

Bir muayene izlenimleri

Engin Erkiner tarafından yazıldı
Cumartesi, 11 Eylül 2021 08:13 -

Normalde her yıl gitmem gerekirdi ama pandemi nedeniyle geçen yıl doktor muayenehanelerinde ciddi kısıtlamalar vardı, ben de üşenip gitmemiştim. Bu yıl göz muayenesine gittim.

Türkler tarafından açılan ve Türklerin çalıştığı büyük bir göz kliniği var, iki yıl önce de buraya gitmiştim.

Muayene olmak için gelenler değişik uluslardan insanlardı. Yarım saatte gördüklerimden genel sonuçlar çıkarmak doğru olmaz ama Afrika ülkelerinden gelenlerle Türkler çoğunlukta idi. İnsanların tipine bakarak milliyetini çıkarmak her zaman mümkün olmuyor ama tahminim birkaç da Alman vardı.

Doktorlar ve orada çalışanlar dahil Türklerin aralarında Türkçe konuşmaları normal ama eskiden bu kadar normal değildi. Türkler bile aralarında Almanca konuşurdu. Türkçesi zayıf ise doğal olarak böyle olacak ama değilse de Almanca konuşurlardı. Bu durum ortadan kalkmış. Türkçe bilmeyenle tabii ki Almanca konuşuluyor.

Türkler hastalık hastası bir halk...

Muayenehane dışındaki Türklerden de biliyorum; kadın veya erkek yaş ilerleyince -60'ı geçince hastalığın birisi gidiyor diğeri geliyor. İleri yaşlarda bedenin yıpranmış olması normal olmakla birlikte insanımız kendini bırakıveriyor ve bu da durumu daha kötü yapıyor.

Muayene oldum, kayda değer bir şey yok, görme oranı yüzde yüz, katarakt yok...

Gözlerim miyop, irsi, babadan geçme, ortaokul üçten beri gözlük kullanırım. O zamanki

Bir muayene izlenimleri

Engin Erkiner tarafından yazıldı
Cumartesi, 11 Eylül 2021 08:13 -

numaram -3,5 idi. Birkaç yıl önce bu rakam -2 ve -1'e düştü. Kitap okurken ve bilgisayar kullanırken gözlük takmıyorum yıllardan beri. Gözlükle kitap okuyamıyorum, göz yıllarca böyle alışmış ve anlaşılan göz kasları da buna uygun şekillenmiş.

Göz tansiyonu var, tam sınırdadır ama miyoplarda normal olanın aksine bende göz içi deri kalın olduğu için tansiyon iki birim azalıyor.

Adam, maşallah, deyince güldüm.

Yaş ilerledikçe gözün içindeki sıvı azalır, göz kurur. Bu da göz rahatsızlıklarının yanı sıra bazı insanlarda göz taşlarına yol açar. Lutein adlı mineral gözde azalan sıvıyı yerine koyar.

İlgilenirseniz öğrenirsiniz, ilgilenmezseniz yaşlanmanın doğal sonuçlarıyla karşılaşılırsınız.

İnsan yaşlanmaya müdahale edebilir ve bunun zamanında yapılması gerekir.

Ameliyat yaşamadan mineraller aracılığıyla bu müdahaleyi yapabilirsiniz.

Bunu size kimse öğretmez, kendinizin öğrenmesi gerekir.

Otuz yıl önce bu kadar imkan yoktu, daha sonra yavaştan ortaya çıkmaya başladı.

Maddi durumu iyi olmayan birisiyim. Kazandığım parayı yıllarca kitaba, eğitime ve sağlığa harcadım. Ne bugünkü bilgi düzeyi ve üretkenlik ve ne de sağlık rastlantı değildir.

Eksiklerim var; mesela sporcu olmam şart değil ama spor yapmam gerekiyor. Hareketli bir

Bir muayene izlenimleri

Engin Erkiner tarafından yazıldı
Cumartesi, 11 Eylül 2021 08:13 -

insanım ama bu yetmez.

Türk kültürünün önemli bileşenlerinden birisi, "bir şey olmaz" anlayışıdır.

Doğrudur, bazen olmuyor ama olunca da geri döndürülmesi zor oranda oluyor.

60-70 yaş Türk kadın ve erkeklerinin aralarında sürekli sağlık sorunlarını konuşmalarından içimi sıkıntı basmıştı ama neyse ki bekleme sürem uzun olmadı.