

Basından Seçmeler

- GÜÇLÜ HAZIFA İÇİN D VİTAMİNİ:** Yeni yapılan bir araştırmaya göre vücuttaki D vitamininin seviyesinin azlığı yaşlı erkeklerde düşünme yeteneğini azaltarak, zihinsel bozukluklara yol açabiliyor. *(Star 01.06.2009)*
- KALBİNİZ İÇİN 1 SAAT FAZLADAN UYUYUN:** Yapılan araştırmalarda uykunun kalbe de iyi geldiği ortaya çıktı. Gece 1 saat fazladan uyumanın kalp hastalıkları riskini azalttığı bilimsel olarak kanıtlandı. Şikago'da yapılan bir araştırmaya katılan gönüllü hastalar, koroner arterlerdeki kireçlenmiş tortunun iyileştirilmesi için 5 yıl boyunca kontrol altında tutuldu. Araştırmanın sonunda bu hastaların yüzde 27'sinin 5 saatten az, yüzde 11'nin 5 ila 7 saat arası, yüzde 6'sının ise 7 saatten fazla uyuduğu tespit edildi. *(Star 01.06.2009)*
- KANSERE KARŞI YENİ BİR ÜMÜT:** Danimarkalı bilim insanları kanserle mücadelede önemli bir tedavi yöntemi geliştirdi. RNA 129 adlı mikromolekülün şırıngayla kanser hücrelerine aktarılması durumunda bu hücrelerin 24 ila 48 saat içinde yok olduğu tespit edildi *(Milliyet 02.06.2009)*
- İNSÜLİN İĞNESİ ÖLÇÜM DE YAPACAK:** İngiltere'de şeker hastaları tarafından denenecek olan insülin pompaları, vücuttaki kan şekerini algılayarak dozu belirliyor. *(Sabah 03.06.2009)*
- SPORA TEŞVİK EDEN HAP:** ABD'li bilim adamları, kilolu insanların egzersiz yapmasını sağlayan bir hap geliştiriyor. Harvard Üniversitesi tarafından yürütülen araştırmalara göre, vücutta iştahı dengeleyen bir hormon olan "leptin"i harekete geçirmeye yarayan ilaç, fiziksel aktiviteyi artırmaya da yardımcı oluyor. *(Vatan 04.06.2009)*
- ABUR CUBUR ÇOCUKLARDA ZİHİNSEL PROBLEM RİSKİNİ ARTIRIYOR:** Çok fazla abur cubur yiyen ergenlik çağındaki çocukların, duygusal ve davranışsal problemlerle daha fazla karşılaştıkları belirtildi. *(Star 04.06.2009)*
- KAHKAHA ATMAK İNSAN SAĞLIĞINA İYİ GELİYOR:** Kahkahanın fizyolojik etkilerini inceleyen bilim adamlarının yaptığı araştırmalara göre, kahkaha stresin aksine hareket ederek stres hormonu kortizol seviyesini azaltıyor. *(Vatan 08.06.2009)*
- EPILEPSİYLE MÜCADELEDE MUCİZE:** Uzmanlar epilepsi hastalığıyla mücadelede ve ilköğrenim çağındaki hastaların toplum içinde güven kazanmasında resim yapmanın önemli bir etkisi olduğunu vurguluyor. *(Hürriyet 09.06.2009)*
- EMZİRME ANNEYİ KORUYOR:** ABD'de yapılan bir araştırmada, bebeğini emziren kadınlarda kalp hastalıkları, diyabet, yüksek tansiyon ve felç riskinin emzirmeyen kadınlara oranla daha az olduğu tespit edildi. *(Akşam 10.06.2009)*
- KOLTUK ALTI TER KOKUSU KANSER HABERCİSİ OLABİLİR:** Japonya'da yapılan bir araştırmaya göre, koltuk altı kokusu olan kadınların kanser risklerini göz önünde bulundurmaları gerekiyor. *(Sabah 10.06.2009)*
- DEDİKODU YAPANLAR DAHA SAĞLIKLI:** Dedikodu yapanlarda endişe ve stresi azaltan progesteron hormonunun daha fazla salgılandığı tespit edildi. Daily Mail gazetesinin haberine göre, sık sık dedikodu yapanların daha az strese girdiğini belirten araştırmacılar, sosyal bağların kuvvetlenmesinde önemli rol oynadığı için dedikodunun, yapanları daha mutlu ve sağlıklı hale getirdiğini kaydetti. *(Radikal 11.06.2009)*
- STRES ÖMRÜ 10 YIL UZATIYOR:** ABD'de yapılan araştırmada, stresli anlarda üretilen ısı şoku proteininin hücreleri yenilediği ortaya çıktı. Amerikan Psikoloji Derneği'nin yaptığı araştırmanın sonucu, stresle ilgili bugüne kadar bilinenlerin aksini söylüyor. Stresin insan ömrünü 5 ile 10 yıl arasında artırdığını ifade eden bilim adamları stresi yenmek için başvurulan türlü yollardan vazgeçmemiz gerektiğini belirtti. *(Sabah 11.06.2009)*
- EVLENMEK ŞİŞMANLATIYOR:** Evlenmek veya birlikte yaşamının, kişileri şişmanlattığı bildirildi. İngiliz Daily Telegraph gazetesinin haberinde, Obesity dergisinin gelecek ayki sayısında yayımlanacak bir araştırmanın, birlikte yaşayan çiftlerin obez olma olasılığının, ayrı yaşayanlarınkinin iki katından fazla olduğunu ortaya koyduğu belirtildi. *(Milliyet 12.06.2009)*
- ERKEKLERİ CEHALET ÖLDÜRÜYOR:** Prostat ve meme kanseri gibi "cinse özel kanserler" dışarı bırakıldığında, diğer kanserlerde en çok erkekler ölüyor. İngiltere Kanser Araştırmaları Derneği tarafından yapılan araştırmaya göre, kadınların kanserleri daha erken teşhis ediliyor. Çünkü kadınlar doktora daha erken gidiyor. Erkekler ise doktora gitme konusunda "erkekçe" davranıyor ve erteliyor. *(Star 15.06.2009)*
- SIK SIK DİYET GIDALARI TÜKETMEK KİLO VERDİRMİYOR:** Bilim adamları, sık sık az kalorili yiyecekler yemenin kilo vermediğini belirlediler. Bristol Üniversitesi'nde yapılan araştırmada, insanların düşük kalorili yemekler seçtiklerinde, bunu telafi etmek için daha büyük porsiyonlar yediklerini gören araştırmacılar, çalışma süresince sevdikleri yiyecekleri gören katılımcıların diğer yiyeceklerden daha büyük porsiyonlar almadıklarını söylediler. *(Star 16.06.2009)*
- AZ UYKU ÖLÜM RİSKİ GETİRİYOR:** ABD'de yapılan bir araştırmaya göre düşük kaliteli uyku ölüm riskini artırıyor. Penn State Tıp Fakültesi'nde yapılan çalışma, uyuyamama hastalığı (insomnia) olanların, kabus görenlerin ve uykuda bölünme sorunu yaşayanların ölüm riskinin daha fazla olduğunu ortaya koydu. *(Vatan 16.06.2009)*
- ZENGİNLER DAHA İYİ UYUYOR:** ABD'de yapılan bir araştırmada, uyku bozukluğunun gelir ve eğitim seviyesinin düşük-

Basından Seçmeler

lüğü ile bağlantılı olduğu ortaya çıktı. Amerikan United Press International'ın haberine göre, Philadelphia'daki Pennsylvania Üniversitesi'nde yaklaşık 160 bin kişi üzerinde yapılan araştırmada, cinsiyet, genç olmak ve bekar olmanın da uykuyu olumsuz etkilediği tespit edildi. [\(Star 16.06.2009\)](#)

GELİŞMİŞ ÜLKELERDE ÖLÜM ORANI DÜŞÜYOR: Yapılan bir araştırmaya göre, gelişmiş ülkelerde kanserden ölüm oranları düşüyor. Dünyada kansere karşı mücadele hızlanırken, gelişen erken tanı imkanları, artan sağlıklı yaşam bilinci ile yenilikçi ve biyogenetik ilaç araştırmaları sonucunda geliştirilen tedaviler etkinliğini gösteriyor. Yenilikçi ilaç ve tedavilere yeterince erişemeyen gelişmekte olan ülkelerde kanser vakaları ve ölüm oranları artarken, gelişmiş ülkelerde bu oranlarda azalma görülüyor. [\(Hürriyet 18.06.2009\)](#)

MUCİZE YARATABİLİR: Histerektomi ameliyatıyla alınan Fallop tüplerinin iyi bir kök hücre kaynağı olabileceği bildirildi. Yapılan araştırmalar, fallop tüplerinin, kaslar ve kemikler gibi çeşitli vücut hücrelerine dönüşme potansiyeline sahip zengin kök hücre kaynağı olduğunu gösterdi. [\(Hürriyet 18.06.2009\)](#)

BU ENZİM MİKROP ÖLDÜRÜCÜ: Amerikalı doktorlar, amfizemin ortaya çıkmasında önemli rol oynayan bir enzimin, akciğerdeki bakteriyel enfeksiyonlara karşı ilk savunma hattını da oluşturduğunu belirledi. [\(Hürriyet 18.06.2009\)](#)

BEYİN TÜMÖRLERİNE BURUNDAN MÜDAHALE: Kocaeli Üniversitesi (KOÜ) Tıp Fakültesi'nde bilim adamları, 20 hastada beyin cavernous sinus bölgesine yayılmış hipofiz tümörlerini endoskopik yöntemle iki burun deliğinden girerek çıkardı. [\(Hürriyet 18.06.2009\)](#)

KANSERDE SİYAH ÜZÜM MUCİZESİ: Türk bilim adamları, antikanserojen özelliği bilimsel araştırmalarla kanıtlanan siyah üzümün kanser hastalarında, destekleyici tedavide kullanılması için proje yürütecek. [\(Cumhuriyet 19.06.2009\)](#)

ZAYIFLAR AZ YAŞIYOR: Japonya'da yapılan bir araştırma, zayıf insanların tombullara göre altı ila yedi yıl daha az yaşadığını, hatta obezlerden de daha az yaşadığını gösterdi. [\(Cumhuriyet 19.06.2009\)](#)

BEYAZ SAÇ KANSERE KARŞI DİRENCİN BELİRTİSİ: Japon bilim adamları beyaz saçların kansere karşı koruma sağlayabileceğini ortaya koydu. Araştırmalara göre "melanosit" isimli hücreler, saçlara rengini veren pigmentleri üretiyor ve melanositler, saç kökündeki kök hücreler tarafından üretiliyor. Yıllar geçtikçe bu kök hücrelerin sayısı azalıyor ve saçlar beyazlamaya başlıyor. [\(Vatan 22.06.2009\)](#)

MİGREN AĞRISININ ÇÖZÜMÜNDE DEV ADIM: Türk araştırmacılar, toplumda yüzde 20 oranında görülen migren hastalığına büyük oranda neden olan bir faktörü ilk kez tanımladı. Araştırmacılar, yeryüzünde rüzgarla yer değiştiren sahra çölü tozlarının migrene neden olduğunu ve hastalığı tetiklediğini laboratuvar ortamındaki deneylerle kanıtladı. [\(Milliyet 24.06.2009\)](#)

İSTEKLERİNİZİ SAĞ KULAĞA SÖYLEYİN: İtalyan bilim adamları, "isteklerin yerine getirilmesi için sağ kulağa konuşulmasının" gerektiğini ortaya koydu. İtalyan araştırmacılar, yaptıkları 3 ayrı deneyde kişilerin, sağ kulaklarına söylenenleri yerine getirmede daha iyi olduklarını gösterdi. [\(Milliyet 24.06.2009\)](#)

İNSAN ZEKASININ BEDELİ KANSER: "İnsan, zekasının bedeli olarak kansere yakalanıyor" ilk bakışta çok kışkırtıcı bir tez olarak görünüyor. Ama ABD'li bilim insanları, insan ve maymun genleri üzerinde yaptıkları uzun deneylerde bu sonuçta vardı. ABD'de Georgia Teknoloji Enstitüsü'nün araştırmasına göre, maymunların neredeyse kanser hastalığına hiç yakalanmamasının nedeni olarak beyinlerini kullanmamaları gösterildi. [\(Radikal 26.06.2009\)](#)

KANSER İÇİN MUCİZE İLAÇ KEŞFEDİLDİ Mİ: Amerikan Kanser Araştırmaları Enstitüsü, kanseri çok ilerlemiş olan göğüs, rahim ve prostat kanseri 19 hasta üzerinde yeni geliştirilen Olaprib adlı ilacı denedi. İlaç, 12 hastada çok ilerlemiş düzeyde olan tümörün küçülmesini ve stabil hale gelmesini sağladı. [\(Star 26.06.2009\)](#)

KARPUZ KALBİN DOSTU KANSERİN DÜŞMANI: Karpuzdaki 'laykopen' maddesi kansere karşı koruma sağlıyor, kan ve kalp fonksiyonlarının düzenlenmesini sağlıyor. Yaz mevsiminin vazgeçilmez meyvelerinden karpuz, içeriğinde bol miktarda bulunan "laykopen" maddesi nedeniyle kanser türlerine karşı etkisinin yanı sıra kalp fonksiyonlarının ve kan basıncının düzenlenmesine de yardımcı oluyor. [\(Radikal 28.06.2009\)](#)

SİGARA BEYİN HASARINI TETİKLİYOR: Bilim adamları, sigara ile beyin hasarı arasında doğrudan ilişki bulunduğunu tespit ettiler. Hindistan'da Ulusal Beyin Araştırma Merkezi'nden bilim adamları tütünün içindeki bileşenin merkezi sinir sisteminde beyaz kan hücrelerini sağlıklı hücrelere saldırması için tetiklediğini ve nörolojik hasara yol açtığını buldular. [\(Star 29.06.2009\)](#)

KOZMETİK ÜRÜNLER SPERM KALİTESİNİ DÜŞÜRÜYOR: Hollanda'nın Nijmegen Üniversitesi Sint Radboud Tıp Merkezi tarafından yapılan araştırma, kozmetik ürünlerinin erkeklerde sperm kalitesini önemli ölçüde düşürdüğünü gösterdi. [\(Cumhuriyet 30.06.2009\)](#)