Aylık Bülten

Haziran 2026 Sayı 06



Yoga Günü’nden Şile’ye: sahada sağlık bilinciyle

Yoga Günü etkinliği, Şile Engelliler Kampı ve Haziran ayı ameliyat verileri bu sayıda.

- Yoga Günü’nde skolyoz taramaları
- Haziran’da 123 obezite ameliyatı
- 14 Haziran Dünya Kan Bağışçıları Günü
- Şile Engelliler Kampı’nda bilgilendirme
- Ortopedide 54 işlem
- Yaz sıcağı ve gıda güvenliği rehberi

CENTRAL HOSPİTAL, 12. ULUSLARARASI YOGA GÜNÜ ETKİNLİĞİNDE TOPLUM SAĞLIĞINA DESTEK VERDİ

Central Hospital, Kadıköy Belediyesi iş birliğiyle düzenlenen 12. Uluslararası Yoga Günü etkinliğinde yer alarak katılımcılarla bir araya geldi.

Sağlık ve sporun buluştuğu organizasyon kapsamında Central Hospital'ın uzman fizyoterapistleri tarafından katılımcılara yönelik skolyoz taramaları gerçekleştirildi. Ayrıca etkinlik boyunca sağlıklı yaşam, fiziksel aktivite ve omurga sağlığı konularında bilgilendirmelerde bulunuldu.

Toplum sağlığını desteklemeyi kurumsal yaklaşımının önemli bir parçası olarak gören Central Hospital, sağlık hizmetlerini hastane dışındaki sosyal etkinliklerle de toplumla buluşturmaya devam ediyor.











CENTRAL HOSPİTAL'DAN ŞİLE ENGELLİLER KAMPI'NDA ERİŞİLEBİLİR SAĞLIK İÇİN BİLGİ PAYLAŞIMI

Central Hospital, Türkiye Sakatlar Derneği Kartal Şubesi iş birliğiyle Şile Engelliler Kampı'nda fiziksel engelli bireylerle bir araya geldi.

Etkinlik kapsamında Central Hospital Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Uzmanı Doç. Dr. Sevil Karagül, katılımcılara fiziksel tıp ve rehabilitasyon süreçlerinin önemi, kişiye özel tedavi planlaması ve yaşam kalitesini artırmaya yönelik yaklaşımlar hakkında bilgi verdi. Gerçekleştirilen bilgilendirme çalışmasıyla fiziksel rehabilitasyon konusunda farkındalığın artırılması ve katılımcıların doğru sağlık bilgisine erişiminin desteklenmesi hedeflendi.

Sağlık hizmetlerine erişimin toplumun her kesimi için mümkün ve kapsayıcı olması gerektiği anlayışıyla hareket eden Central Hospital, toplumsal farkındalığı güçlendiren ve sağlık bilgisini geniş kitlelerle buluşturan çalışmalarına devam ediyor.









HAZİRAN'DA OBEZİTE CERRAHİSİNDE 123 AMELİYAT

Central Hospital Genel Cerrahi Kliniği'nde obezite cerrahisine olan talep Haziran ayında da sürdü. Ay içinde toplam 123 obezite ameliyatı başarıyla gerçekleştirildi.

123

Haziran ayında gerçekleştirilen toplam obezite ameliyatı

Ameliyat türüne göre dağılım:

Sleeve gastrektomi (laparoskopik)	**118**
Gastrik bypass (laparoskopik)	**3**
Sleeve İleal (SASİ)	**2**

> Obezite cerrahisi, doğru hasta seçimi ve ameliyat sonrası düzenli diyetisyen takibiyle birlikte uzun vadeli başarı sağlayan, multidisipliner bir tedavi sürecidir.



** Veriler, Haziran 2026 ameliyat kayıtlarından derlenmiştir.*

HAZİRAN'DA ORTOPEDİ BİRİMİNDE 54 İŞLEM

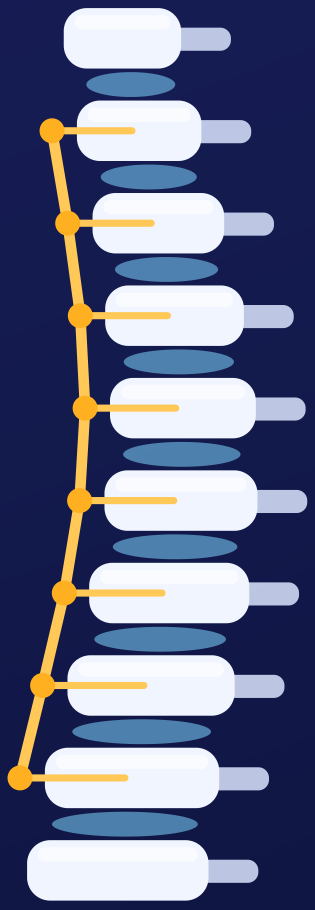
Central Hospital Ortopedi ve Travmatoloji Kliniği, Haziran ayında da hastalarına hizmet vermeye devam etti. Ay boyunca klinik bünyesinde toplam 54 ortopedik işlem ve ameliyat gerçekleştirildi.

54

Haziran ayında gerçekleştirilen toplam ortopedik işlem/ameliyat

Öne çıkan ameliyat ve işlemler:

Omurga Cerrahisi (enstrümantasyon, vertebroplasti vb.)	17
Osteotomi (Kemik Düzeltme) Ameliyatı	8
Kırık Cerrahisi	5
Diz / Kalça Artroplastisi (Protez)	4
Debridman	4
İmplant Çıkarma	3



Ayrıca ameliyat sırasında intraoperatif nöromonitörizasyon, tendon transferi ve kemik tümörü rezeksiyonu gibi işlemler de yapıldı.

> Omurga cerrahisi Haziran ayında da kliniğin öne çıkan alanlarından biri oldu: 17 omurga ameliyatı ve işlemi gerçekleştirildi.

** Veriler, Haziran 2026 ameliyat kayıtlarından derlenmiştir.*

14 HAZİRAN DÜNYA KAN BAĞIŞÇILARI GÜNÜ

Her yıl 14 Haziran'da kutlanan Dünya Kan Bağışçıları Günü, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından güvenli kan temininde gönüllü bağışçıların rolüne dikkat çekmek ve bağışçılara teşekkür etmek amacıyla ilan edilmiştir.

Kan ve kan ürünleri; ameliyatlar, kazalar, doğum komplikasyonları, kanser tedavisi ve kan hastalıkları gibi pek çok durumda hayat kurtarır. Kan yapay olarak üretilemediği için ihtiyaç ancak gönüllü bağışlarla karşılanabilir.

Türkiye'de kan bağışı için genel olarak 18–65 yaş arasında olmak ve en az 50 kg ağırlığında bulunmak gerekir; bağıştan önce sağlık görevlisi kısa bir değerlendirme yapar. Bağış için Türk Kızılay kan merkezlerine veya kan bağış noktalarına başvurabilirsiniz.



> 💡 Biliyor muydunuz? Bağıştan önce yeterince uyumak, bol su içmek ve aç karnına gitmemek hem bağışçı hem de bağış süreci için önemlidir.

YAZ SICAKLARINDA SICAK ÇARPMASINA DİKKAT

Haziran ayıyla birlikte hava sıcaklıkları yükselir. Vücut aşırı ısındığında ve terle kaybedilen sıvı yerine konamadığında önce sıcak bitkinliği, tedavi edilmezse sıcak çarpması gelişebilir. Sıcak çarpması acil müdahale gerektiren bir durumdur.

Yaşlılar, bebekler ve küçük çocuklar, kronik hastalığı olanlar ile açık havada çalışanlar daha yüksek risk altındadır. Susuzluk hissetmeseniz bile gün boyu düzenli su için; 10.00–16.00 arasında güneşte kalmamaya, açık renkli ve bol giysiler giymeye özen gösterin. Park halindeki kapalı bir araçta çocuk veya evcil hayvan asla bırakmayın.

Yüksek ateş, sıcak ve kuru ya da aşırı terli cilt, şiddetli baş ağrısı, baş dönmesi, bulantı, şaşkınlık veya bilinç değişikliği fark ederseniz kişiyi gölgeli, serin bir yere alın ve 112'yi arayın.



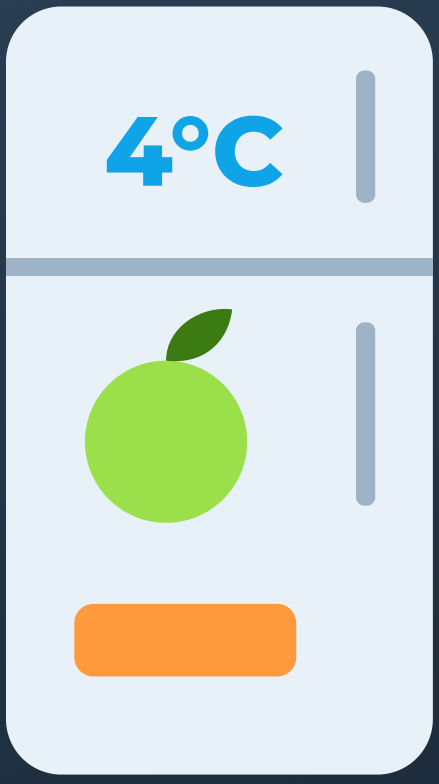
💡 İpucu: Sıcak havada alkol ve şekerli içecekler yerine su tercih edin.

YAZ AYLARINDA GIDA GÜVENLİĞİ

Sıcak havada bakteriler gıdalarda çok daha hızlı çoğalır; bu nedenle yaz aylarında gıda zehirlenmesi ve ishal vakaları artabilir. Belirtiler genellikle bulantı, kusma, karın ağrısı ve ishaldir.

Çiğ et, tavuk ve balığı diğer gıdalardan ayrı hazırlayın ve saklayın; yemekleri iyice pişirin. Pişmiş ve çabuk bozulan gıdaları uzun süre dışarıda bırakmayın, buzdolabında 4°C ve altında saklayın. Elleri yemekten önce ve tuvaletten sonra en az 20 saniye sabunla yıkayın; çiğ yenen meyve ve sebzeleri bol suyla yıkayın.

İshalde sıvı kaybını önlemek için bol su için. Ateş, kanlı ishal, şiddetli karın ağrısı varsa ya da belirtiler birkaç günden uzun sürerse; ayrıca bebek, yaşlı ve kronik hastalarda bir sağlık kuruluşuna başvurun.



> 💡 Piknik ve plajda: Çabuk bozulan yiyecekleri soğutucu çantada taşıyın ve güneşte bekletmeyin.