

WHO?CARIES

MAYIS 2025 - SAYI 1

“

Bir enstrümanla dişi oymak, bir kalemle satırları kazımak... Her ikisi de bir iz bırakır. Biz o izleri takip ediyoruz.

”

DİŞLERDEKİ İŞİLTİ

Bu trend nereden çıktı böyle ?

SAHNE ARKASINA BUYURUN: BALE DÜNYASI

Estetiğin zarafetle buluşması...

SAĞLIKLI BESLENMEK

Öğrenciyiz biz o nasıl olacak ?

KOMİSYONLAR

ETKİNLİKLER

KONGRELER

ve dahası...



9 781234 567897



BİRÜNİ
ÜNİVERSİTESİ
DİŞ HEKİMLİĞİ FAKÜLTESİ



Nerede Ne Var?

05

FİLM KÖŞESİ

06

MAĞARADAKİ ÇÜRÜK

07

KÜTÜPHANE

10

BUDSA

12

MİNİK DİŞLER
SAĞLIKLI
GÜLÜŞLER

14

KLASİK VE MODERN
SANAT

17

ALGININ DEĞİŞEN DENGESİ

19

TÜRKİYE'DE DİŞ HEKİMLİĞİ

22

DİŞLERDEKİ İŞİLTİ

24

BİLİMİN, EĞİTİMİN VE
VİZYONUN IŞIĞINDA...

26

BALE DÜNYASI

27

SAĞLIKLI BESLENME

EDİTÖRLER



M. Enes İSTANBUL

Diş hekimliği öğrencilerinin sesi olmayı hedefleyen bu yayının ilk sayısı ile sizlerle buluşmanın heyecanı içerisindeyiz. Dergideki temel gayemiz; köklerini bugüne, dallarını ise yarına uzatacak bir geleneğe adım atmak oldu. Elinizde tuttuğunuz bu yayın, birçok kişinin özverili katkılarıyla hayat buldu. Başta yazılarını bizlerle paylaşan yazarlarımız ve titiz çalışmalarını içeriği şekillendiren editörlerimiz olmak üzere, emeği geçen tüm arkadaşlarımıza içtenlikle teşekkür ederiz.

Bu ilk adımın, mesleki dayanışmayı güçlendiren, ilham veren ve bizler arasında kalıcı bir bağ kuran bir yolculuğun başlangıcı olmasını diliyoruz.

Hep birlikte daha nice sayılarda buluşmak dileğiyle.



İkra RÜZGARLI



Furkan Sarp TAVUKÇUOĞLU



Nur Ceren ERKAN



Orkun SUBAŞI



Elif İlke AYVAZ



Alp ARSLAN



6 ŞUBAT 2023 TARİHLİ DEPREM FELAKETİNDE
HAYATINI KAYBEDEN DİŞ HEKİMLİĞİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİSİ
ARKADAŞLARIMIZI ÖZLEM VE RAHMETLE ANIYORUZ



DERGİMİZE BAŞLARKEN



Sevgili Meslektaşlarım,
Dergimizin İlk Sayısına Hoş Geldiniz...

Biruni Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Öğrenci Kulübü- BUDSA olarak uzun süredir hedeflediğimiz bir projeyi sizlerle buluşturmanın heyecanını yaşıyoruz. BUDSA, kurulduğu günden bu yana diş hekimliği alanında fark yaratan, öğrencilerin gelişimine katkı sağlayan ve topluma hizmet odaklı projelere imza atmış güçlü bir öğrenci kulübüdür. Geçmişten bugüne düzenlenen bilimsel seminerler, sosyal sorumluluk projeleri, gönüllü hizmet etkinlikleri ve mesleki atölyeler, BUDSA'nın alanında lider ve örnek bir öğrenci kulübü olma hedefini başarıyla ortaya koymaktadır. BUDSA, aynı zamanda sosyal etkinliklerle üyeleri arasında güçlü bir bağ kurmayı başarmış, BUDSA ailesi her geçen gün daha da büyüyen ve güçlenen bir topluluk haline gelmiştir. Kulübümüzün bu başarı dolu geçmişi, gelecek faaliyetler için de ilham kaynağı olmaya devam etmektedir.

Dergimiz, diş hekimliği alanında bilgi paylaşımını teşvik etmek ve öğrencilerimizin sosyal , kültürle ve bilimsel birikimlerini geliştirmek amacıyla hayata geçirdiğimiz bir çalışmadır. Bu dergi sadece bilimsel makalelerle değil; aynı zamanda kulübümüzün enerjisiyle, yaratıcılığıyla ve mesleğimize katkı sağlama vizyonuyla doludur.

Aynı zamanda, diş hekimliği öğrencilerinin mesleki bilgi birikimini artırırken; sanattan spora, sosyal sorumluluk projelerinden kültürel etkinliklere kadar geniş bir yelpazede içerikler sunarak, öğrencilerimizin farklı alanlarda ilham almalarını sağlayacaktır. Her bir sayfada, diş hekimliğinin farklı yönlerine ışık tutacak içeriklere ve bilgiye dayalı, öğrencilerimizin titizlikle hazırladığı çalışmalara ulaşacaksınız.

Bu ilk sayımızın her sayfasında, öğrencilerimizin titiz çalışmaları, birbirinden değerli meslektaşlarımızın destekleri ve BUDSA ailesinin büyük bir emeği var. Dergimizin hazırlanmasında katkı sunan tüm öğrencilerimize, akademik rehberlikleriyle bize yol gösteren kıymetli meslektaşlarıma ve kulübümüzü her daim destekleyen Fakülte yönetimine en içten teşekkürlerimi sunuyorum. Birlikte çalışmanın gücünü hissederek oluşturduğumuz bu dergi, hepimizin eseri ve gururudur.

Her sayımızda sizlerle bir araya gelerek, bilgiye dayalı bir toplum olma yolunda birlikte adım atmaya devam edeceğiz. Unutmayın ki, dergimiz sizin fikirleriniz ve enerjinizle hayat buluyor. Hayallerinizin peşinden koşarken, mesleğinize ve topluma kattığınız her değerinde bizler de yanınızdayız.

Sevgi ve saygılarımla,

Prof. Dr. Burcu KARADUMAN

**Biruni Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi
BUDSA Danışman Öğretim Üyesi**



Jane Austen'ın kitabından esinlenilerek yapılmış olan, asıl ismi İngilizcede "Pride and Prejudice" yani "Gurur ve Önyargı" olmasına rağmen sinemamıza "Aşk ve Gurur" olarak geçmiştir. Filmin müzik kalitesi, oyuncu kadrosu, kullanılan kıyafetler ve mekan seçimleri olarak bence iyi işlenmiş bir dönem filmi. Film genel olarak yavaş bir tempoda ilerliyor.

Gururun ve önyargının yerini yavaşça aşka bırakması ince ince detaylara işlenerek bizlere sunuluyor. Ve genel olarak diğer filmlerden ayıran şey olayların masum ve saf bir şekilde ilerlemesi. Yavaş tempolu fakat duyguları iplik iplik işleyen karakterlerin gözünüzün önünde ağır ağır şekillendiği filmler hoşunuza gidiyorsa eğer bayılarak izleyeceğiniz bir film diyebilirim. Ben kaç kere izlediğimi sayamadım.



INCEPTION

Film mi desem yoksa şaheser mi tam emin olamasamda bence Christopher Nolan'ın en başarılı yapıtlarından biri. Akıl almaz bir senaryo ile sadece filmi izlettirmiyor resmen içinde yaşıyor.

Konu ve olay akışı olarak bambaşka. Leonardo DiCaprio bu filmde bir hırsız olan "Dom Cobb" karakteriyle karşımızda. Hırsız deyince de öyle soygun yapan türden değil. İnsanların en savunmasız olduğu yerde, rüyalarında, bilinçaltında sakladıkları sırları ve fikirleri çıkarıp çalan türden. Ama bu sefer farklı çünkü bu sefer bir fikri çalmayıp tam aksine bir fikir yerleştirmekle görevli. Acaba bu görevde başarılı olabilecek mi? Oyuncu seçimleri ve oyunculuklar mükemmel ötesi. Zaten böyle bir kadroyla daha farklı bir sonuç çıkamazdı herhalde.

Leonardo DiCaprio, Cillian Murphy, Elliot Page bu isimlerden bazıları. Bu film öyle kenarda köşede açık kalsın izleyeyim diyebileceğiniz bir film değil. Odaklanarak ve dikkatlice izlenmeli ama zaten o kadar akıcı ki bu zor olmayacaktır eminim ki. Bir sonu var ki zaten... Neyse daha fazla uzatmayayım. Sanki bir rüyadaymış gibi izleyeceksiniz.



MAĞARADAKİ ÇÜRÜK

Muhammet Enes İstanbul

Dişinde çürük oluşan ilk insanı hiç düşündünüz mü? Çenesini her oynattığında, çiğnediği her lokmada hissettiği dayanılmaz ağrının sebebini anlamlandıramayan bu insan, acısını dindirmek için çaresizce çeşitli tedavi yöntemlerine başvurmuş olabilir. Belki bitkilerden elde ettiği özlerle ağrısını hafifletmeye çalıştı, belki de doğal taşlarla dişine müdahalede bulunmaya yeltendi. Her ne kadar ilk diş çürüğünün ne zaman ve nasıl ortaya çıktığını kesin olarak bilemesek de, bu konuda arkeolojik bulgular bizlere önemli ipuçları sunmaktadır.

Geçtiğimiz yıllarda Fas'taki Grotte des Pigeons (Güvercinler Mağarası) olarak bilinen arkeolojik alanda yapılan kazılarda, yaklaşık 13 bin yıl öncesine tarihlenen 52 kafatası kalıntısı bulunmuştur. Bu kalıntıların incelenmesi sonucunda, bireylerin dişlerinde şaşırtıcı derecede yüksek oranda çürük tespit edilmiştir. Bu bulgu, diş çürüğünün tarihsel geçmişine dair yeni bir bakış açısı kazandırmıştır.

Diş çürüğünün temel nedeni, diş plağındaki bakterilerin tükürükteki ve yiyecek artıklarındaki karbonhidratları fermente etmesi sonucu ortaya çıkan organik asitlerin, dişin mineral yapısını zamanla çözmesidir. Günümüzde bu süreci özellikle hızlandıran unsur, rafine şekerin yaygın tüketimidir. Ancak, avcı-toplayıcı toplumlarda işlenmiş şekerin bilinmemesi, çürük oranlarının oldukça düşük olmasına neden olmaktaydı. Bu bağlamda, Grotte des Pigeons mağara sakinlerinde tespit edilen yüksek çürük oranı, bilim insanları için şaşırtıcı bir durum olmuştur.

Peki, işlenmiş şekerin henüz keşfedilmediği bu dönemde, bu bireylerde neden çürük oranı bu kadar yüksekti?

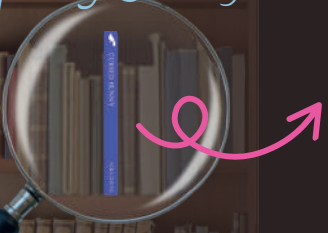
Yapılan incelemeler, bu toplumun diyetinin ağırlıklı olarak meşe palamudu ve çam fıstığı gibi karbonhidrat bakımından zengin bitkisel kaynaklara dayandığını göstermiştir. Bu besinlerin sık tüketilmesi, ağızda asidik ortamın oluşmasını kolaylaştırmış ve bu durum zamanla diş minesinin aşınmasına, dentin tabakasının açığa çıkmasına ve çürük oluşumuna zemin hazırlamıştır. Dolayısıyla, yalnızca rafine şeker değil, karbonhidrat açısından zengin doğal gıdalar da diş sağlığı üzerinde olumsuz etkilere yol açabilmektedir.

Bu diyetin uzun vadeli etkisi olarak mağara sakinlerinin birçoğunda dentin tabakasına kadar ilerlemiş çürükler tespit edilmiştir. Muhtemelen bu bireyler, dönemlerine göre oldukça yaygın diş ağrıları yaşamış ve bu durum günlük yaşamlarını önemli ölçüde etkilemiştir. Hatta bu ağrıların bazı bireylerde sistemik enfeksiyonlara yol açarak yaşam kalitelerini düşürdüğü ve belki de ömürlerini kısalttığı düşünülebilir.

Grotte des Pigeons mağara sakinlerinin dişlerinde tespit edilen bu yüksek çürük oranı, beslenme şeklinin çürük oluşumundaki belirleyici etkisini bir kez daha ortaya koymaktadır. Aynı zamanda bu bulgular, ağız ve diş sağlığının tarihsel evrimini anlamamız açısından büyük önem taşımaktadır. Diş çürüğünün yalnızca modern yaşamın bir sonucu olmadığını, binlerce yıl öncesine uzanan köklü bir geçmişi olduğunu görmek, bugün yaşadığımız diş sağlığı yaklaşımlarını tarihsel bir bağlama oturtmamıza da yardımcı olmaktadır.

KÜTÜPHANE KÖŞESİ

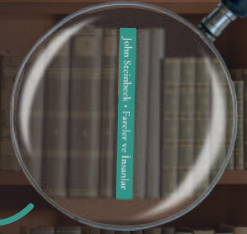
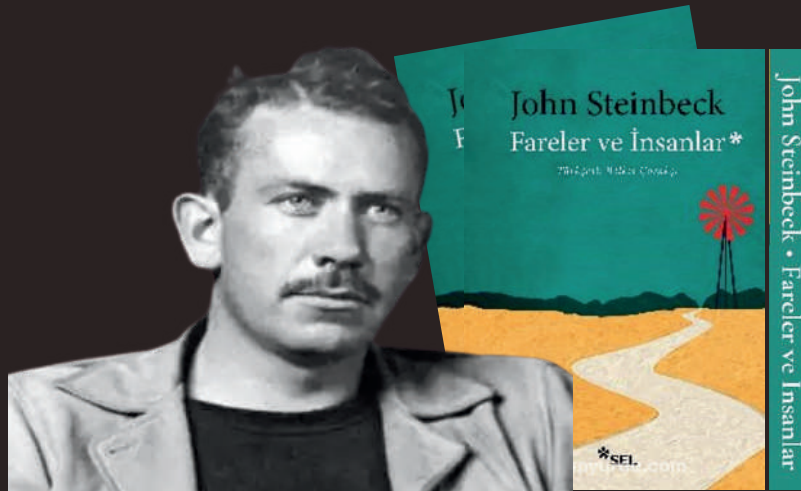
İpek Beyza DÖNGEL



Lanetli Tavşan kitabı Koreli yazar Bora Chung'un kaleminden çıkan bir hikaye koleksiyonudur. Kitabın ana teması insanlığın karanlık ve gizemli yönlerini gözler önüne sermektir. Kitapta yer alan hikayeler okuyucuyu farklı bir evrene götürerek insan doğasının karanlık köşelerini ve toplumsal yapının çelişkilerini ortaya çıkarır.

Yazarın hikayeleri kısa olmasına rağmen derin ve etkileyici anlamlar taşır. Yazarın akıcı ve etkileyici dili okuyucuyu hem hikayelerin içine çeker hem de onları derin düşüncelerle iç dünyalarını sorgulamaya iter.

Lanetli Tavşanın edebiyat açısından zenginliği ve daha önce akla gelmemiş yaratıcı kurgusuyla, hem korku hem fantazi severler hem de insan psikolojisine ilgi duyan okuyucular için etkileyici bir okuma deneyimi sunar.



Amerikalı John Steinbeck tarafından kaleme alınan Fareler ve İnsanlar kitabı iki tarım işçisi gezgin arkadaşın George Milton ve Lennie Small'un hikayesini anlatır. George ve Lennie beraber çiftlik kurmayı hayal ederler. Hayalleri için para kazanmak amacıyla gittikleri çiftlikte Lennie'nin istemeden karıştığı talihsizlikler sebebiyle olayların seyri değişecektir. Steinbeck'in bu eserinde dostluk, yalnızlık umut ve temaları derinlemesine işlenir. Aynı zamanda toplumsal adaletsizliğe de dikkat çeker. Romanın duygusal yoğunluğu okuyucuyu derinden etkiler.

İpek Beyza DÖNGEL

Didem Madak (1970-2011)

“Ah’lar Ağacı”, Türk şair Didem Madak tarafından yazılmış duygusal derinliği ile dikkat çeken bir şiir kitabıdır. Şiirlerinde doğa, aşk ve özlem gibi iç dünyasını yansıtan evrensel temaları işlemiştir. Erken yaşta kaybettiği annesine olan özlemini, kardeş sevgisini şiirlerinde net bir şekilde hissedebilirsiniz. Didem Madak’ın incelikli dili ve duyarlı bakış açısı okuyucuları etkileyen ve düşündüreren bir atmosfer yaratıyor. Hayatın içinden kesitler sunan bu kitap size bazen hayatın kargaşasından kurtulup soluklanmanız için bir sığınak görevi görecek.

**Öyle yıkma kendini,
Öyle mahzun, öyle garip...
Nerede olursan ol,
İçerde, dışarda, derste, sırada,
Yürü üstüne - üstüne,
Tükür yüzüne celladın,
Fırsatçının, fesatçının, hayının...
Dayan kitap ile
Dayan iş ile.
Tırnak ile, diş ile,
Umut ile, sevdâ ile, düş ile
Dayan rûsva etme benî.**

**Gör, nasıl yeniden yaratılışım,
Namuslu, genç ellerinle.
Kızlarım,
Oğullarım var gelecekte,
Herbiri vazgeçilmez cihan parçası.
Kaç bin yıllık hasretimin koncası,
Gözlerinden,
Gözlerinden öperim,
Bir umudum sende,
Anlıyor musun ?**

**Ah benim nergis kokulu cehaletim...
Ruj lekeleri bıraktın bardaklarda
Anlatmak isterdin kendini durmadan
Bir bardağa bile olsa.
Ne diyecektin , ne söylecektin
Şairlerin şahı olsan,
Bir AH’dan başka.**

Muhammet Enes İstanbul

Ahmed Arif (1927-1991)

Ahmed Arif, Türk edebiyatının kendine özgü sesiyle hafızalara kazınmış, halkın diliyle kaleme alınmış şiirlerin güçlü temsilcisidir. Anadolu’nun çetin coğrafyasını, yoksulluğunu, hasretini ve umudunu dizelerine taşıyan şair, özellikle “Hasretinden Prangalar Eskittim” adlı şiir kitabıyla edebiyatımızda derin bir iz bırakmıştır.

Ahmed Arif’in şiirlerinde halk kültürünün izleri, isyanın kararlılığı ve sevdanın en yalın hâli iç içe geçer. Onun dizelerinde hem bir dağın suskunluğu hem de bir annenin gözyaşı vardır. Dili sade ama yüklü; imgesi güçlü ama samimidir. Yalnızca bireysel değil, toplumsal duyguların da sesi olan Ahmed Arif’in şiirleri, okuyan herkes için bir vicdan çağrısı, bir yürek sızısı ve kimi zaman da bir umut penceresidir. **“Anadolu”** şiiri buna en güzel örnektir. Her dizesi, insanın içini burkar ama aynı zamanda yüreğe cesaret fısıldar.

SPONSOR BÖLÜMÜ



**BIRUNI
UNIVERSITY**
DENTAL STUDENTS
ASSOCIATION

Dünden Bugüne

Kulübümüz, kurulduğu andan itibaren dopdolu etkinliklerle öğrencilik hayatımıza hem bilgi hem de keyif kattı. Hep birlikte öğrendik, deneyimledik ve gelişmenin ne kadar eğlenceli olabileceğini bir kez daha gördük. Gelin, kulübümüzün bu yıl gerçekleştirdiği etkinliklere birlikte göz atalım!



Akademik birikim ve doygunluğu sağlamak, öğrencilerimize yol göstermek amacıyla bir senede 15 den fazla bilimsel etkinliğe ev sahipliği yaptık. Bu sene ilkinin gerçekleştirdiğimiz öğrenci kongresiyle birlikte ev sahibi olarak onlarca fakültenin öğrencilerini ve alanında uzman akademisyenleri bir araya getirerek kapsamlı bir eğitim sunduk.

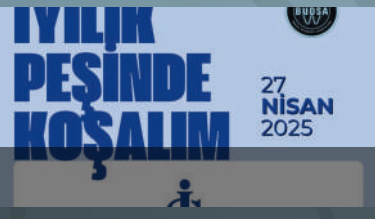
İlerleyen dönemlerde çok daha büyük çalışmalara imza atarak hem fakültemizi hem de öğrenciler olarak tüm sınıf arkadaşlarımızı gururlandıracak çalışmalara imza atmaya devam edeceğiz.



Öğrenirken eğlenmek her öğrencinin isteyeceği bir şey olsa gerek. Biz böyle düşünüyoruz ve bu sene çeşitli eğlence etkinlikleriyle sizleri biraz olsun temponuzdan uzaklaştırmayı amaçladık. Gerek okulumuzda gerek okul dışında farklı tarzlarda rekreasyon etkinlikleriyle herkese dokunmayı amaçladık.

Önümüzdeki yıllarda daha eğlenceli ve daha çılgın bir ekiple ve akılda kalacak çeşitli etkinliklerle akademik yılınıza eğlence katmak için sabırsızlanıyoruz !





Sosyal Sorumluluk

Tüm akademik çalışmaların yanı sıra, geleceğin diş hekimleri olarak içinde bulunduğumuz toplumun fertlerine karşı bir görev bilinci taşıyoruz. Toplumsal farkındalık oluşturma ve ağız diş sağlığı eğitimleri bizim için önem arz ediyor.

Bu sene çeşitli alanlarda hem doğaya hem insana karşı sorumluluklarımızın farkında olarak çok fazla çalışma gerçekleştirdik. İlçe belediyeleriyle imzalanan protokoller ve çeşitli derneklerle yapılan işbirlikleri neticesinde 10'dan fazla ilkokula ağız ve diş sağlığı eğitimleri düzenledik. Küçük dostlarımızla bir araya gelerek çeşitli etkinlikler ve hediyeler ile birlikte çok renkli etkinliklere imza attık.

Ayrıca çeşitli gönüllülük etkinlikleriyle toplum bilincini arttırmak ve doğamıza katkıda bulunmak adına belediye iştirakleriyle birlikte fidan dikme çalışmaları gerçekleştirdik. Çeşitli kurumların düzenlediği bağış kampanyalarına katıldık, maratonlarda boy gösterdik ve çok daha fazlası için ise yetkili kurumlarla görüşmeler sağladık.

Kulüp olarak gönüllülük çalışmalarına çok kıymet veriyor, çevremizi güzelleştirmeye yardımcı olurken bir yandanda ruhumuzu güzelleştirdiğine inanarak çok daha fazlasını gerçekleştirmeyi iple çekiyoruz.

Sosyal medyadaki akımlardan geri kalmadan, kendi özgünlüğümüzü katarak eğlenceli, öğretici ve ilgi çekici içerikler hazırlamak bizim için resmen bir hobi haline geldi. Elimizdeki fikirlerin sınırsız olması bizi korkutmuyor değil...

Bu sene biz çok eğlendik, sizi de eğlendirmeyi amaçladık. Önümüzdeki yıllarda daha fazlasıyla trend topic olmaya devam edeceğiz !



Sosyal Medya İçerikleri

1. ULUSAL DİŞ HEKİMLİĞİ ÖĞRENCİ KONGRESİ

Bu yıl gururla ilkinizi gerçekleştirdiğimiz öğrenci kongremiz 600 den fazla katılımcı ve 10 dan fazla firmanın desteği ile, çok kıymetli akademisyen ve klinisyen konuşmacılarımız ile 21-22 Aralık 2024 tarihlerinde gerçekleştirdik.

Dış hekimliğinin popüler ve önemli konularına değinilen kongremizde aynı zamanda sponsorlarımızla birebir konuşma fırsatını sunduk. Çekilişler ve sosyal aktivitelerle renklendirerek tüm katılımcılarımızın keyif almasını amaçladık.

Hands-On ve Workshop çalışmaları ile kongrenin teorik oturumlarını destekleyecek uygulamalı eğitimler verildi ve hepsi sertifikalandırıldı.

Böylesine eğlenceli bir kongrenin ardından geri çalışmalarımızla ilgili geri dönüş almak ve bir sonraki kongremizde görmek isteyebileceğiniz şeylerin ne olduğunu merak ediyoruz. Bu sebeple sizlere gelecek kongremizle ilgili fikir ve görüşlerinizi almayı çok isteriz. Ayrıca şimdiden bazı detayları paylaşmanın sizi heyecanlandıracağını düşünüyoruz.



Görüş & Talep Formu

+1000 KATILIM / 6 SALON
2 TEORİK OTURUM SALONU
WORKSHOP SALONU
HANDS-ON KURS SALONU

UZMAN KONUŞMACILAR
+20 ULUSAL VE
ULUSLARARASI
KONUŞMACILAR

#BUDSADENTİVERSE #BUDSADENTİVERSE #BUDSADENTİVERSE

SÜRPRİZ HEDİYELER PARTY & GALA GECESİ SOSYAL ETKİNLİK ALANLARI
DIŞ BAHÇE EĞLENCE FUAYESİ DEVASA ÇEKİLİŞLER

FİLMİN İKİNCİ PERDESİ ÇOK YAKINDA



Minik dişler Sağlıklı gülüşler

Toplum ağız ve diş sağlığına katkı sunmayı amaçladığımız bir diğer anlamlı adım ise, Zeytinburnu Belediyesi iş birliğiyle hayata geçirilen “Minik Dişler, Sağlıklı Gülüşler” projesi oldu. Dönem içerisinde gerçekleştirilen bu etkinlikte, fakültemiz tarafından görevlendirilen öğrencilerimiz çocuklara ağız sağlığı eğitimi verdiler ve onay veren ailelerin çocuklarına ağız içi tarama uygulamaları gerçekleştirdiler.

IŞILTILI GÜLÜCÜKLER

Bir varmış bir yokmuş zamanın birinde Minmin isminde bir ülke varmış. Minmin ülkesinde herkes huzur içinde yaşamış çünkü bu ülkeyi gücünü çocukların gülüşlerinden alan diş perisi korurmuş. Bir gün bu ülkenin çocukları dişlerini fırçalamayı bırakmış. Çocuklar dişlerini fırçalamadığı için gülüşleri parlaklığını yitirmeye başlamış. Çocukların gülüşleri parlaklığını yitirdikçe diş perisi gücünü yavaş yavaş kaybetmiş. Diş perisi gücünü kaybedince uzaklardaki şatosunda yaşayan çürük kral sinsi planlar yapmaya başlamış. Çürük kral korkunç biriymiş, kendi dişleri çürük çarık olduğu için diğerlerinin dişleri de sağlıklı olsun istemezmiş. Diş perisinin gücünü yitirdiğini öğrenen çürük kral çürük dişlerine “Sevgili çürüklerim! Minmin diyarının çocukları ıslıtlı gülüşlerini kaybetti, diş perisi güçsüz kaldı. Onların dişlerini çürüteceğiz. Artık Minmin diyarının çocukları ıslıl ıslıl gülemeyecek!” Demiş. Çok geçmeden dediklerini yapmış da. Çürük kral Minmin diyarına yavaş yavaş çürüklerini yaymış. Ama diş perisinin başka planları varmış. Diş perisi gidip tüm çocuklara diş fırçası almış ve hepsini çocuklara dağıtmış. Tüm çocuklar tekrar dişlerini fırçaladıkça ıslıl ıslıl gülüşleri geri dönmüş. Bu sayede Diş perisi güçlerini geri kazanmış. Diş perisi Çocuklarla birlikte çürük kralı Minmin diyarından sonsuza dek kovmuş. Bu hadise tüm Minmin diyarı çocuklarına bir ders olmuş. Hepsi anlamış ki eğer çocuklar dişlerini fırçalamayı bırakırsa çürükler her yeri ele geçirir.



Zeynep Refia KACTIROĞLU



KLASİK VE MODERN

İSTANBUL MODERN SANAT MÜZESİ

Elif İlke ARVAZ

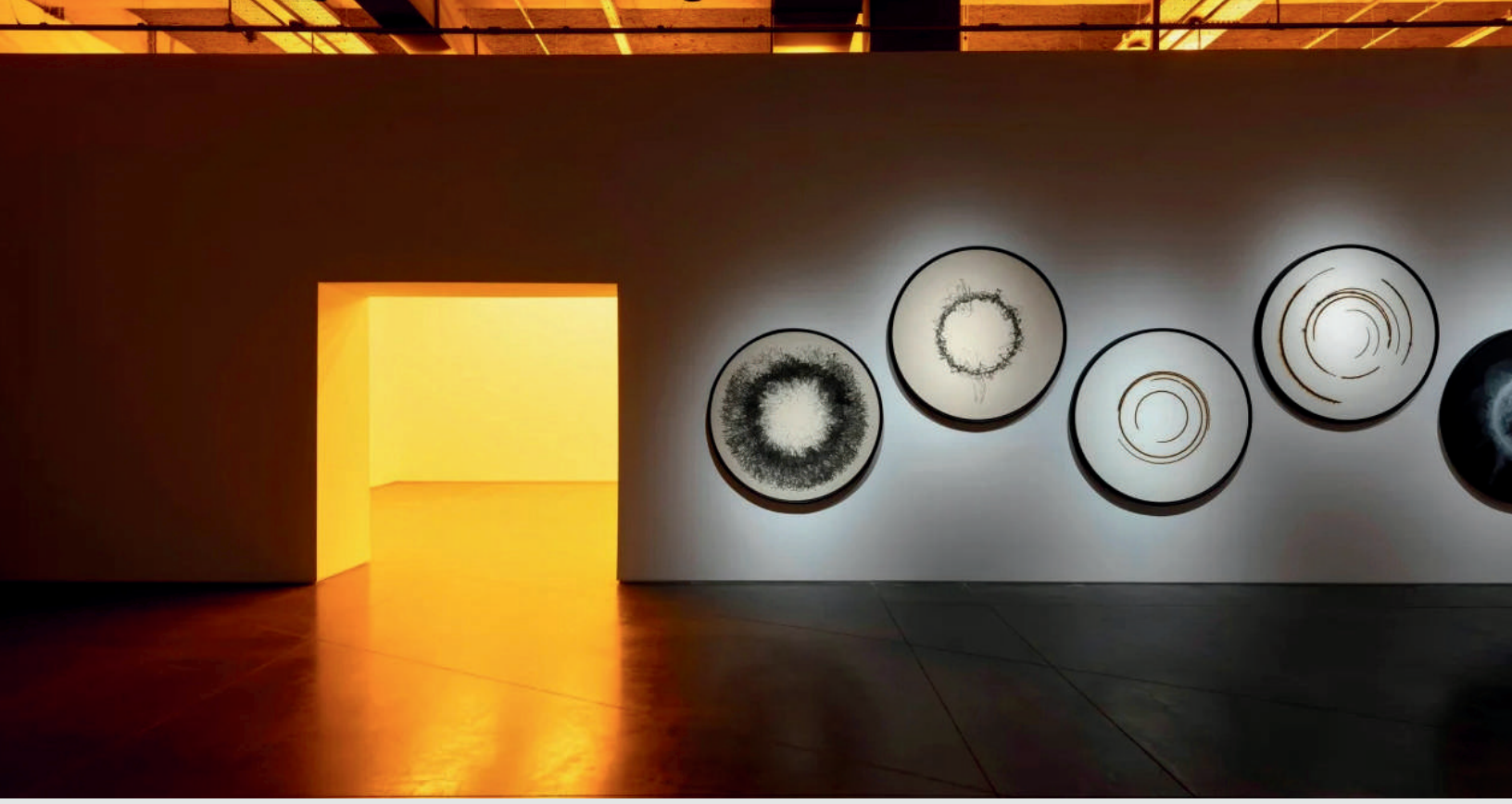
Klasik sanat ile modern sanat anlayışları arasındaki temel farklardan biri sanıyorum ki klasik sanatın gerçekte görüleni yine ona en benzeyen haliyle, tüm detaylarıyla resmetme arzusunun yanında modern sanatın görüleni resmetmek gerçeği resmetmek olmayabilir mi sorusu. Gerçeklik ve bizim gördüğümüz, algıladığımız gerçeklik farklı olabilir mi? Gerçeğin tek dayanağı biz miyiz? Gerçeklik dediğimiz şey insan organizmasının gözlerindeki ve diğer duyularındaki reseptörlerle alıp beyinde oluşturduklarından ibaretse klasik sanat tüm detaycılığıyla “gerçek olanı” ortaya koyuyor denebilir. Fakat dünya üzerindeki canlı türlerinden sadece biriyiz, gözlerimiz balıkların gözleri gibi olsaydı dünyayı görüşümüz şimdikinden farklı olacaktı ya da renk körlüğü olan birinin gördüğü gerçek başka. Gerçek; üzerinde sözleştiğimiz, ağız birliğimiz olan bir şey. Gerçek dediklerimizden böylesine eminiz çünkü onları sadece bizim gözlerimiz görmüyor, öteki insanlar da görerek varlıklarını onaylıyor. Peki ya onaylamayanlar? En bilinenlerinden biri Picasso sanıyorum ki.

Onun gördüğü, onun klasiği, onun klışesi başkaydı. İnsanlığın ortak deneyiminden, istatistiklerden sapan bir tavır. Ya da Monet, eserlerinde dünyayı ele alış şeklinin gözlerini dünyaya ilk kez açan birinin görüş ve algılayış şekli olduğunu söylüyor. Monet, insanın kendinden başka olanla ilk karşılaşmasını anlatıyor. Henüz aşınası olmamışken biz, her şey yabancıydı. İstanbul Modern Sanat Müzesi’nde karşılaştığım, Devrim Erbil’e ait Doğa Yorumu tablosunun çağrıştırdıklarıydı bu anlattıklarım. Devrim Erbil’in Doğa Yorumu (2008) isimli bu soyut eseri gün ışığı altında görülmüş bir orman hatırasına dairmiş.

Sanatçının bu ormanı yorumlayışı ve yeşilden arındırışı “Neyden arınırsak artık tanınır tüm yanlarımızı kaybetmiş oluruz?” sorusunu doğuruyor bende. Bir ormanın orman olması için yeşile mi ihtiyacı var? Yeşil olmasa da, benzemese de tüm bunlar ağaçlara, karşımızda duranı tanıyabilir miyiz? Picasso’nun “Guernica” eserinde kan rengini hiç kullanmadan savaşı anlatabilmesiyle paralel bir tavır taşıyor Devrim Erbil’in “Doğa Yorumu” eseri.

Işık olmasa renk olmazdı, ışık kör edercesine fazla olduğunda peki? Her şeyi görünür kılanın her şeyi silebileceği de gerçeği. Bir orman sapsarı artık, bir orman bir orman bile değil belki. Nasıl ve ne kadar kalabildiyse kalanda o kadar. Monet’nin dünyaya ilk karşılaşmasına karşılık dünyaya son bakış. Son bakıştan sonra o mekanı, anı her hatırlayışta biraz daha uzaklaşmak gerçeğinden ve nihayet yemyeşil bir ormanın sapsarı hatırlanışı. Kalanların anlatısı, gidenlerin ve artık hatırlamadıklarımızın gizli yası. Yeşilin kaybının bile silemediği bir şeylerin kalışı. Asaf Halet Çelebi’nin sorduğu sorunun yanıtı belki:

“...Güneşin ışığı var
Güneş yok
Güneşin ışığını kim
anlatabilecek?..”
- Asaf Halet Çelebi



İstanbul Modern'in ev sahipliği yaptığı bir diğer sanatçı da "Senin Beklenmedik Karşılaşman" isimli sergisiyle Olafur Eliasson. Sergi alanına girerken turuncu ışıklı bir odadan geçmek gerekiyor. Bu oda Eliasson'un sergideki ilk eseri olan "Bir Renk İçin Oda". Turuncu odaya girer girmez değil fakat bir süre sonra ellerimin gri görüldüğünü fark etmemle birlikte etrafa bir kez daha baktığımda ışığın her şeyi, herkesi siyah ve beyaz tonlarında gösterdiğini gördüm. Bu beklenmedik karşılaşmaların ilkiydi. Hep alıştığımız, ezbere bildiğimiz her şeyimizin başka oluşuydu. Ezber kendini sürdürüyordu üstelik ısrarla, siyah beyaz görüldüğümüzü fark edebilmeme değin geçen zamanda her şeye alıştığım renklerini yüklemeye devam etmişti zihnim. Alışmak öyle ki kaybindan sonra bile sürdürüyor eskiyi. Hatırlananın yeniye yer bırakmayan kuşatımı, hatırlandığı halinin gerçeğini silebilişiydi bu.



“*Senin Beklenmedik Karşılaşman*” isimli sergisinden Olafur Eliasson’un en çok aklımda kalan eseri: *Güneş Maruziyetini Unutmamak*. Resimlerin ortalarında yer alan daireler güneşe çıplak gözlerle baktıktan sonra gözlerimizde kalan iz gibi. O izin bir süre her baktığımız yerde oluşu, bir zamanlar yaşanmış ve geçmiş şeylerin etkisinin onlardan çok sonra da devam etmesi gibi. Olmadıkları yerlere taşıdığımız parçaları kendimizle. Ayrılıklarla eksilirken fazlalaşmak da, güneşe artık bakmıyorken bile taşımak onu. Güneşe dair bu izin hala var oluşuyla henüz unutmamış olmak ne kadar benzer. Alabildiğine her şeyi görememek, gözünün tam ortasındaki bir karaltının eksilttiği dünya. Işığın bir zamanlarki varlığını bıraktığı karanlıkla hatırlamak. Kanıtı varlığının, o gittikten çok sonra bile.

Olafur Eliasson’un bir diğer eseri *Okyanus Solukluğu’ydü*. Üç parçadan oluşan bu eserler bütünü uzaktan ilk bakışta beyaz ve hiçbir şey taşımayan boş kanvaslar gibiyken yaklaştıkça üzerlerindeki ayırdı zor incecik renk katmanlarını görmek mümkün hale geliyor. Eserdeki renk demetlerini fark ettiğim ilk an bir bukalemunun varlığını çevresindekilerden ayırt etmek gibiydi. Heyecan verici bir kıpırtı, bir canlılık. Silik olmanın var olmamak demek olmayışı. Uzaktan gelen çok kısık bir sese yaklaşmak gibiydi renk demetlerini incelemek. Okyanusu hatırlamak için masmavi sulara gerek olmayışı, renksiz silik bir damlanın yetişi. Hatırlamanın silik bir sızıyla kendini ortaya çıkaran gücü.

THE OCEAN FADE (RED) 2016

Umay Umay’ın dediği gibi: “Hatırladığım sadece bu tuhaf sızı. Belki doğarken de vardı aynı.” Farklılıkların keskin olmayan, böylesine belirsiz, ayırdı zor sınırlarıyla karşılaşılan anlar. Yeterince mavi olmayanın da mavi olabileceği hala. Ve bir kez tanıyacak kadar yakınına girince o rengin kendini unutturmayışı, uzaklaştıktan sonra bile eserlerin birbirinden farklı olduğunu görebilmeye devam etmek. Ne kadar silikleşirse silikleşsin bir zamanlar var olmuş olanın asla yok olmayışı artık. Her beyazın daha az beyaz, her boşluğun daha az boş oluşu.

THE OCEAN FADE (BLUE) 2016

“ON BEING SANE IN INSANE PLACE.”

ROSENHAN DENEYİ VE ALGININ DEĞİŞEN DENGESİ

Ece GÜNAY

1969 yılında Stanford Üniversitesi profesörü David Rosenhan, Amerika’da bir akıl hastanesine, kafasının içinde sesler duyduğunu ve bu seslerin “boşluk”, “oyuk” gibi kelimelerin tekrarlanması şikayetiyle başvurdu. Profesör, akıl hastası olduğu gerekçesiyle hastaneye yatırıldı. Uzun zaman geçmeden semptomlarının tamamen geçtiğini ve seslerin kesildiğini söyleyerek taburcu olmayı talep etti. Ancak doktorlar bu talebini ciddiye almayarak Rosenhan’ı hastanede tutmaya devam edip üç hafta boyunca ilaç tedavisi uyguladılar.

David Rosenhan’ın hastaneye asıl gelme sebebi, akıl hastalarına konulan psikiyatrik tanıların doğruluğunu tespit etmek için geliştirdiği deneyini uygulamaktı. Ekibi, kendisiyle birlikte sekiz kişiden oluşuyordu. ekibini sahte hasta rolünü en iyi şekilde yapamaları üzerine eğitilmişti. Ekip üç psikolog, bir psikoloji öğrencisi, bir pediatri uzmanı, bir psikiyatrist, bir ressam ve bir ev hanımından oluşuyordu. ABD’nin beş ayrı eyaletindeki 12 akıl hastanesine gönderilen ekip üyeleri, kimliklerini gizlemek için takma isimler kullanarak hastane çalışanlarına garipten sesler duyduklarını söylediler. Bu sırada uzman psikiyatristlerin ve psikologların durumu nasıl değerlendireceklerini gözlemleyeceklerdi.

Sahte hastalar, hastalıklarını inkâr etmelerine rağmen en kısa sürede taburcu edilen kişi ler 7, en uzun sürede taburcu edilen kişiler ise 52 gün hastanede tutuldu. Bu sahte hastaların yedi tanesine şizofreni, birine ise manik depresif psikoz (bipolar bozukluk) tanısı konuldu. Deneyin en ilginç kısımlarından biri ise uzmanların bu sahte hastalardan birinin bile rol yaptığını anlamamalarıydı. Ancak bu sahtekarlığı fark edenler De vardı: Sekiz sahte hastanın etkileşime girdiği 118 akıl hastasından 35 tanesi bu kişilerin rol yaptığını anladı ve onlara hastaneyi denetime gelmiş görevliler ya da araştırmacı gazeteciler olarak ithamda bulundu.

Sekiz hasta toplamda 129 gün boyunca hastanede tutuldu ve kendilerine 2.100 ilaç verildi. Sahte hastalar bu ilaçların hiçbirini kullanmadılar; gizlice tuvalete döktüler, fakat görevlilerin hiçbiri bu durumu fark etmedi.

Çalışmanın sonuçları 1973 yılında Science dergisinde yayınlandı. Araştırmaya verilen ilk tepki inkâr oldu. Bir eğitim ve araştırma hastanesi, Rosenhan’a meydan okuyarak onun üç ay içinde göndereceği tüm sahte hastaları tespit edeceklerini iddia etti. Üç ayın sonunda hastane, kendilerine gelen 193 hastadan 41 tanesinin kesinlikle sahte olduğunu ve 42 hastadan da şüphelendiklerini bildirdiler. Ancak bir sorun vardı:

Rosenhan, hastaneye üç ay boyunca hiç hasta göndermemiştir.





Peki Deney Gerçekten Objektif Bir Şekilde Mi Yürütüldü ?

Suzannah Cahalan, 'Büyük Taklitçi' kitabıyla deneydeki sekiz sahte hastanın kim olduğunu araştırdı. Tüm verileri incelemesine rağmen sekiz sahte hastadan yalnızca ikisinin kimliğini tespit edebildi. Bunlardan biri Rosenhan'ın kendisi, diğeri ise doktora öğrencilerinden biriydi. Diğer altı kişinin cinsiyet ve meslek bilgileri dışında herhangi bir kayıt bulamamıştı. Bu durum, Cahalan'ın diğer altı hastanın Rosenhan tarafından uydurulmuş olabileceği düşüncesine yol açtı. Ayrıca, Cahalan'ın araştırması sırasında dokuzuncu bir sahte hastanın da varlığını öğrenmesi bu düşüncüyü daha da güçlendirdi. Bu dokuzuncu hastanın, hastanede çok iyi bir bakım gördüğünü ve elde edilen sonuçların Rosenhan'ın ulaşmak istediği sonuçlara uyuşmadığı için deneyden çıkarılmış olabileceği iddia edildi.

Doktorlar gerçekten hata mı yaptılar? Cerrahi operasyon geçirmiş hastaların operasyon sonrası iyileşmeleri için belirli bir süre hastanede gözlem altında tutulmaları gerekir. Örneğin, bir haftalık gözlem süresinin ikinci günü iyileştiginizi iddia edip taburcu olmayı talep ederseniz, yüksek olasılıkla taburcu edilmezsiniz. Ancak ısrar ederseniz, kendi rızanızla hastaneyi terk ettiğinize dair bir belge imzalatılarak taburcu edildiniz. Tüm bunları ve ayrıca Rosenhan'ın ve sahte hasta ekibinin deney sırasında bunun bir deney olduğunu söylemedikleri gerçeğini göz önünde bulundurursak, deneydeki psikolog ve psikiyatristler pek de haksız sayılmazlar.

Psikiyatrinin tıbbi modeli üzerine: Tarihin her evresinde akıl hastalıkları cadılık ya da canilik olarak görüldü. Bu hastalıklara sahip insanlar toplumdan dışlandı, berbat muamele gördüler ve işkencelerle öldürüldüler. Günümüz dizi ve film sektöründe hâlâ akıl hastalıkları iyileştirilemez sapkınlıklar olarak gösteriliyor. Rosenhan deneyinin ortaya koyduğu eleştirilerden biri de buydu. Sahte hastaların hiçbirisi taburcu edilirken "İyileşmiş" olarak rapor edilmedi; hepsi "Şizofreni gerileme evresinde" olarak raporlandı. Bu durum yıllar içinde değişti. O zamandan bu zamana psikiyatrinin tıbbi modeli olarak bilinen bir model geliştirildi. Bu model, zihinsel hastalıkların çoğunun fizyolojik nedenleri olduğunu ve tedavi edilebileceğini öne sürdü. Bu görüş sayesinde demans ya da asabiyet gibi bozuklukların ileri düzey frengi enfeksiyonundan kaynaklanabileceği keşfedildi.

Bilim bir süreçtir. Bu yüzden, yeni alternatifler bulunana kadar mevcut yöntem ve tedavilere karşı çıkmak doğru değildir. Rosenhan yaptığı deneyle psikoloji bilimine yeni bir bakış açısı getirdi. Ancak bu bakış açısı, psikiyatristlerin ve psikoloji biliminin tamamen uydurma olduğunu göstermez. Her tedavi ya da ilaç herkeste işe yaramayabilir. Bu sonuçları genellemek, o tedaviden faydalanabilecek hastaları mahrum bırakabilir. Bir bilim dalındaki eksik ve hataları düzeltmeye çalışırken, tüm birikimi hiçe saymak doğru değildir. Bu eksik ve hataları göz ardı etmeyip değerlendirerek geliştirmeliyiz. Bunu yaparken de bilimin bir an değil, birikimli şekilde ilerleyen sonsuz bir süreç olduğunu unutmamalıyız.

TÜRKİYE'DE DİŞ HEKİMLİĞİ

AĞIZ VE DİŞ SAĞLIĞI DAİRE BAŞKANI

MUSTAFA YENİLMEZ

Dış hekimliği, teknolojik gelişmelerle sürekli dönüşen, hem sağlık hem de estetik açıdan büyük önem taşıyan bir alan. Biz de bu kapsamda, Ağız ve Diş Sağlığı Daire Başkanı Dt. Mustafa Yenilmez ile bir araya gelerek, dış hekimliği mesleğinin geleceğini, uzmanlık alanlarını, aile diş hekimliği sistemini ve koruyucu diş hekimliği çalışmalarını konuştuk.

İlk olarak kendinizi tanıtır mısınız?

1985 yılında Rize’de doğdum. İlkokulu Ardeşen ilçesinde okuduktan sonra ortaokulu Rize Anadolu İmam Hatip Ortaokulu’nda tamamladım. Rize Anadolu Öğretmen Lisesi’nden mezun olduktan sonra Erzurum Atatürk Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi’ni kazandım. 2011 yılında fakülteden mezun olduktan sonra bir süre özel polikliniklerde ve kendi kliniğimde çalıştım. 2013 yılında kamuya geçiş yaparak hem özel sektör hem de kamu deneyimi edinme fırsatı buldum. 2018 yılında kamuda yöneticilik görevlerine başladım; önce sorumlu hekimlik ardından dört yıl başhekimlik yaptım. 2024 yılının Eylül ayı itibarıyla Ağız ve Diş Sağlığı Daire Başkanlığı görevine atandım. Evli ve üç çocuk babasıyım.

Başkanım, dilerseniz ikinci sorumuza geçelim. Bu soru, dış hekimliği öğrencilerinin kariyer planlamaları açısından oldukça önemli: Türkiye’de en çok ihtiyaç duyulan dış hekimliği uzmanlık alanları ve en çok tercih edilen uzmanlık alanları nelerdir?

Öncelikle, Türkiye’deki tüm uzmanlık alanları oldukça kıymetli. Türkiye’de bir diş hekimi, kanunen tüm alanlarda hizmet verebilme yetkisine sahiptir. Yani, uzmanlık sahibi bir diş hekimiyle genel diş hekiminin yasal anlamda bir ayrımı bulunmamaktadır. Aslında, genel diş hekimi olarak adlandırdığımız yeni mezun meslektaşlarımızın tüm alanlarda etkin ve yetkin olması gerekir.

Bu noktada “Diş hekimi kesinlikle uzman mı olmalı?” konusu, diş hekimliği camiasının günümüzdeki tartışma konularından biri hâline geldi. Bana kalırsa, uzman olmaktan ziyade öncelikli hedef, bahsettiğim yetkinlik seviyesine ulaşmaktır. Türkiye’de uzmanlık alanlarındaki ihtiyaç dağılımını YÖK belirliyor. Genel diş hekimlerinin, yalnızca ihtiyaca göre kendilerini yönlendirmeleri yerine, öncelikle kendilerini iyi yetiştirerek ilgi duydukları ve yetenekli oldukları alana yönelmeleri daha doğru olacaktır.

Ayrıca burada tercih etmekle yetkin olmanın farkını da bilmek gerekiyor. Bu yüzden, hangi alana yakın olduğumuzu bilmek çok önemli. Eğer iyi bir dolgu yapıyorsanız konservatif diş tedavileri alanında, iyi bir endodonti uygulaması yapıyorsanız endodontide kendinizi geliştirmeniz gerekir. Her şeye sadece uzmanlık açısından bakmamak gerekiyor, çünkü dış hekimliği zaten başlı başına bir uzmanlık alanı.

En çok tercih edilen uzmanlık alanlarına baktığımızda, ilk üç sırada sırasıyla ortodonti, cerrahi ve protez yer alıyor.



Şimdi, üçüncü sorumuza geçmek istiyoruz:

Türkiye’de diş sağlığı hizmeti veren kurumlar hakkında bize bilgi verebilir misiniz?

Tabii ki. Türkiye’de ağız ve diş sağlığı hizmetleri birçok şekilde sunuluyor. Şu anda aile diş hekimliği modelimiz pilot uygulama aşamasında. Bunun yanı sıra, ağız ve diş sağlığı merkezleri ve ağız ve diş sağlığı hastaneleri bulunuyor. Bu merkez ve hastanelerde tüm tedavi alanlarında hizmet veriliyor. Bunlara ek olarak, vakıf ve kamuya ait olmak üzere üniversite hastanelerimiz de var. Bu hastanelerde de tüm diş sağlığı hizmetleri sunuluyor. Kamu hizmetlerinin dışında özel sektör de dört farklı şekilde hizmet veriyor: Muayenehane, poliklinik, ağız ve diş sağlığı merkezi ve ağız ve diş sağlığı hastanesi. Muayenehanelerde bir veya iki hekim çalışırken, polikliniklerde en az iki hekim bulunması gerekiyor. Ağız ve diş sağlığı merkezlerinde minimum beş hekim görev yaparken, ağız ve diş sağlığı hastanelerinde bu sayı on beşe çıkıyor. Bizim temel amacımız, kamu ve özel sektör ayrımı yapmadan bu hizmetlerin daha yaygın ve erişilebilir olmasını sağlamak. Hizmet veren kurumlarımızın yapısı bu şekilde.

Bakanlığımızın aile hekimliği sistemine benzer şekilde aile diş hekimliği sistemi kurmaya başladığını belirttiniz. Bu çalışmalar hangi aşamada?

Şu anda aile diş hekimliği sistemi Eskişehir, Karabük ve Kırşehir illerinde mevcut. Pilot uygulamayı bir süre daha devam ettireceğiz. Çünkü net olarak “Başladık” diyebilmemiz için daha sağlam veriler elde etmek istiyoruz. Bu yüzden pilot uygulamayı yaklaşık 50 şehre yükseltmeyi planlıyoruz.

Aile diş hekimliği bizim için çok önemli bir alan. Bu sistem sayesinde toplumun diş hekimine başvuru oranını artırarak koruyucu diş hekimliği uygulamalarını yaygınlaştırmayı hedefliyoruz.



Peki, önceki cevabınızda koruyucu diş hekimliğine biraz değindiniz. Bakanlığımızın bu alanda yaptığı başka hangi çalışmalar bulunuyor?

Okullarda taramalar yapılıyor. Sağlıklı Hayat Merkezleri (SHM)'nde görevli diş hekimleri okullara giderek hem öğrencilere eğitim veriyor hem de ağız sağlığı taramaları yapıyor. Bu taramalarda elde edilen tüm veriler bakanlığa aktarılıyor. Yani, aslında bilinçlendirmeye ilkökul seviyesinde başlıyoruz. Bunun yanında, aile hekimlerimizi de bu sürece dahil etmeyi istiyoruz. Örneğin, anne karnındaki bebekler ve 0-2 yaş arasındaki çocuklar için annelere eğitimler veriliyor.

Bakanlık olarak yaptığımız çalışmalarla diş hekimine başvuru oranını her geçen gün artırıyoruz. Şu anda ağız ve diş sağlığı merkezi olmayan ilimiz yok. Bu sayede hem farkındalık hem de diş hekimine başvuru oranı artıyor. Aile diş hekimliği modelimizi yaygınlaştırarak koruyucu tedaviyi daha ön plana çıkarmayı hedefliyoruz.

Bu soru, aslında hem dünyamızın hem de diş hekimliğinin geleceğini etkileyeceği düşünülen bir konuya dayanıyor. Çağımızın en büyük sorunlarından biri, sizin ve okurlarımızın da bildiği üzere sürdürülebilirlik. Diş hekimliği alanında tedavilerde kullanılan malzemelerin sürdürülebilirliği hakkında ne düşünüyorsunuz? Ek olarak, yapılan bu çalışmaların sürdürülebilirlik açısından yeterli olduğunu düşünüyor musunuz?

Tüm dünya zaten bu konuda seferber olmuş durumda. Diş hekimliğinde malzeme sürdürülebilirliği üzerine birçok çalışma yapılıyor. Ancak, biz sürdürülebilirlikle birlikte koruyucu diş hekimliğine de ağırlık verirsek, zaten madde kullanımını doğal olarak azaltmış oluruz. Bu şekilde tedavileri minimal seviyede tutarak, çevreye verilen zararı da en aza indirmiş oluruz.

Şu anda Türkiye'de sürdürülebilir malzeme üretimi konusunda çok güzel çalışmalar yapan firmalar var. Bu kurumların daha da gelişeceğini düşünüyoruz. Biz de bu süreci yakından takip ediyor ve destekliyoruz.

Soracağımız bir sonraki sorumuza biraz değindiniz. Merak ettiğimiz bir konu var ki, eminiz hem halkımızı hem de okurlarımızı ilgilendiren bir soru olacak: Estetik diş hekimliği konusunda sizin ve bakanlığımızın bakış açısı nedir?

Çok güzel bir soru. Öncelikle, diş hekimliği mesleğinin yasal sınırları içerisinde "estetik diş hekimliği" diye bir uzmanlık alanı bulunmamaktadır. Ancak, estetik diş hekimliği uygulamaları yapılmaktadır. Bu uygulamaların yapılabilmesi için hekimlerin bu alanda yetkinliklerini kazanmış olması gerekir. Bizim öncelikli görevimiz, hastanın sağlığını korumaktır. Sadece estetik kaygılarla yapılan bir işlem, tıbbi etik ve hasta güvenliği açısından değerlendirilmelidir.

Tabii ki estetik diş hekimliği uygulamaları günümüzde bir ihtiyaç da olabiliyor. Örneğin, ortodontik tedavi görmüş bir hastanın tamamlayıcı tedavisi olarak kullanılabilir. Ancak burada dikkat edilmesi gereken nokta, her estetik işlemin bir tıbbi gerekçesinin olması gerektiğidir. Bu olmadığı sürece, sadece diş görünüş odaklı işlemleri çok uygun görmüyorum. Estetik işlem isteyen hastalarımız elbette olacak; bu durumda da daha önce belirttiğim gibi tıbbi etik ve güvenlik ön planda olmalıdır. Sağlanmadığı takdirde, bu işlemlerin yapılmaması gerektiğini düşünüyorum.

Uygun görürseniz son sorumuza geçmek istiyoruz. Biz, geleceğin diş hekimlerine bu alanda başarılarla imza atmış ve halen de başarmaya devam eden biri olarak önerileriniz nelerdir?

Teşekkür ederim. Bence başarı, kişiden kişiye değişen bir kavram.

Biz diş hekimleri olarak, hastalarımızla birebir temas halinde olduğumuz bir meslek icra ediyoruz. Normalde insanlar tanımadığı birinin kendisine dokunmasını istemezken, biz hastalarımızın ağızlarının içine, yanağına, yüzüne dokunuyoruz. Bu nedenle, diş hekimlerinin sosyolojiyi iyi bilmesi gerektiğini düşünüyorum.

Gelen hastanın nasıl duygularla geldiğini, bizden ne beklediğini bilmeliyiz. Hastayı iyi analiz edebilmeli, bizden ne beklediğini o konuşmadan fark edebilmeli ve ona tedaviyi önce psikolojik olarak verebilmeliyiz. Tüm bunlar için de sosyolojiyi iyi bilmek gerekiyor. Diş hekimliğini sadece bir meslek olarak görmemeliyiz. İnsanların yemek alışkanlıklarından özgüvenlerine kadar ilişkili olduğumuz bir meslek dalıyız. Ben, diş hekimlerinin toplum içinde daha fazla bulunmaları ve daha sosyal olmaları gerektiğini düşünüyorum.

Ayrıca, meslek dışında kültürel faaliyetlere katılmalarını, bol bol kitap okumalarını ve her kesimden insanlarla iletişim kurmalarını tavsiye ediyorum. Sosyal ilişkileri en üst düzeyde tutmaları gerekiyor. Çünkü bu sayede hastanın hekime olan güveni artacaktır.

Mesleğimi icra ettiğim yıllarda, en önemli gördüğüm şey buydu. Bir örnek vermek gerekirse, bana gelen bir hasta “Ben bir diş hekiminden sadece ‘Çürüğünüz var, dolgunuzu yaptım, geçmiş olsun’ demesini istemiyorum. Bana selam versin, halimi sorsun, ailemi sorsun, benimle iletişim kursun istiyorum. Çünkü ben onunla çok yakın temas halindeyim.” demişti. Bazen yoğun hasta temposu içinde bunu gözden kaçırabiliyoruz, ancak bir diş hekiminin hasta iletişimine dikkat etmesi gerektiğine inanıyorum.

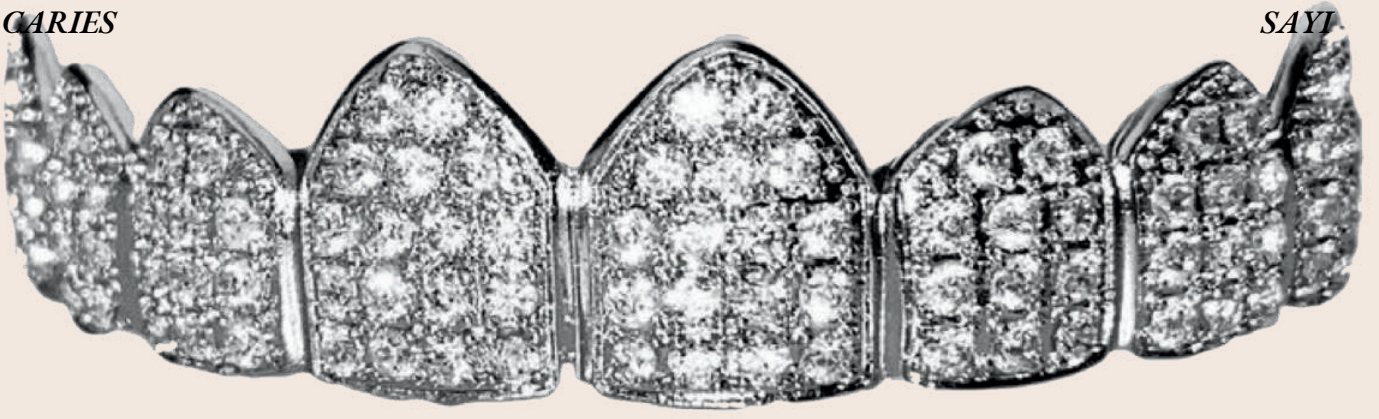
Bunun dışında, mesleki anlamda teknolojiyi ve çağın getirdiği yenilikleri yakından takip etmek gerekiyor. Örneğin, şu an yapay zeka ön planda. Artık tedavi önerileri sunacak boyutlara geldi. Bu gelişmelerin hiçbirinin kaçırılmaması gerekiyor.

Diş hekimliği, teknolojiyle iç içe bir meslek dalı. Örneğin, eskiden amalgam dolgular yaygınken, şimdi kompozit dolgular daha fazla kullanılıyor. Çocuklarda fissür uygulamaları yaygınken, şimdi gümüş diamin florür gibi yeni nesil koruyucu malzemeler ortaya çıktı. Bu gelişmelerin takip edilmesi ve uygulanması, meslekte daha iyi sonuçlar elde edilmesini sağlayacaktır.



Röportajı gerçekleştiren değerli yazarlarımıza teşekkür ederiz.

Ayşe Asude ÇEVİK
Zeynep Refia KACIROĞLU



DİŞLERDEKİ İŞİLTİ

ANTİK GELENEKLERDEN MODERN "GRILLZ"E

Emir BÖYÜKGÖZ - AYSU ARSLAN

Bazı ünlülerin ağızlarındaki abartılı ve tuhaf görünen takılar dikkatinizi çekmiştir. Çoğunlukla grillz adıyla tanınan bu takılar 90'lı yıllardan itibaren Hip-Hop endüstrisi ile beraber büyük kitlelere ulaşmış. Ama bu takıların ilk örnekleri sandığınızın aksine bu tarihlerden çok daha eskiye dayanıyor. Dental takılar, maksimalist toplumunun bir eseriymiş gibi gözükse de kökeni ilk defa Mezoamerika'da Antik Maya ve Aztek toplumlarında rastlanmıştır.

Kimin nasıl aklına gelmiş taşlarla dişleri süslemek? Elektriksiz, internetsiz ilkel bir dünyada nasıl bir yer edinmiş olabilir bu minimal takılar?

Dental takıların ilk örnekleri yeşil, turkuaz gibi taşlar veya altın, gümüş benzeri madenler kullanılarak yapılmıştır. Yapılma amaçları toplumdan topluma değişmiştir. Mayalılar bu süslerin onları tanrılarına yaklaştırdığını düşünürken Hindistan'da gelinler süslenmek için kullanmışlardır. Antik Çin'de yin ve yang, uyum veya denge sembolü olarak görünmüştür. Çin kraliyet ailesi ve aristokratları ise bu takıları statülerinin ve zenginliklerinin bir göstergesi olarak kullanmışlardır. Hatta kötü ruhları ve kötü şansını uzaklaştırdığı düşünülmüş ve belki de en ilginç diş hastalıklarından koruduğuna inanılmıştır. Dişler üstüne uygulanan bir diğer işlemse diş karartmadır. Özellikle Heian Döneminde Japonya'da dişleri Karartmak güzellik ve evlilik statüsü olarak görünmüştür.





Dişleri karartmak içinse demir tozu, sirke gibi malzemelerle bir karışım hazırlanır ve uygulanırdı. Bu işlem ağrı yaratan ve dişler için zararlı bir uygulamaydı buna rağmen bir dönem oldukça popülerdi. İşte uzun zamanlar boyunca farklı milliyetler tarafından takılmış çeşitli takıları bugünlerde gençlerin grillz'leri devam ettiriyor. Peki nedir bu grillz diyorsanız; altın, platin veya başka bir metalden yapılan, bazen mücevherlerle kaplanan, genellikle ön dişlerin üstüne yerleştirilebilen bir tür ağız takısıdır. Ayrıca grillz sanıldığıının aksine dişlere kalıcı bir şekilde yapıştırılarak değil, takılıp çıkartılabilecek şekilde tasarlanıyor.

Eski toplumlarda ağız takıları her ne kadar farklı inanışlarla kullanılmış olsa da günümüzde grillz, sosyal statünün sembolü olarak, varlığı ve zenginliği temsil ettiği fikriyle kullanılıyor.

Özellikle sosyal medyanın etkisiyle büyük kitlelere ulaşan ağız takıları altın çağını yaşıyor diyebiliriz. Dünyanın çoğu yerinde birçok tasarımcı kendi tasarladıkları takıları uluslararası pazarda müşterilerine sunuyor. Kendilerine özel olarak grillz tasarlatan birçok ünlü sanatçı da çok geniş kitlelere hitap ettiğinden, şüphesiz bazı insanların estetik algısında da değişime yol açıyor. O kadar da değil diyorsunuzdur belki fakat internette ağızda eksik dişleri bulunan hastaların, parlak taşlardan ya da altın gibi değerli metallerden yaptırdıkları protezleri kullandığını görebilirsiniz. Doğal bir gülümsemenin yerini tutar mı bilinmez ama gelecekte bu tarz çalışmaların özellikle genç hastalarda daha sık talep edilebileceğini söyleyebiliriz.

Tüm bunları okuduktan sonra eğer bir gün kendinize bir grillz edinmeyi düşünürseniz size birkaç tavsiyemiz olacak. Konuyla alakalı yeterli çalışma olmamasından kaynaklı grillzlerin zararlı olup olmadığını söylemek pek doğru olmaz. Ancak bazı vaka kayıtlarını incelediğimizde çıkarabileceğimiz birkaç net sonuç var. Grillz'inizin materyalinin ağız mukozası ve dişleriniz için irritan olmamasına dikkat edin. Bu materyeller ile hazırlanmış bir grillz metal zehirlenmelerine yol açabilir. Bir diğer konu ise tahmin edeceğiniz üzere ağız hijyeninize ekstra dikkat etmeniz gerekiyor. Grillz bakteriler için bir yuva olacağından çürüklerden diş kaybına kadar birçok olumsuz sonuca yol açabilirler.



M. Enes İSTANBUL
Furkan Sarp TAVUKÇUOĞLU

Bilimin, Eğitimin ve Vizyonun Işığında: Prof. Dr. İlknur Özcan ile Diş Hekimliği Üzerine

Merhaba Sayın Prof. Dr. İlknur Özcan, biraz kendinizden bahseder misiniz?

Merhaba, ben Prof. Dr. İlknur Özcan. 1962 yılında doğdum. Diş hekimliği eğitimime 1981 yılında İstanbul Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi'nde başladım ve 1986 yılında mezun oldum. 1991 yılında doktora eğitimimi tamamlayarak "Temporomandibuler Kas Ağrı Disfonksiyon Sendromunda Transkütanöz Elektriksel Sinir Uyarımının (TENS) Etkinliği" başlıklı tezimle Dr. Med. Dent. unvanını aldım. 1995 yılında doçent, 2000 yılında ise profesör oldum. Şuan da Biruni Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Dekanı olarak görev yapmaktayım.

Ağız, diş ve çene radyolojisi alanına yönelme sürecinizi bizimle paylaşır mısınız? Bu alana ilginiz nasıl başladı?

Öğrenciliğim sırasında radyoloji dersleri ilgimi çekmişti; hastalıkların görüntüler üzerinden anlaşılması ve teşhis konulması bana oldukça etkileyici gelmişti. Mezuniyet sonrası bu ilgim daha da derinleşti ve akademik kariyerime Oral Diagnoz ve Radyoloji Anabilim Dalı'nda devam etmeye karar verdim. Zamanla bu alanın teknolojiyle olan yakın ilişkisi ve klinik katkısı beni daha çok motive etti.

Uzmanlık ve akademik hayatınız boyunca sizi en çok etkileyen klinik ya da bilimsel deneyim ne oldu?

Doktora sonrasında UCSF Dental Center'da, TMJ (temporomandibular eklem) üzerine çalışmalar yapan dünyaca tanınmış bir uzmanla birlikte araştırmalar yürüttüm. Bu deneyim, hem akademik hem de klinik açıdan bakış açımı derinleştirdi. Alanımda edindiğim en değerli ve ilham verici tecrübelerden biri oldu.

Ultrasonografinin ağız ve çene radyolojisi alanında kullanımının geleceğini nasıl görüyorsunuz? Bu teknoloji sizce rutin pratiğe entegre edilecek mi?

Ultrasonografi, özellikle tükürük bezleri ve yumuşak dokular gibi radyografilerle zor görüntülenen alanlarda faydalı bir araç. Bu yöntem, radyasyonsuz oluşu nedeniyle de ön plana çıkıyor. Henüz her klinikte yaygınlaşmış değil ancak önümüzdeki yıllarda rutin pratiğe daha fazla entegre edileceğini düşünüyorum.

Diş hekimliği öğrencilerine yönelik eğitimlerinizde ağız, diş ve çene radyolojisi konularında hangi temel yaklaşımları ön planda tutuyorsunuz?

Öğrencilerime her zaman sistematik düşünmeyi ve etik sorumluluk bilinciyle hareket etmeyi aşılamaaya çalışıyorum. Doğru radyografik değerlendirme yapabilmek için temel anatomi bilgisinin ve klinik korelasyonun şart olduğunu vurguluyorum. Aynı zamanda teknolojik gelişmeleri takip etmelerini ve öğrenmeye açık olmalarını teşvik ediyorum.

Son yıllarda yapay zeka destekli görüntüleme sistemleri ağız ve çene radyolojisinde gündeme gelmeye başladı. Bu teknolojiler hakkında ne düşünüyorsunuz?

Yapay zeka, tanı süreçlerini destekleyecek çok güçlü bir araç olabilir. Ancak mutlaka hekim gözetiminde ve kontrolünde kullanılmalıdır. Klinik tecrübeyi ve yorum gücünü tamamen ikame etmesi mümkün değil. Bu nedenle, yapay zeka ile çalışan sistemleri bir destek olarak görüyorum.

Sizi bilimsel anlamda heyecanlandıran güncel bir gelişme veya yaklaşım var mı?

Yapay zekanın yanı sıra, dental MR gibi radyasyonsuz görüntüleme tekniklerinin gelişimi oldukça heyecan verici. Aynı zamanda, 3D yazıcılarla yapılan anatomik modellemeler de hem eğitim hem de tedavi planlaması açısından önemli bir potansiyel taşıyor.



Uzun yıllara dayanan akademik tecrübeniz göz önüne alındığında, genç akademisyenlere ve araştırmacılara ne gibi tavsiyelerde bulunursunuz?

Sabırlı ve disiplinli olunmalı. Bilimsel çalışma uzun solukludur ama bir o kadar da tatmin edicidir. Eleştiriye açık olmak, sürekli öğrenmeye istekli kalmak ve etik ilkelere bağlı kalmak çok önemlidir. Aynı zamanda uluslararası iş birliklerine açık olmak, bilimsel bakış açısını genişletir.

Eğer öğrencilik yıllarınıza dönme şansınız olsaydı, kendinize ne tavsiye ederdiniz?

Daha cesur ol ve kendine güven derdim. Farklı alanlardan daha fazla bilgi edinmeye çalış, uluslararası gelişmeleri daha yakından takip et. Öğrencilik yılları, temelin atıldığı en kıymetli zamanlardır.

Sayın Dekanımız Prof. Dr. İlknur Özcan'a teşekkürlerimizi sunuyoruz.

SAHNE ARKASINA BUYURUN!

BALE DÜNYASI

Ece BESLEYEN

Bazen hepimiz ders çalışırken zihnimizde bir karmaşa ve uğultu hissederiz; odaklanılamayan sayfalar, havada uçuşan kelimeler... İşte tam böyle anlarda bize nefes alacak özel bir alan yaratan hobilerimiz devreye girer. Benim böyle anlardaki kurtarıcım bale. Öyleyse perdeler açılsın ve gösteri başlasın!

Balenin günümüzdeki hâlini biraz araştırdığınızda karşınıza çoğunlukla Rusya'nın bale akademileri ve dansçıları çıkar. Bu yüzden de balenin Rusya' da ortaya çıktığını düşünebilirsiniz. Ancak durum aslında daha farklı.

Bale 15. yüzyılda İtalya'da saray soylularının eğlence dansı olarak ortaya çıkıyor. Sonra herkesin en az bir kez ismini duyduğu o meşhur aile de balenin dünyaya yayılmasında etkili oluyor tabii: Medici ailesi. Sanatın koruyucusu olan bu Floransalı aileden Catherine de Medici dönemin Fransız kralı Henry ile evlenince bale Fransa'ya da taşınmış oluyor ve ardından ilk bale eseri, ilk bale koreografisi, ilk bale okulu... Hatta balenin büyüüne öyle kapılmışlar ki ilk bale eseri olan "Ballet Comique de la Reine" (Kraliçenin Komik Balesi) tam 5 saat sürmüş! Bugün hâlâ eserin orijinal notaları, sahne tasarımı ve detaylı açıklamaları Louvre Müzesi'nde sergileniyor. Eğer ziyaret ederseniz balenin saray eğlencesinden günümüz sahne sanatına evrimini anlatan bu eseri incelemeyi ihmal etmeyin!

Bale tarihine şöyle bir göz attıysak artık günümüze dönebiliriz. Bale denince akla ilk gelen şeylerden biri balerinlerin parmak ucunda süzülmesi, değil mi? Sahnede izlerken seyirciye sanki havada süzülüyormuş izlenimi veriyoruz, çünkü bizim için öncelik her zaman yaptığımız her bir hareketin estetik ve kusursuz olması. Ancak işin aslı pek de öyle süzülme gibi değil! O zarif hareketlerin ardında yıllar süren sıkı çalışma, sayısız prova ve ayaklarda hissedilen inanılmaz bir baskı var. İşte tam burada upuzun kurdeleleri ve dümdüz ucuyla point devreye giriyor. Point üstünde durmak için tabii ki çok fazla denge ve güç gerekiyor ama güzel olan her şey zahmetlidir, öyle değil mi? Tıpkı bizim başarılı birer diş hekimi olmak için eğitimimizde çektiğimiz zorluklar gibi. Yine de her ne kadar ayaklarımızı acıtsa da sahne ışığının altında dans ederken hiçbir şey hissetmeyiz, sahnenin büyüüne kapılmamak elde değil çünkü! Zaten amacımız da bu, keyif aldığımız hobimizle uğraşırken gerçek hayattan bir anlığına da olsa uzaklaşıp anın tadını çıkarmak. Sahne demişken merak edilen başka bir şeyi daha açıklığa kavuşturalım: Örneğin Kuğu Gölü balesi için bir bilet aldınız, koltuğunuza oturdunuz ve izliyorsunuz, sizce o gösterinin hazırlık aşaması nasıl işliyor?

Hangi eserin sahneleneceği belirlendikten sonra yaklaşık bir yıl boyunca hazırlanıyoruz. Gerçekten uzun bir zaman, öyle değil mi? Bu eserlerin hepsinin bir hikayesi, ayrı ayrı karakterleri var yani bir film çekmek gibi bir şey!

Önce dansçıların rolleri seçiliyor. Ancak sanılanın aksine bir role hazırlanmak sadece o karaktere yapılmış koreografiyi ezberlemekten ibaret değil. Eğitimimizin özellikle ilk yıllarında mimik dersleri alıyoruz. İşte o dersler aslında ilerleyen zamanlarda rolümüzü canlandırırken koreografi, karakter ile uyumlu yüz ifadeleri ve ufak beden jestlerini harmanlamamızı sağlıyor. Siz koltuğunuzda o eseri izlerken dans ile tiyatro harmanlanıyor ve balenin büyüleyici dünyasında bir yolculuk başlıyor! İşte bu hayranlık uyandırıcı bale dünyası benim için yalnızca bir sanat dalı değil, yoğun okul temposunda beni o karmaşadan kurtaran bir tutku.

SINAV DÖNEMLERİNDE SAĞLIKLI BESLENME

Sahra BARIN

Diş hekimliği öğrencileri, sınav dönemlerinde en çok tatlı tüketmektedir. Sınav sürecinde yaşanan stres kortizolü arttırarak bizi enerji ve mutluluk için kafein ve tatlı türevlerine yönlendirir. Basit şekerler, asidik bir ortam yaratarak diş çürüklerinin başlangıcına neden olur. Ağız ve diş sağlığı vücudumuzun genel sağlığını etkileyebilecek kadar önemlidir.

Ağız sağlığı, sindirimin başladığı ilk yer olarak hijyenini sağlamamız gereken en önemli noktalardandır. Diş eti hastalıkları ve çürükler, ülkemizde ve dünyanın birçok yerinde yaygın bir problemidir.

Peki ağız sağlığımızı koruyabilecek besinler olabilir mi? Gelin beraber bu besinler hangileri ve de ne işe yarayabilirler okuyalım. Tabi arkasından da biz öğrenciler için güzel bir tatlı tarifi paylaşalım.





Lif açısından zengin olan elma, kereviz ve havuç ağız içinde doğal temizleyici görevi görerek bakteri oluşumunu azaltır. Tükürük salgısını artırarak ağızdaki asitleri nötralize eder. Yiyecek artıklarını temizler bu da plak oluşumunu azaltır.



Bal içeriğindeki enzimler zararlı bakterileri yok ederek antibakteriyel koruma sağlar. Yaraların iyileşmesini hızlandırır ve tahrişi azaltır. Doğal bir yatıştırıcı olarak ağrıyı dindirir ve bölgedeki iltihaplanmayı azaltır. Diş etlerine ve ağız yaralarına sürülebilir.



E vitamini, magnezyum ve kalsiyum gibi mineraller içeren fındık ve badem dişlerin güçlenmesine katkı sağlar.



Antioksidan özelliğiyle bilinen yeşil çay ağız yarasını, diş etlerinde iltihap oluşumunu engellemeye ve ağız kokusunu gidermeye yardımcı olur.



Portakal, mandalina, greyfurt ve limon gibi turunçgiller yüksek C vitamini içeriğiyle diş eti sağlığını destekler. Yetersiz C vitamini alımı, diş etlerinde iltihaplanmaya ve kanamaya neden olabilen skorbüt hastalığına yol açabilir.

Probiyotikler ağız florasını dengeleyerek zararlı bakterilerin büyümesini engeller ve ağız sağlığını korur. Ağız kokusunu önler ve diş çürüklerini azaltma da aktif rol aldığı da gözlemlenmiştir. Örneğin yoğurtta bulunan *L.acidophilus*.

Ispanak, marul gibi yeşil yapraklı sebzeler diş etlerinin güçlenmesine katkıda bulunan folik asit ve mineraller içerir.

Kalsiyum ve fosfor açısından zengin olan süt, yoğurt ve peynir diş minesini koruyarak dişleri güçlendirir. Ayrıca peynir ağız ortamına baziklik katar. Kalsiyum dişin temel yapıtaşı olan hidroksiapatitin bünyesine katılır. Süt ürünlerinde bulunan kazein proteini diş minesinde koruyucu bir tabaka oluşturarak çürüklerin önlenmesine katkıda bulunur.



Dubai Cheesecake

Sahra BARIN

İLK TABANI İÇİN:

250 GRAM SADE BİSKÜVİ
90 GRAM ERİTİLİP
SOĞUMUŞ TEREYAĞI

**BİSKÜVİ ÜZERİNDEKİ
TABAN İÇİN:**

3 SU BARDAĞI
KAVRULMUŞ KADAYIF
200 GR ANTEP FISTIĞI
KREMASI
2 YEMEK KAŞIĞI TAHİN
TERCİHE BAĞLI ANTEP
FISTIĞI

**PİŞMEYEN KREMASI
İÇİN:**

300 GR LABNE
1 DOLU YEMEK KAŞIĞI
ANTEP FISTIĞI EZMESİ
VEYA 3 YEMEK KAŞIĞI
TOZ ANTEP FISTIĞI
200 GR SÜZME YOĞURT
1 KUTU SIVI TATLI
KREMASI
YARIM SU BARDAĞI
PUDRA ŞEKERİ

ÜZERİ İÇİN:

1 KUTU SIVI TATLI
KREMASI
180-200 GR SÜTLÜ
ÇİKOLATA (TERCİHE
BAĞLI BİTTER
EKLENEBİLİR)





Öncelikle 250 gram sade bisküviyi rondoya alıp ufaltmakla başlayalım. Ufaltmış olduğumuz bisküviye 90 gram eritip oda sıcaklığına getirilmiş sıvı tereyağını ekleyip rondoda 1-2 tur daha çalıştıralım. Böylelikle zemine yerleştirmeye uygun bir taban elde etmiş olduk.

Sonrasında bisküvi tabanın bir üst aşamasına geçelim. Uygun bir tavada 3 su bardağı kadayıfı biraz tereyağı ile kavuralım bu noktada daha kolay olması adına kadayıfın kavrulmuş halini de satın alabilirsiniz.

Daha sonra kavrulmuş kadayıfa 200 gram antep fıstığı kreması ve 2 yemek kaşığı tahin ekleyip spatula yardımı ile karıştırıyorum. Bu noktada tercihe bağlı daha çok antep fıstığı aroması almak için fıstık da ekleyebilirsiniz. En önemli aşama bu karışımı iyice karıştırarak homojenize olmasını sağlamaktır.

Uygun boyutta bir kelepçeli kalıbı geniş bir servis tabağının üzerine koyuyoruz ve iç kenarlarını komple yağlı kağıt ile kaplıyoruz. Kalıbın tabanına yağlı kağıt koymuyoruz.

Kelepçeli kalıbın tabanına rondoda ufalttığımız bisküvilerimizi yerleştiriyoruz. Muntazam olması adına bir bardak yardımıyla tabana iyice bastırarak zeminimizi iyice sıkıştırıyoruz. Bu aşamada iyice sıkıştırılmış , aynı yükseklikte ve homojenlikte bir taban elde etmemiz gerekiyor. Daha sonrasında buzdolabına kaldırıyoruz.

Bisküvi tabanı yeterince sert hale geldikten sonra kadayıflı harcı üzerine dökelim. Yine bir bardak yardımıyla harcımızı taban üzerine iyice bastırarak sıkıştıralım. Daha sonrasında buzdolabına kaldırıyoruz.

Karıştırma kabına 1 kutu tatlı kremasını alalım. Mikserle kremayı köpürtelim. İyice çırpıttıktan sonra 300 gram labne peyniri ve 200 gram süzme yoğurtu üzerine ekleyelim ve çırpalım. Yarım çay bardağı pudra şekerini de ekleyip tekrar çırpalım. En son üzerine arzuunuza göre antep fıstığı kreması veya toz fıstığı da ekleyip spatula yardımıyla karıştıralım.

Hazırlamış olduğumuz kremayı buzdolabından çıkarttığımız kelepçeli kalıbımıza en son koyduğumuz kadayıflı harç üzerine dökelim. Spatula yardımıyla kremayı düzleştirelim. 6-7 saat aralığında buzdolabında iyice soğuyana dek dinlendirelim. Vaktiniz varsa 1 gece dinlendirmek daha iyi olacaktır.

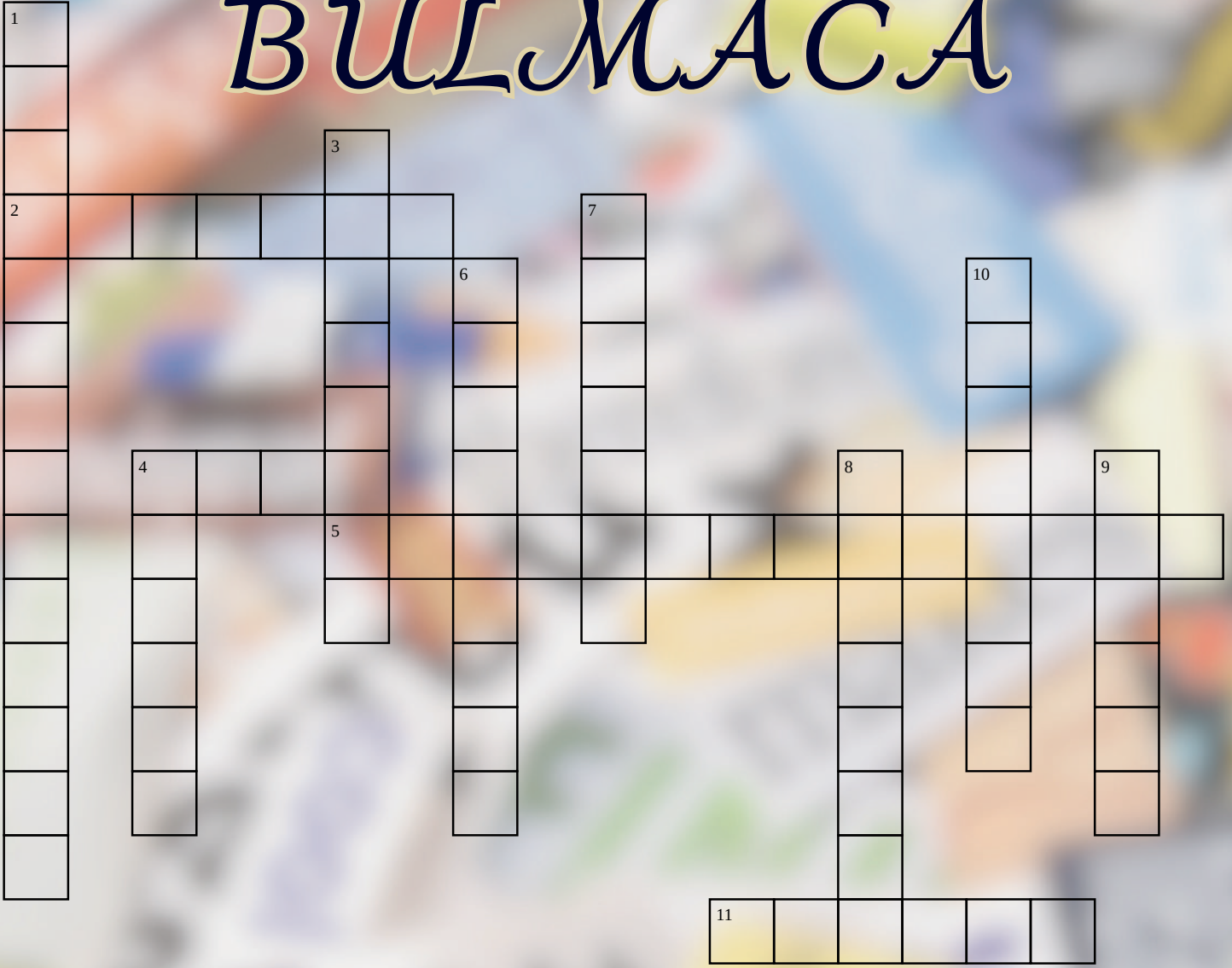
En üst katman için ganajı hazırlamaya başlayalım. Uygun bir sos tenceresine 200 ml sıvı kremayı alıp kaynama noktasına gelene dek ısıtıyorum. Üzerine 200 gram kadar çikolata ilave edip iyice birbirine karışmasını sağlıyorum. Biraz sıcaklığını atması için bekliyoruz.

Ganaj sıcaklığını attıktan sonra buzdolabında 1 geceye yakın dinlendirdiğim kelepçeli kalıbımı çıkarıp en üst katman olan ganajı tatlıma döküyorum. Spatula yardımı ile düzeltiyorum ve kalıbı çikolatanın pürüzsüz şekilde yerleşebilmesi için biraz sallayalım. 3 saat kadar buzdolabında bekletiyorum.

Buzdolabında bekledikten sonra kelepçeli kalıbı açıp kenarlarındaki yağlı kağıtları kaldırıyoruz. Üst süslemesi için yine toz antep fıstığı veya eritilmiş beyaz çikolata tercih edebiliriz.

Afiyet olsun!

BULMACA

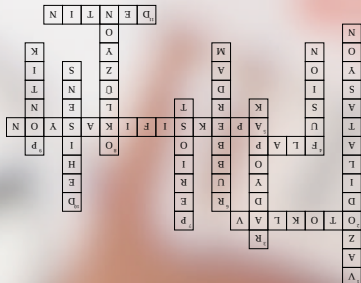


SOLDAN SAĞA:

2. Kapalı haznede suyun ısıtılmasıyla oluşan nemli ısıyla mikroorganizmaları hızla öldüren sterilizasyon cihazı.
4. Diş etinin cerrahi bir işlemle açılması ve geriye çekilmesi
5. Açık apikal foramenin kök gelişimi tamamlanmadan kapatılması işlemi
11. Pulp ile mine arasında yer alan tabaka

YUKARIDAN AŞAĞIYA:

1. Damarların genişlemesi, kan akışının artması
3. X ışığını geçirmeyen ve beyaz görünen alanlar
4. İki ayrı diş germinin gelişim sırasında birleşerek tek bir büyük diş yapısı oluşturması.
6. İzolasyon amacıyla kullanılan lateks bariyer
7. Diş etrafındaki kemikle ilgili zar tabakası
8. Alt ve üst dişlerin kapanış ve temas ilişkisi
9. Sabit protezde eksik dişin yerini alan yapay diş
10. Kök yüzeyinde daha geniş kemik kaybı Alveol kemiğindeki kayıplara alveol kreti kenarının da dahil olmasıdır.



BİR SONRAKİ SAYIMIZDA
YER ALMAK İSTERSENİZ

biruni.budsa@gmail.com

MAİL ADRESİMİZE
YAZINIZI GÖNDEREBİLİRSİNİZ!

"Bilginin ilk kıvılcımı
çoğu zaman bir sorudan
doğar. 'Neden çürür?' diye
başlayan yolculuk, 'Nasıl
koruruz?' sorusuna, oradan
da insanlara umut ve
sağlık taşıyan bir mesleğe
dönüşür. Unutma, sen
sadece bir diş hekimi
olmayacaksın; bir
gülümsemenin arkasındaki
görünmeyen kahraman
olacaksın. Sorgulamaktan,
öğrenmekten ve başkaları
için üretmekten vazgeçme."



BIRUNI
UNIVERSITY
DENTAL STUDENTS
ASSOCIATION

