12	14:00-16:30	Alzheimer Hastaları ile Doğru İletişim, Günlük Yaşamı Kolaylaştırıcı İp Uçları	Psikolog Ayfer TÜMAÇ	Bakımevi
22 Şubat 12	14:00-16:30	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Psikolog Ayfer TÜMAÇ	Merkez
28 Mart 12	14:00-16:30	Bakım Verenlerde Sorunlar ve Çözüm Önerileri	Uzm. Dr. Ömer YACI	Bakımevi
11 Nisan 12	14:00-16:30	Alzheimer Hastalığı'nın Hukuksal Boyutu ve Yeni Yasal Düzenlemeler	Prof. Dr. Şevki SÖZEN	Bakımevi
25 Nisan 12	14:00-16:30	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Psikolog Ayfer TÜMAÇ	Merkez
9 Mayıs 12	14:00-16:30	Yatağa Bağımlı Hastanın Evde Bakımı	Hmş. Aynur GÖKKAYA	Bakımevi
23 Mayıs 12	14:00-16:30	Sohbet ve Danışma Toplantısı	Psikolog Ayfer TÜMAÇ	Merkez
13 Haziran 12	14:00-16:30	Alzheimer Hastalarında Beslenme	Doç. Dr. Gülistan Bahat ÖZTÜRK	Bakımevi
27 Haziran 12	14:00-16:30	Alzheimer Hastaları Ev İçi Etkinlikleri	Prof. Dr. Işın Baral KULAKSIZOĞLU	Bakımevi



KONGRELER VE SEMPOZYUMLAR • 2012

	TARİH	YER	ŞEHİR	WEB SİTESİ
7. Uludağ Nöroloji Kongresi	1-4 Mart	Karınna Otel	Bursa/Uludağ	www.uludagnoroloji.org
2. Ulusal Alzheimer Kongresi	15-18 Mart	Askeri Müze ve Kültür Sitesi Komutanlığı	İstanbul	http://alzkonre2012.org/
Stekon - Bahar	29 Mart-01 Nisan		Amsterdam	
16. Psikiyatri Bahar Sempozyumu	11-14 Nisan	Kervansaray Otel	Antalya/Lara	www.baharsemposyumu2012.org
22. Ulusal Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kongresi	24-27 Nisan	Büyük Abant Oteli	Bolu	
7. İstanbul Aile Hekimliği Kongresi	27-28 Nisan	Sheraton Maslak Otel	İstanbul	www.aistanbule.org
5. Akademik Geriatri Kongresi	23-27 Mayıs	Cornelia Diamond Otel	Antalya	www.akademikgeriatri.org
MDPD_ Mental Dsyfunction & Other Non Motor PD	3-6 Mayıs	Intercontinental Convention Centre Berlin	Berlin/Almanya	http://www2.kenes.com/MDPD2012/Pages/home.aspx
APA	5-9 Mayıs		Philadelphia	
11. Ulusal Aile Hekimliği Kongresi - TAHUD	16-20 Mayıs	Sungate Otel Rixos	Antalya	http://www.aile2012.org/
MDS 16 th International Congress of Parkinson's Disease and Movement Disorders (16. Uluslararası Parkinson ve Hareket Bozuklukları Kongresi)	17-21 Haziran	The Convention Centre Dublin	Dublin/İrlanda	http://www.mdscongress2012.org/
CINP	03-07 Haziran	Stockholmsmässan	Stockholm	http://www.cinp2012.com/
21. Anadolu Psikiyatri Günleri	26-30 Haziran			www.apg2012.org
Alzheimer's Association International Conference 2012 (AAIC)	14-19 Temmuz		Vancouver/Canada	http://www.alz.org/aaic/vancouver.asp
EFNS 2012	08-11 Eylül	Stockholmsmässan	Stockholm	http://efns2012.efns.org/
19. Ulusal Sosyal Psikiyatri	5-8 Eylül		Edirne	
6. Aile Hekimliği Güz Okulu - AHGO	23-25 Eylül	Gloria Golf Resort	Antalya	http://guzokulu2012.org/
ECNP	13-17 Ekim		Viyana	http://conference.ecnp.nl/emc.asp?pagelD=1903
WPA	17-21 Ekim	Prague Congress Centre (PCC)	Prag	http://www.wpaic2012.org/en/welcome
13. Dünya Psiko-Onkoloji Kongresi	16-20 Ekim			http://www.ipos2012.org/
48. Ulusal Psikiyatri Kongresi	9-13 Ekim	Atatürk Kongre Kültür Merkezi	Bursa	http://www.psikiyatri2012.org/

Şube adresleri ve irtibat numaraları:

Bursa**Şube Kuruluş Tarihi:** Aralık 1999**Şube Müdürü:** Prof. Dr. Bilgen Taneli**Şube Adresi:** Fatih Sultan Mehmet

Bulvarı No: 1 D: 4 Nilüfer

Tel: (0224) 452 66 67**Faks:** (0224) 452 66 67**E-posta:** bilgi-bursa@

alzheimerdernegi.org.tr

Denizli**Şube Kuruluş Tarihi:** Nisan 2000**Şube Müdürü:** Günay Kahraman**Şube Adresi:** Mustafa Kemal

Bulvarı Köseoğlu İş Merkezi

No:61/606

Tel: (0258) 242 63 40**Faks:** (0258) 242 63 40**E-posta:** bilgi-denizli@

alzheimerdernegi.org.tr

Erzurum**Şube Kuruluş Tarihi:** Mart 2007**Şube Müdürü:** Recep Aygöl**Şube Adresi:** Hüseyin Avni Ulaş

Mh.

4. Siteler, Baldkent Yapı Koop.

E-1 Blok No: 4 Yıldızkent

E-posta: bilgi-erzurum@

alzheimerdernegi.org.tr

Eskişehir**Şube Kuruluş Tarihi:** Eylül 2003**Şube Müdürü:** Prof. Dr. Demet

Özbabalık

Şube Adresi: Emek Mah. Fazıla Sk.

No: 71/B Odunpazarı

Tel: (0222) 217 00 73**Faks:** (0222) 217 00 43**E-posta:** bilgi-eskisehir@

alzheimerdernegi.org.tr

İzmir**Şube Kuruluş Tarihi:** Aralık 1999**Şube Müdürü:** Dr. Aysel Gürsoy**Şube Adresi:** Mithatpaşa Cad.

No: 384/1 Karataş-Konak

Tel: (0232) 425 54 72**E-posta:** bilgi-izmir@

alzheimerdernegi.org.tr

Mersin**Şube Kuruluş Tarihi:** Nisan 2006**Şube Müdürü:** Selami Gedik**Şube Adresi:** Bahçelievler Mah.

1805 Sok. No: 8

Tel: (0324) 233 66 46**Faks:** (0324) 233 66 46**E-posta:** bilgi-mersin@

alzheimerdernegi.org.tr

Samsun**Şube Kuruluş Tarihi:** Temmuz 2006**Şube Müdürü:** Esra Çınar**Şube Adresi:** Hançerli Mh. Atatürk

Bulvarı Şengül Pasajı No: 36/12

Tel: (0362) 312 19 19**Dahili:** 3356/3504**E-posta:** bilgi-samsun@

alzheimerdernegi.org.tr

Alzheimer Derneği'nin periyodik yayın organıdır.**Alzheimer Haber**

Yerel Süreli Yayın

İmtiyaz Sahibi:

Türkiye Alzheimer Derneği adına

Prof. Dr. Murat Emre

Sorumlu Yazı İşleri Müdürü

Fügen Kural

Bilimsel Danışman:

Prof. Dr. Işın Baral Kulaksızoğlu

Alzheimer Derneği Yönetim Kurulu

Başkan: Murat Emre

Başkan yardımcısı: Işın Baral Kulaksızoğlu

Sekreter: Selami Gedik

Sayman: Zafer Kozanoğlu

Üye: Aysel Gürsoy

Yazışma Adresi:

Halaskargazi Caddesi, Akdoğan Apt.

No. 49, Kat: 4 Daire: 4 Harbiye, İstanbul

Telefon: (0212) 224 41 89, (0212) 296 51 41**Baskı:** Turap Tanıtım Hizmetleri Ltd. Şti.

Matbaacılık & Reklamcılık

Okmeydanı Cad. No: 113 -103/A

34445 Hasköy-İstanbul

Telefon: (0212) 238 24 04**E-posta:** turaptanitim@superonline.com

Onların **unutmak** için bir nedeni var, sizin hatırlamamak için bir nedeniniz yok!

Unutmayınız ki, Alzheimer Derneği'nin amacı, hasta ve hasta yakınlarına destek olmaktır. Bu amacını gerçekleştirmekte de sizlerden gelecek her türlü yardıma ihtiyaç duyar. Derneğimize üye olmak, maddi ve manevi destek sağlamak isterseniz, dernek ofis adresine yazarak, telefonla ya da mail adresimizle bizlere ulaşabilirsiniz.

İrtibat adresimiz:

Halaskargazi Cad. Akdoğan Apt. No: 49

Kat: 4 Daire: 4 Harbiye, İSTANBUL

Tel: (0212) 224 41 89

Faks: (0212) 296 05 79

E-posta: bilgimerkez@alzheimerdernegi.org.tr

Web sitesi: alzheimerdernegi.org.tr

Alzheimer bilgi hattı: 0800 211 80 24

Alzheimer danışma hattı: 0800 261 78 40

Yeni banka hesap numaralarımıza **dikkat ediniz;**

Alzheimer Derneği: Son yapılan Alzheimer Derneği Genel Kurul Toplantısı'nda 2008-2010 yılı için belirlenen yıllık üyelik aidatı 50 TL'dir. Eski ve yeni üyelerimizin aidatlarını yatırabilecekleri yeni banka hesap numaramız:

Akbank Feriköy Şubesi

Hesap no: 0068927-3

Bir çok proje ve etkinliği gerçekleştirmede bizlere destek sağlayacak bağışlarınızı bekliyoruz.

BU FORMU FAKS (0212 296 05 79) VEYA POSTA YOLU İLE ULAŞTIRMANIZI RİCA EDİYORUZ

Adınız: _____

Alzheimer Derneği

Üye olmak istiyorum

Soyadınız: _____

Üyeliliğimin devamını istiyorum

İrtibat adresiniz: _____

Üyeliliğimin devamını istemiyorum

TL peşin olarak

tarihinde kredi kartımdan alınız

Şehir: _____

Toplam miktar, yazıyla

Telefon: _____

VISA MASTER EUROCARD

E-posta: _____

KART NO:

Cep tel: _____

□□□□ □□□□ □□□□ □□□□

SON KULLANMA TARİHİ: □□□□ İMZA:



Lundbeck ilaç'ın desteğiyle basılmıştır.



Alzheimer Derneği (İstanbul):

Halaskargazi Caddesi, Akdoğan Apt.

No: 49 Kat: 4 Daire: 4 Harbiye, İstanbul

Tel: (0212) 224 41 89

*Onları
hatırladığınız
için teşekkürler.*