Aylık Bülten

Temmuz 2026 Sayı 07



Sporcudan çalışana: taramalarla sağlık bilinciyle

ACR Voleybol Takımı'nda skolyoz taraması, JUSTWork'te sağlık değerlendirmesi ve Temmuz ayı ameliyat verileri bu sayıda.

- ACR Voleybol Takımı'na skolyoz taraması
- JUSTWork'te sağlık değerlendirmesi
- Temmuz'da 63 obezite ameliyatı
- Ortopedide 106 işlem
- Plastik cerrahide 60 ameliyat, gözde 15 hasta
- Hepatit Günü ve masa başı duruş rehberi

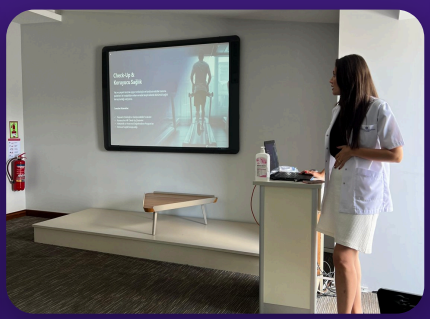
ACR VOLEYBOL TAKIMI KIZ SPORCULARINA CENTRAL HOSPİTAL'DA SKOLYOZ TARAMASI

Central Hospital, genç sporcuların omurga sağlığı konusunda farkındalık kazanması ve skolyozun erken dönemde tespit edilmesinin önemine dikkat çekmek amacıyla ACR Voleybol Takımı kız sporcularına yönelik skolyoz taraması gerçekleştirdi.

Hastanemizde düzenlenen taramalar, Doç. Dr. Sevil Karagül ve uzman fizyoterapist ekibinin katılımıyla gerçekleştirildi. Program kapsamında genç sporcuların omurga sağlığı değerlendirilerek skolyoz açısından taramaları yapıldı.

Özellikle büyüme ve gelişme dönemindeki çocuk ve gençlerde omurga sağlığının düzenli olarak takip edilmesinin önemine dikkat çekilen etkinlikte, sporculara ve ilgililere skolyoz, duruş bozuklukları ve erken farkındalık konusunda bilgilendirmelerde bulunuldu.

Central Hospital olarak çocukların ve gençlerin sağlıklı gelişimini destekleyen koruyucu sağlık çalışmalarıyla toplum sağlığına katkı sunmaya devam ediyoruz.




CENTRAL HOSPİTAL'DAN JUSTWORK'TE ÇALIŞANLARA YÖNELİK SAĞLIK DEĞERLENDİRMESİ

Central Hospital, çalışan sağlığını desteklemek ve masa başı çalışma düzeninin olası etkilerine dikkat çekmek amacıyla JUSTWork alanında "Sağlık Değerlendirmesi" etkinliği gerçekleştirdi.

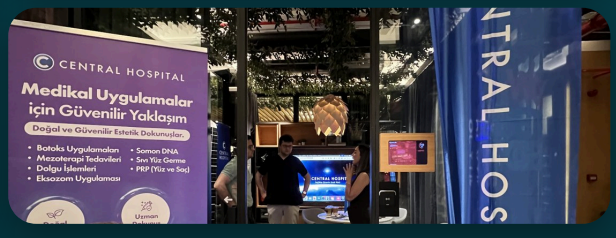
Uzman sağlık ekibinin katılımıyla düzenlenen etkinlik kapsamında, çalışanlara yönelik ortopedik değerlendirmeler, skolyoz ve postür taramaları, Beden Kitle İndeksi (BKİ) ölçümleri ve beslenme analizleri yapıldı.

Etkinlik boyunca katılımcılara, uzun süre masa başında çalışmanın kas-iskelet sistemi ve genel sağlık üzerindeki olası etkileri hakkında bilgilendirme yapılarak günlük çalışma yaşamında uygulanabilecek sağlıklı yaşam önerileri paylaşıldı.

Central Hospital, toplum sağlığını destekleyen koruyucu sağlık hizmetleri ve farkındalık çalışmalarıyla sağlıklı yaşam bilincini yaygınlaştırmayı hedefliyor. Gerçekleştirilen bu etkinlikle, çalışma hayatında sağlığın ve düzenli sağlık kontrollerinin önemine bir kez daha dikkat çekildi.







TEMMUZ’DA OBEZİTE CERRAHİSİNDE 63 AMELİYAT

Central Hospital Genel Cerrahi Kliniği’nde obezite cerrahisine olan talep Temmuz ayında da sürdü. Ay içinde toplam 63 obezite ameliyatı başarıyla gerçekleştirildi.

63

Temmuz ayında gerçekleştirilen toplam obezite ameliyatı



Ameliyat türüne göre dağılım:

Sleeve gastrektomi (laparoskopik)	56
Gastrik bypass (laparoskopik)	5
Sleeve ileal (SASİ)	2

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

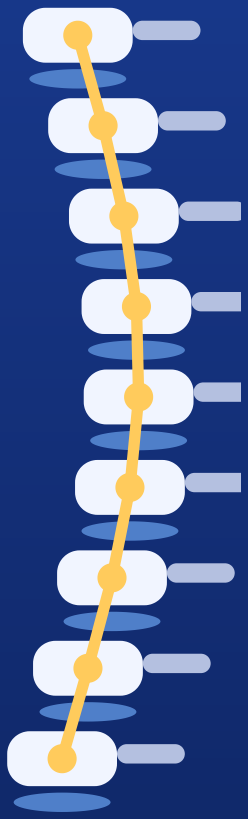
** Veriler, Temmuz 2026 ameliyat kayıtlarından derlenmiştir.*

TEMMUZ'DA ORTOPEDİ BİRİMİNDE 106 İŞLEM

Central Hospital Ortopedi ve Travmatoloji Kliniği, Temmuz ayında da hastalarına hizmet vermeye devam etti. Ay boyunca klinik bünyesinde 68 hasta üzerinde toplam 106 ortopedik işlem ve ameliyat gerçekleştirildi.

106

Temmuz ayında gerçekleştirilen toplam ortopedik işlem/ameliyat



Öne çıkan ameliyat ve işlemler:

Omurga Cerrahisi	29
Tenotomi / Tendon Cerrahisi	13
Osteotomi (Kemik Düzeltme)	12
Debridman	9
Artroplasti (Protez)	5

Omurga cerrahisi Temmuz ayında da kliniğin öne çıkan alanlarından biri oldu: 29 omurga ameliyatı ve işlemi gerçekleştirildi.

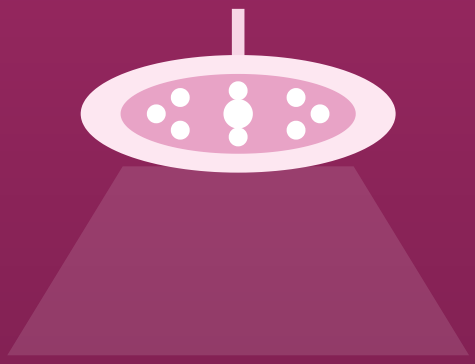
** Veriler, Temmuz 2026 ameliyat kayıtlarından derlenmiştir.*

TEMMUZ'DA PLASTİK CERRAHİDE 60 AMELİYAT

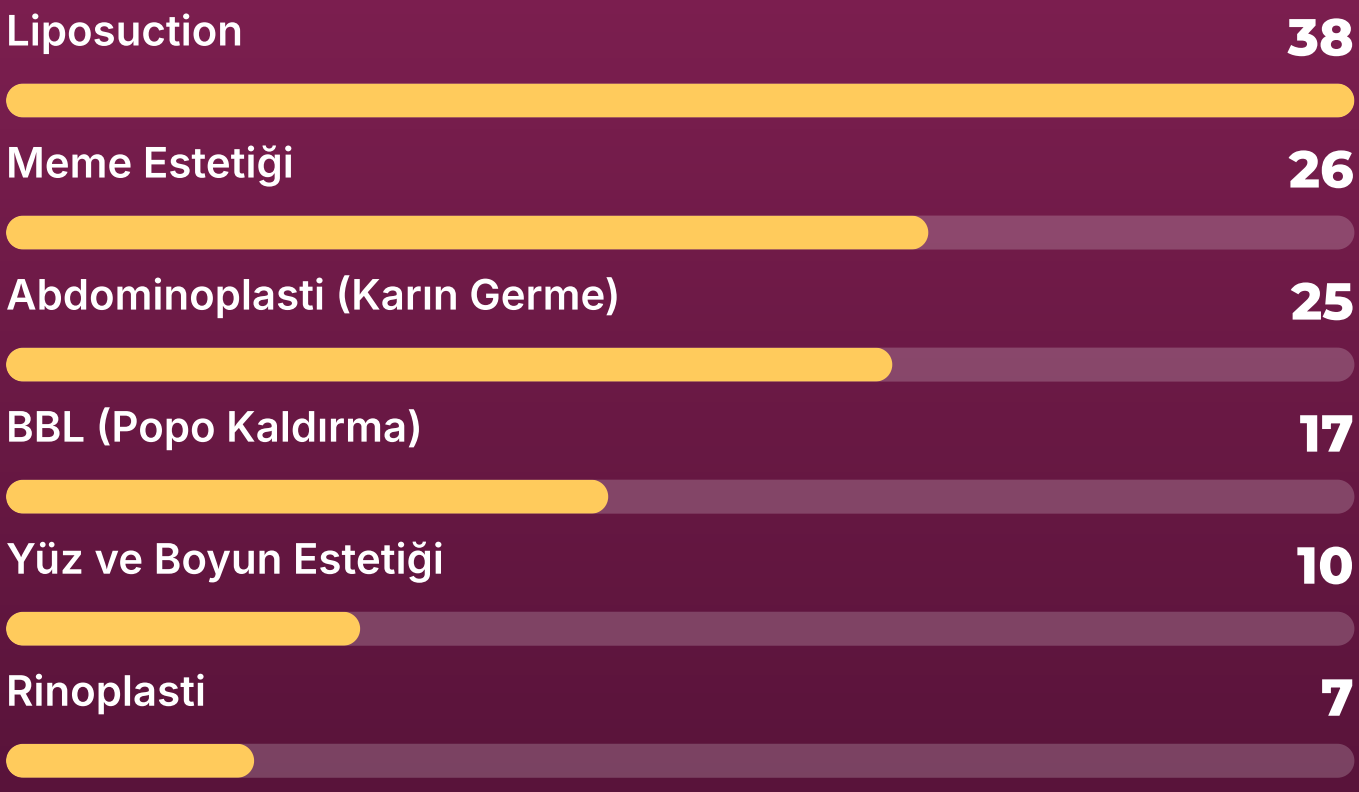
Central Hospital Plastik, Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi Kliniği, Temmuz ayında da hastalarına hizmet vermeye devam etti. Ay içinde 60 hastaya ameliyat gerçekleştirildi.

60

Temmuz ayında gerçekleştirilen toplam plastik cerrahi ameliyatı



Öne çıkan ameliyatlar (hasta sayısı):



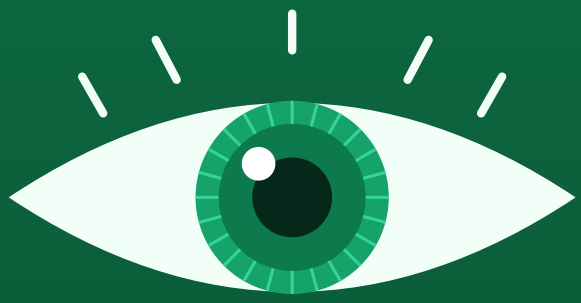
** Bir hasta aynı seansta birden fazla işlem alabildiği için dağılımın toplamı hasta sayısından fazladır. Veriler, Temmuz 2026 ameliyat kayıtlarından derlenmiştir.*

TEMMUZ'DA GÖZ CERRAHİSİNDE 15 HASTAYA AMELİYAT

Central Hospital Göz Hastalıkları Kliniği, Temmuz ayında da hastalarına hizmet vermeye devam etti. Ay içinde 15 hastada toplam 18 göz ameliyatı ve işlemi gerçekleştirildi.

15

Temmuz ayında ameliyat edilen göz hastası



Ameliyat türüne göre hasta sayısı:

Göz Kapağı Cerrahisi	7
Katarakt (Lens İmplantasyonu)	5
Glokom / Kornea İşlemleri	2
Şaşılık Cerrahisi	1

> Göz kapağı cerrahisi ve katarakt ameliyatları Temmuz ayında kliniğin öne çıkan işlemleri oldu.

** Veriler, Temmuz 2026 ameliyat kayıtlarından derlenmiştir.*

28 TEMMUZ DÜNYA HEPATİT GÜNÜ

Her yıl 28 Temmuz’da kutlanan Dünya Hepatit Günü, Dünya Sağlık Örgütü (WHO) tarafından viral hepatitler konusunda farkındalığı artırmak amacıyla ilan edilmiştir.

Hepatit, karaciğerin iltihabıdır; en sık A, B, C, D ve E virüsleri nedeniyle gelişir. A ve E kirli su ve gıdalarla, B, C ve D kan ve vücut sıvılarıyla bulaşır. Halsizlik, bulantı, koyu renkli idrar ve ciltte sararma görülebilir; ancak hastalık uzun süre belirti vermeyebilir.

Hepatit A ve B’ye karşı aşı vardır; hepatit C tedavi edilebilir. El hijyenine ve güvenli su-gıdaya dikkat edin, diş fırçası ve tıraş bıçağı gibi eşyaları paylaşmayın. Risk altındaysanız hekiminize başvurup tarama testi yaptırın.



> 💡 **Biliyor muydunuz?** Viral hepatitlerin birçoğu uzun süre belirti vermediği için ancak kan testiyle fark edilebilir.

MASA BAŞI ÇALIŞANLAR İÇİN SAĞLIKLI DURUŞ REHBERİ

Uzun süre aynı pozisyonda oturmak boyun, sırt ve bel ağrılarına yol açabilir. Çalışma ortamınızı küçük düzenlemelerle kendinize uygun hale getirmek bu yükü azaltır.

Monitörün üst kenarını göz hizasında tutun, sırtınızı sandalyeye dayayın, ayaklarınız yere tam bassın; dirsek ve dizleriniz yaklaşık 90 derece açıyla dursun. Her 30-60 dakikada bir ayağa kalkıp kısa bir yürüyüş yapın.

Ağrınız geçmiyorsa, kollarda veya bacaklarda uyuşma ve güç kaybı varsa ya da duruşunuzda asimetri fark ediyorsanız bir Ortopedi veya Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon uzmanına başvurun.



90°

dirsek ve diz

> 💡 **İpucu:** En iyi duruş, sık değişen duruştur. Her saat başı pozisyonunuzu değiştirmeyi alışkanlık haline getirin.