

Yaşasın Kalbiniz ki Yaşasın Türk Milleti

Healthy heart means surviving Turkish nation

Kitabın Adı: Yaşasın Kalbiniz

(Kalp Krizi ve Felç Nasıl Önlenir?)

Korunma ve İyileşmede En Yeni Bilgiler)

Yazarı: Kardiyolog Dr. (E) Amiral Mehmet OKYAR

Baskı: Deniz Basımevi Müdürlüğü Kasımpaşa İstanbul

ISBN: 975-409-336-9

Yukarıda bilgileri verilen “Yaşasın Kalbiniz” isimli eseri okuduğumda ilk izlenimim kitabın halkımızın rahatça anlayabileceği akıcı ve kolay anlaşılır bir dille yazılmış olduğuydu. Bu kitabın toplumun kalp damar hastalıkları konusunda bilinç düzeyini yükseltmeyi, kalp damar tıkanıklığının risk faktörlerini ve tedavisini anlatmayı ve kalp hastalıklarını önlemeyi hedeflediğini düşündüm. Bunun yanında kalp damar hastalıklarında ortaya çıkan bulguları, tanısında kullanılan yöntemleri, ilaç tedavileri ve yaşam tarzı değişiklikleri yanında bitkilerle tedaviler kitapta ayrıntılı bir şekilde yer almaktadır. Ani kalp durmasına uygulanması gereken ilk yardım ve canlandırma yöntemlerine yaptığı vurgu ise kitabın geniş yelpazesinden önemli bir örnektir.



Hekimler kalp damar hastalarına hastalığı ile ilgili ayrıntılı bilgi vermeyi isteseler bile günlük uygulamada en iyimser rakamla 30 dakika görüşebildiği hastalarına ayrıntılı bilgi verememektedir. Yaklaşık bir haftada okuduğum ve her sayfasının ayrı bir değer olduğunu gördüğüm bu eserdeki bilgilerin tümünü toplumumuzun her bireyi ve özellikle kalp damar hastalığı olan herkesinin okumasının çok faydalı olacağını düşündüm. Öyleyse bu eser önemli bir rehber kitap olarak Türk hekimlerine ve toplumuna büyük katkı sağlayacak ve hekimlerin işini kolaylaştıracak niteliktedir.

Yazarın kalp damar hastalıklarının tedavisinde bitkisel tedaviye yer vermesi ise klasik kitapların dışında bir yaklaşım olarak dikkati çekmektedir. Birçok gelişmiş ülkede (ABD gibi) bitkisel tedaviler tamamlayıcı tedaviler başlığı altında üniversite çatısı kontrol altına alınarak bu alana kürsü verilmekte ve lise mezunu olsa da bile bu alanla ilgilenen kişiler profesör unvanı alırken bizde geçmişte bu alanla ilgilenen kişilerin suçlanması alışıl gelmiştir. Son yıllarda beslenme ve bitki tedavisine daha bilinçli ve objektif bir yaklaşımın gösterilmesi ve kalp damar hastalıkları açısından bu konuya atıfta bulunulması sevindiricidir.

Kitapta “hasta olmak kader değil” deniyor. Kalp damar hastalığı gelişimi için genetik yatkınlığı olan ya da yüksek riski bulunan kişilerde hastalığın önlenebileceği vurgulanıyor. Ülkemizde kalp damar hastalıklarının önlenmesine dönük çabaların yetersizliği ortada iken kitabın bu konudaki bilgilendirme ve önerileri yerinde ve değerlidir.

Bunun yanında yazar ani kalp durmasının hastanede geliştiği olgularda hastaların %100'e yakın kurtarıldığını vurgulamıştır. Ani kalp durmasının çoğunlukla hastane dışında geliştiğini düşünerek birçok ülkenin temel canlandırma uygulamaları konusunda halkını eğittiğini belirtmektedir.

Dr. Siyami Ersek Hastanesi'nde asistanlık yıllarımda kalp durması gerçekleşen hastalara alındıkları yerde ya da nakledilirken kalp masajı ve suni teneffüsün yapılmadığını ve hastaların beyin ölümü sonucu bitkisel hayata girdiğini çok sık gördüm. Bir gün Kadıköy'den hastanemize sevk edilen hastanın yolda fenalaşması üzerine Haydarpaşa-Kadıköy istikametindeki tek yönlü yola ters yönden giriş yapıp hastayı zamanında yetiştiren ambulans şoförüne teşekkür etmişim. Nakil sırasında ventriküler fibrilasyon gelişen ve müdahale edilmeden bize gelen hasta defibrile edilip dolaşım sağlandıktan bir gün sonra kendine

geldiğinde ve bana teşekkür ettiğinde ambulans şoförüne dua etmesi gerektiğini söylemiştim. O günlerde keşke insanlarımız ani kalp durmasının ciddiyetini bilse ve bu olayı hemen tanıyabilse ve doğru müdahale edebilseydi diye düşünürdüm. Böylece ambulans ekibi gelene kadar hasta canlı tutulabilirdi. Bu sayede sadece 4 dakika içinde gerçekleşecek beyin ölümünü ve bitkisel hayata girme engellenirdi. Bir adım ileri giderek ambulansların 2-3 km aralıklarla şehirlerin her yerine dağıtılması, donanım ve çalışanlarının yeterli olması ve trafiği sıkışık yerlerde motosikletli ambulans hizmetinin uygulanmasını ve hastalara çok çabuk ulaşmasını hayal ederdim. Hatta şehrin belli noktalarında helikopter ambulans pistleri olsa da yer ekiplerine destek verse derdim. Pahalı bile olsa böyle bir hizmet sonrası bir kişinin hayatını kurtardığınızda insanların sağlık sistemi, hükümet ve devlete bakış ve güveninin farklı olacağı, toplumsal bütünlüğün güçleneceğini düşünürdüm. Bu kitap benim daha birçok hayalimi uyandırdı...

Bu eseri ülkemizde üç milyon olduğu sanılan kalp damar hastaları ve yakınlarının, kalp damar hastalıklarından korunmak isteyen geri kalan 67 milyon insanın okumasının faydalı olacağı açıktır. Şaşırdığım nokta ise böyle bir kitabın en son baskı dahil 1500 adet basılmasıdır. Bu esere sahip çıkıp onu topluma mal edip okuma yazma bilmeyenleri bile kapsayacak başka eserler-

le destek olursak sayın Mehmet Okyar'ı memnun etmiş olacağımızı ve onun hedeflerine ulaşmasına katkıda bulunacağımızı düşünüyorum.

Ben Kırşehir'de görev yaparken, koroner anjiyografisi normal olduğu halde işlem sonrası damarının açıldığını sanan (ya da onlara böyle söylenen) ve raporu olmayan bazı hastalarda yanılığın sonucu restenoz araştırırken duyduğum şaşkınlık sonucu insanları kalp hastalıkları konusunda bilgilendirmeyi amaçlamıştım. Bu doğrultuda birkaç yerel gazetede sağlık köşem vardı.

Beni hiç tanımayan sayın hocamız Mehmet Okyar ile ortak birçok düşünce ve umutlarımızın olduğunu şaşkınlıkla gördüm. Farkında olmadan "Yaşasın Kalbiniz" adlı eser ile benim ve birçok meslektaşımın topluma ve hastalarına söylemek isteyip de söylemediklerini ve daha birçok değerli bilgiyi halk dilinde kaleme alan hocamıza toplum sağlığına büyük katkısı olabilecek bu nadide eseri için teşekkür ediyor ve saygılarımı sunuyorum.

Mutlu Vural
Özel Avrupa Şafak Hastanesi
Kardiyoloji Bölümü
Gaziosmanpaşa-İstanbul