

## **“Sedef Değil, Sevgi Bulaşıcıdır”**

Dünya Sedef Günü, Türkiye Sedef Hastaları Dayanışma Derneği tarafından düzenlenen ve alanında uzman doktor, sağlık çalışanları ve bilim insanlarından oluşan konuşmacılar ile sedef hastaları ve yakınlarının katıldığı bir etkinlik çerçevesinde anıldı.

T.C. İstanbul Gedik Üniversitesi'nin ev sahipliğinde gerçekleşen 3.Ulusal Sedef ve Artrit Hasta Deneyim Zirvesi etkinliğinin bu yılki teması sedef hastalarının yaşama katılımı ve uyum sorunları olarak öne çıktı.

Etkinliğin açılış bölümünde “Sedef ve Ben” başlıklı bir konuşma yapan Dernek Başkanı Mustafa Yıldırım, sedef hastalarının büyük kısmının özellikle mahrem olduklarını düşünmeleri nedeniyle vücut bakımı, cilt temizliği ve açık yaralara epilasyon, lazer uygulaması gibi konularda yaşadıkları sorunlarını hekimlerle paylaşmadıklarını belirtti. Özellikle hastaların hekimlere olası sorunlarını açıklıkla ifade etmesi gerektiğinin altını çizen Yıldırım var olan sorunların kaynağında çoğunlukla hastaların çekingenliği ve iletişimsizliğinin yattığını söyledi. Yıldırım yaşanan bu durumun kaynağının ise toplumda var olan yanlış bilgi ve algıdan geldiğine vurgu yaptı.

Açılış bölümünden sonra geçilen oturumların ilk bölümünde sedef tanısı, tedavisi ve psikososyal yükü başlıklı konulara değinildi. Dokuz Eylül Üniversitesi Hastanesi Romatoloji ve İmmünoloji dalı uzmanı Prof. Dr. İsmail Sarı artrit tanısı ve tedavi yaklaşımlarına ilişkin görüşlerini açıklarken Bezmialem Vakıf Üniversitesi Hastanesi Gastroenteroloji ve Hepatoloji bölümünden Prof. Dr. Metin Başaranoğlu inflamatuvar hastalıklar ve sedef birlikteliği konusunda dinleyicilere bilgi verdi. Başaranoğlu konuşmasında, ileri yaşlarda daha büyük sorunlar yaşanmaması için sedef hastalarının 40 yaşından itibaren kolonoskopi yaptırmalarının çok önemli olduğunun altını çizdi.

Etkinliğin ikinci bölümünde konuşma yapan İstanbul Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi dekanı Prof. Dr. Tülay Ortabağ ve Prof. Dr. Derya Beydağ ise dünyadan verilerle sedef hastalarının sosyal yaşama katılımı ve uyum sorunları konusuna ilişkin bilgileri katılımcılarla paylaştı. Konuşmalarında hastaların iş yaşamına katılımı ve sosyal ilişki geliştirme sorunları öne çıktı.

Devam eden oturumlarda konuşan İstanbul Gedik Üniversitesi öğretim üyelerinden Gönül Ertunç Özçelik ise egzersiz ve hafif yürüyüşlerle sedef hastalarının sağlayabilecekleri faydalara değindi. Özçelik, özellikle orta ve hafif düzeyde sedef hastası olan kişilerin düzenli yapılan spor ve egzersizlerle iyileşme süreçlerinin çok daha olumlu ve hızlı etkilendiğine vurgu yaptı.

Sedef hastalarının güncel beslenme yaklaşımlarına ilişkin görüşlerini paylaşan İstanbul Gedik Üniversitesi öğretim görevlisi Çağla Pınarlı ise inflamasyonlu hastalarda genetik ve çevresel faktörlerin sedef hastalığının seyrini çok etkilediğine değindi. Pınarlı, alkol, doymuş yağ, kırmızı et ve şeker kullanımına dikkat edilmesi gerektiğine dikkat çekti. Oturumların son bölümünde konuşan aynı üniversiteden Öğretim Görevlisi Niran Çoban ise hasta ve sağlık çalışanları arasındaki iletişime değindi ve sağlıklı iletişimin yolları üzerine örneklerle açıklık getirdi.

Etkinlik sonunda kapanış konuşmasını yapan Dernek Başkanı Mustafa Yıldırım, İstanbul Gedik Üniversitesi'ne etkinliğe ev sahipliği yapması nedeniyle teşekkür ederek, sedef hastalarının yaşam kalitesini arttırmak amacıyla çalışmalarına devam edeceklerini belirtti.