



"Eczacı, en yakın ilaç ve sağlık danışmanıdır" • ISSN 1306-5734 • www.eczacidergisi.com.tr

eczacı

SEKTÖRÜN EN İYİ DERGİSİ • TEMMUZ 2025 • YIL: 21 • SAYI: 237



Suyuna Supplyte®

Yazına Değer Kat!

HER KÜÇÜK DAMLADA
İHTİYACIN OLAN BÜYÜK GÜÇ



DEMİR EKSİKLİĞİNE KARŞI ETKİLİ DESTEK

TALYA



KENDİMİ
SEVİYORUM

Demir,

- ◆ Kırmızı kan hücrelerinin ve hemoglobinin normal oluşumuna,
- ◆ Vücutta normal oksijen taşınımına,
- ◆ Bağışıklık sisteminin normal fonksiyonuna,
- ◆ Yorgunluğun ve bitkinliğin azalmasına katkıda bulunur.





44. DÖNEM III. BÖLGELERARASI TOPLANTISI ORDU'DA GERÇEKLEŞTİRİLDİ



KAMU KURUM İSKONTOLARI

ECZ. VECİHİ ÖZERDEMLİ

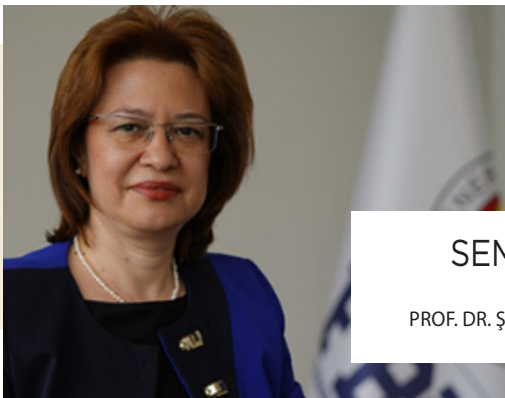
6



YAŞA BAĞLI GÖRÜLEN VİTAMİN& MİNERAL EKSİKLİKLERİ

UZM. DYT. EZGİ ÖZTÜRK

8



SEMAGLUTİD

PROF. DR. Ş. GÜNİZ KÜÇÜKGÜZEL

24

30



NADİR HASTALIKLAR VE TEDAVİDEKİ YETİM İLAÇLAR

PROF. DR. ALİ DEMİR SEZER



eczacı

AYLIK MESLEKİ YAYIN

ISSN 1306-5734

İmtiyaz Sahibi
Meral Günay Öztürk
meralgunay@eczacidergisi.com
Yayıncı Kuruluş
Novi Medya Merkezi İletişim ve
Yayıncılık A.Ş.

Genel Yayın Yönetmeni ve
Sorumlu Yazı İşleri Müdürü
Çetin Öztürk
cetinozturk@eczacidergisi.com

Grafik Tasarım
Filiz Erdem
filiz@novimedy.com

Editör
Songül Türe
songul@novimedy.com

Pazarlama Yönetmeni
Kübra Yeşildirek
kubra@novimedy.com



14
TÜRK ECZACILARI BİRLİĞİ BAŞKANI
ARMAN ÜNEY'DEN TOPLUM SAĞLIĞI
İÇİN KRİTİK UYARI



12
LSD NEDİR? GEÇMİŞTEN
GÜNÜMÜZE LSD
PROF. DR. AFİFE MAT



48
ÜLKEMİZDE BULUNAMAYAN
İLAÇLARIN ECZANE
LABORATUVARLARINDA ÜRETİMİ

UZM. ECZ. AHMET NEZİHİ PEKCAN

40



KONUŞMAMIZ LAZIM

UZM. ECZ. SİNEM GÜNGÖR BAYAR



E-REÇETEDE HANGİ
BİLGİLER YER ALIR?

DR. BÜNYAMİN ESEN

52

Dijital Pazarlama Yönetmeni
Tuğba Taylan
tugba@novimedy.com

Muhabir
Kemal Genç
kemalgenç@novimedy.com

Adres: Eski Büyükdere Caddesi
Maslak İş Merkezi No: 37 Kat: 5
Maslak / Sarıyer / İstanbul
Telefon: (0212) 256 67 67
Faks: (0212) 256 34 33

Baskı: Şan Ofset
Hamidiye, Anadolu Cd. No: 50, 34408
Kâğıthane/İstanbul 0212 289 24 24
Yayın Türü: Yaygın Süreli Yayın
Baskı Tarihi: TEMMUZ 2025
www.eczacidergisi.com.tr
www.novimedy.com

Eczacı Dergisi'nde yayımlanan bütün yazı, haber, fotoğraf, harita, illüstrasyon vesair konuların her türlü telif hakkı Novi Medya İletişim ve Yayıncılık A.Ş.'ne aittir. İzin alınmadan kaynak gösterilerek dahi iktibas edilemez. Dergide yayımlanan ilan, röportaj veya köşe yazılarındaki fikir ve görüşler, yazarı veya görüşü bildiren hukuken bağlar. Hiçbir şekilde Eczacı Dergisi sorumlu tutulamaz.

Kamu Kurum İskontoları

Değerli Meslektaşlarım,

Son dönemde eczanelerimizde ciddi bir kamu kurum iskontosu sorunu yaşanmakta. Eczacılarımız sosyal medya üzerinden sürekli bir çözüm arayışında; neler yapılabileceğine dair yoğun bir fikir alışverişi içinde bulunuyorlar.

Oysa yıllardır birçok düşünce insanı bu konuya dikkat çekmiş, çeşitli çözüm önerileri ve yol haritaları sunmuşken, meslek odalarımızın ve birliğimizin bu konuda somut bir vizyon ortaya koyamaması gerçekten düşündürücüdür. İçinde bulunduğumuz yüzyılda bu tutumu anlamakta güçlük çekiyorum.

Kamu kurum iskontosu, eğer esasen ilaç üreticilerinin kamuya sağlaması gereken doğrudan bir destekse, bu yükün eczaneler üzerinden değerlendirilmesi baştan beri yanlış bir uygulamadır. Bugün hangi firmanın eczane kanalıyla ne kadar ürün sattığı, dijital veriler üzerinden rahatlıkla tespit edilebiliyorken, bu iskontonun doğrudan SGK ile firmalar arasında yapılacak bir anlaşmayla uygulanması en doğru çözüm olacaktır.

Ancak daha da önemlisi, kutu başına kurulan ekonomik sistemin gelecekte yaratacağı belirsizliklerdir. Bu sistem içerisinde eczacılarımızın mesleklerini icra ederken insanca bir gelir elde edebilmeleri giderek zorlaşmaktadır.



Ecz. Vecihi Özerdemli
veci398@gmail.com

Bu durum, aslında 1970' li yıllardan bu yana dünya eczacılığında sıkça tartışılan bir konudur. Özellikle gelişmiş ülkelerde, ilaç daha erken bir dönemde aktif bir ticari meta haline geldiğinden, ekonomik etkileri hızlıca anlaşılmıştır. Bu nedenle meslektaşlarımız iş yapış biçimlerini dönüştürerek mesleki hak ve kazanımlar elde etmişlerdir. Bizim de bu süreçleri yeniden keşfetmemize gerek yoktur. Bu modelleri kendi koşullarımıza uyarlamak mümkün ve gereklidir.

Ne yazık ki meslek örgütlerimizin bu konudaki yaklaşımı, düşünceleri ya da attığı somut adımlar eczacı kamuoyuna yeterince şeffaf biçimde yansıtılamamaktadır. Oysa eczacı, sadece ilacı sunan bir ticari işletmeci değil; halk sağlığının korunmasında birinci basamak sağlık hizmet sunucusu olarak görev yapan, danışmanlık ve izlem hizmetleri sunan bir sağlık profesyoneli. Bu sorumluluğa rağmen, mesleğin ekonomik sürdürülebilirliği açısından giderek artan bir belirsizlik yaşanmakta; eczacılar ise bu boşluğu sosyal medya platformlarında bireysel çabalarla tartışarak doldurmaya çalışmaktadır. Meslek örgütlerinden beklenen ise, bu dağınık enerjiyi ortak bir vizyona dönüştürecek yönlendirici, kapsayıcı ve meslek hakkını önceleyen yapısal çözümler sunmalarıdır.

XV. ALTIN HAVAN İLAÇ VE ECZACILIK SEKTÖRÜ BAŞARI ÖDÜLLERİ 2025

• **BAŞVURULARI BAŞLADI** •

www.altinhavan.com.tr





Uzm. Dyt. Ezgi Öztürk
e.ozturk@solgar.com.tr

YAŞA BAĞLI GÖRÜLEN VİTAMİN & MİNERAL EKSİKLİKLERİ

Yaş almanın Besin Emilimine Etkisi:

Yaş almamız kaçınılmazdır. Gastrointestinal sistemimizin eskisi kadar iyi çalışmaması yaşımız ilerledikçe sıklıkla gözlenmektedir. Tüm bireyler için aynısını söylemek doğru değildir, ancak eşlik eden farklı hastalıkları da olan bireylerde bu tür değişikliklerin yaşanması daha çok gözlenebilir. Genellikle beslenme ve yaşam tarzından kaynaklanan bu tür değişiklikler, kişinin vücutta kullanabilmesi için besinleri etkili bir şekilde sindirme ve emilime yeteneğini etkileyebilir. Yaş ilerledikçe bireylerde tükürük üretiminin azalması yaygın olarak gözlenir bu da yiyeceklerin parçalanmasını başlatan daha düşük enzimatik reaksiyonlarla sonuçlanır. Bazen kötü diyet hijyeni çığnemeyi daha zor hale getirebilir ve GI kanalda azalmış bir sindirime neden olabilir. Kronik PPI kullanımı veya GI yolda viral/bakteriyel enfeksiyonlar nedeniyle daha düşük gastrik asit içeriği gibi başka sorunlar da ortaya çıkabilir. Ayrıca, bağırsak mikrobiyomu değişiklikleri enfeksiyona ve GIS ile ilgili sorunlara yatkın bir ortam yaratabilir. Pankreas gibi gastrointestinal organların yaşlanması sindirimi ve emilimi etkileyen işlevselsizliğin görülmesine sebep olabilir. Yaşlı nüfusun çoğu,

reflü, ishal, kabızlık, disfaji, artan enfeksiyonlar ve diğer sistemik sorunlar gibi birden fazla GIS ile ilgili sorun yaşar.

Azalmış İştah ve Besin Alımı: Besin Eksikliği İçin Bir Risk Faktörü

Azaltılmış gıda alımı, genel sağlığı etkileyebilecek fizyolojik değişikliklere ve besin eksikliklerine neden olabilir; yetersiz beslenme, enerji kullanımı için kas fonksiyonlarının bozulmasına neden olan kalori ve protein alımının azalmasından kaynaklanır. Mikro-

besin eksiklikleri de genel sağlığı etkileyebilir. Kemik sağlığı ve bilişsel gerileme, her ikisi de sınırlı mikro-besin alımıyla ilişkilidir ve bu da yaşlı insanlarda daha kötü bir sağlık tablosuyla sonuçlanabilir.

Takip Edilmesi Gereken Temel Vitamin ve Mineraller

B12 Vitamini: Sinir Sistemi Sağlığı ve Enerji Üretimi İçin Önemlidir

B12 vitamini sinir fonksiyonu için gerekli bir mikro besindir ve sağlıklı kırmızı kan hücreleri ile DNA

oluşumuna yardımcı olur. Yaşlı yetişkinler tarafından, B12 açısından zengin gıdaların daha az tüketilmesi, daha düşük mide asidine yol açan kronik PPI kullanımı, yaşlanmanın bir sonucu olarak intrinsik faktörde ve mide asidinde azalma, daha yüksek H. Pylori enfeksiyonu görülme insidansı gibi birden fazla faktör nedeniyle B12 eksikliği açısından daha yüksek risk altındadır. B12 vitamini eksikliği, halsizlik, yorgunluk, sinir sıkışması ve kas ağrısı, baş dönmesi, nefes darlığı gibi spesifik olmayan semptomlar nedeniyle erken dönemlerde tespit edilemeyebilir.





YAZ IŞILTINI YANINA AL

Güneşli günlerin tadını çıkarırken
beslenme rutininize
SOLGAR BETA CAROTENE dokunuşu



E

Kalsiyum ve D Vitamini: Kemik Sağlığını ve Bağışıklık Fonksiyonunu Destekler

D vitamini ve kalsiyum uyum içinde çalışan iki temel mikro besindir. D vitamini ince bağırsaklarda kalsiyum emilimini desteklemek için hayati önem taşır. Kemiklerin mineralizasyonu için gereken doğru miktarda kalsiyuma sahip olmasına ve kemiklerin güçlü tutulmasını sağlamaya yardımcı olur. D vitamini eksikliği yaygın olsa da, yaşı ilerlemiş bireyler daha az D vitamini içeren gıda tüketmesi, dışarı çıkmak ve yeterli güneş ışığına maruz kalmak için sınırlı hareket kabiliyeti ve D vitamini emilimini sınırlayan böbrek hastalığı gibi eşlik eden hastalıklar nedeniyle daha fazla risk altındadır. D vitamini ve kalsiyum eksikliği olan bireyler, kırık riskini artıran sekonder hiperparatiroidizm, kemik kaybı, osteoporoz ve kas zayıflığı riski altındadır ve bu durum yaşam kalitelerini daha da etkileyebilir.

Demir: Anemiye Önlemek

Demir, oksijeni vücuttaki tüm hücrelere taşımak için gereklidir. Demir seviyeleri çok düşük olduğunda, anemi, yorgunluk ve güçsüzlüğe neden olur. Yaşı ilerlemiş kişilerde anemi ayrıca daha düşük yaşam kalitesi, artan morbidite(hastalık) ve mortalite(ölüm) ile ilişkilidir.

Besin Eksikliğinin Belirtilerini Tanımak

Yorgunluk ve Halsizlik: Yaygın Bir Belirti

Yorgunluk ve halsizlik, özellikle siz veya sevdiğiniz birinin çok fazla yemediğini fark ederseniz, bir şeylerin yolunda gitmediğinin açık işaretleridir. Daha önce de belirtildiği gibi, yeterli mikro besin almamak kaslarınızı, sinir sisteminizi ve genel enerji seviyenizi etkileyebilir, aşırı yorgun hissetmenize ve yaşam kalitenizi daha da olumsuz etkilenmesine sebep olabilir.

Saç Dökülmesi ve Kırılan Tırnaklar: Eksikliğin Fiziksel Belirtileri

Başka bir fiziksel belirti saç ve tırnaklardaki değişikliklerdir. Saç dökülmesi ve kırılanlık, donukluk veya kuruluk da vücudunuzun dayanıklılığını korumak için yeterli besin almadığını gösterebilir.

Tırnaklarınız kırılan ve kuru olabilir veya besin eksikliğini gösteren çıkıntılar fark edebilirsiniz. Saç dökülmesi ilerleyen yaştaki popülasyonlarda daha yaygındır, ancak bu, özellikle aniyse veya kendinize bakış açınızı etkiliyorsa, her şeyin normal olmayabileceğinin bir işareti olmalıdır.

Ruh Hali Değişiklikleri ve Bilişsel Gerileme: Besin Eksikliğinin Zihinsel Etkisi

Sizin için bilmiyorum ama ben yeterince yemek yemediğimde veya aç olduğumda ruhsal sağlığım açısından da pek sağlıklı hissedemiyorum. Odaklandığımız şey açlığımız oldukça sağlıklı düşünme şeklini de kaybedebiliyoruz. Bu genellikle ilerleyen yaşlardaki insanlarda görülen ve yeterince yemek yemediklerini gösteren bir işaret olabilir. B vitaminleri, demir minerali ve D vitamini kas ve sinir sağlığı için oldukça önemlidir bu durum ruhsal olarak nasıl hissettiğinizi ve bilişsel fonksiyonunuzu etkileyebilir.

Optimum Besin Alımına Yönelik Stratejiler Dengeli Beslenme: Besin Değeri Yüksek Gıdalara Öncelik Vermek

İlerleyen yaşlardaki kişilerin sağlığını destekleyebilmesi için, sağlıklı seçimlerle yapılmış gıdalardan oluşan dengeli bir diyet tüketmesi önemlidir - meyveler, sebzeler ve tam tahıllar gibi lif açısından zengin gıdalar, yağsız proteinler ve tavuk, göğüs, hindi, balık, yağsız otla beslenmiş siğir eti, fasulye, kuruyemiş, yağlı tohumlar ve zeytinyağı gibi kalp sağlığına yararlı sağlıklı yağlar iyi birer seçenek olacaktır. Bu besin maddelerinden yeterince aldığınızdan emin olmak için, önce proteinli yiyecekleri yemeye, ardından diğerlerini yemeye öncelik verin. (kas kaybınızı azaltabilmek için yeterli ve kaliteli protein alımını sağladığımızdan emin olmamız gerekir.) "Standart"

boyutlu öğünler yemek, beslenmeyi desteklemek için yeterli protein ve kalori aldığınızdan emin olmak için gün boyunca daha az ve sık öğünler tercih edin.

Takviyeler: Ne Zaman Gerekli Olabilir?

Bu süreçte beslenmenizi sağlıklı sürdürmek için yeterli beslenemiyorsanız bir besin takviyesi sizin için uygun olabilir. Herhangi bir takviyeye başlamadan önce, ihtiyacınız olup olmadığını değerlendirmek için her zaman sağlık profesyoneli biriyle birlikte laboratuvar testlerinizi yaptırıp görüşün.

■ **D Vitamini:** 50 yaş üstü yetişkinler için günlük 800- 2000 IU arası kandaki D vitamini seviyesine göre değişebilir.

■ **Kalsiyum:**

■ **Kadınlar:** 51 yaş ve üzeri kadınlar için günlük 1200 mg

■ **Erkekler:** 50-70 yaş arası erkekler için günlük 1000 mg ve 70 yaş üstü erkekler için günlük 1200 mg

■ **Omega-3 yağ asitleri:** Günlük 1000 mg, düzenli kullanım önerilir.

■ **B12 vitamini:** Günlük minimum 2.4 mcg, eksiklik durumlarında 1000 mcg'lara çıkılarak kullanımı önerilebilir.

■ **Magnezyum:** Günlük 320-400 mg,3 ay aralıklarla kan düzeylerine bakılarak kullanım önerilir.

Düzenli Sağlık Kontrolleri: Erken Tespit ve Müdahale

Siz veya sevdiğiniz birinin besin eksikliği riski altında olduğundan şüpheleniyorsanız, kapsamlı bir değerlendirme yapmak ve bunu düzeltmek için öneriler almak üzere sağlık uzmanınızla görüşmeniz önemlidir. Bazen, beslenme ve

yaşam tarzı değişiklikleri besin eksikliklerini ciddi hale gelmeden önce tersine çevirmek için yeterlidir. İleri yaşlarda optimum sindirim sağlığını desteklemek için besleyici bir beslenme programı ile tüketmeye ve ihtiyaç duyulan takviyelerle bir plan çizmeye gerek duyulabilir. Sağlıklı ve planlı bir yaş alma dilerim...

TEMMUZ 2025 **eczacı**

Herkesi güldüren kasko: **GÜLÜMSETEN KASKO**



Onarım sonrası elektronik ortamda garanti belgesi, araç check-up hizmeti, ozon sterilizasyonu ve ekspres kuru motor temizliği, iç/dış yıkama ve lastik/jant temizlik hizmeti, 3 parça ve üzeri hasarlarda komple boya parlatma/cila hizmeti, ikame araç desteği ve kaza harici oto periyodik bakım ve mekanik hizmetlerde %15 işçilik indiriminden yararlanabilir; yenilenen servis ağıımız Gülümseten Servis ile daha kolay, daha avantajlı bir deneyimin keyfini çıkartabilirsiniz.

*Prim fiyatlama ve indirim kriterleri Türk Nippon Sigorta risk kabul esasları ile kasko özel şartlarına bağlı olarak değişiklik gösterecektir. **Detaylar için en yakın acentemizi ziyaret edebilir veya www.turknippon.com web adresimizden bilgi alabilirsiniz.**

Detaylı bilgi için 444 88 67'yi arayabilir, acentelerimizi veya turknippon.com'u ziyaret edebilirsiniz.





Prof. Dr. Afife Mat
Biruni Üniversitesi Eczacılık Fakültesi
Farmakognozi Ana Bilim Dalı Başkanı

LSD Nedir?

Geçmişten Günümüze LSD

1960'larda hippelerin yani çiçek çocuklarının keyif verici maddesi LSD (Lizerjik Asit Dietil Amid)'nin öyküsü orta çağda başlar.

Orta çağda "Kutsal ateş", "Aziz Antuan ateşi" gibi isimler verilen bir hastalık salgınları halinde binlerce ölüme neden olmuştur. Bu salgınların nedeni Claviceps purpurea mantarının çavdar başakları üzerinde yaptığı, çavdar mahmuzu (Secale cornutum) denen oluşumların una karışmasıdır. Tahıl öğütülürken bu oluşumların una karışması ve bu unla yapılan ekmekten yiyenlerde halusinasyon ve gangren sonucunda el, ayak gibi uzuvların kaybedilmesi, hatta ölüme kadar giden zehirlenmeler görülmüştür. Binlerce kişinin hayatını kaybettiği bu salgınların nedeninin hastalıklı çavdar unu olduğu ancak 18.yüzyılda anlaşılmıştır. Beslenme şeklinin değişmesi ve tarımın gelişmesiyle hastalık zamanla ortadan kalkmıştır.

Günümüzde bu zehirlenmeye ergotizm adını veriyoruz. İki tip ergotizm tanımlanmaktadır: Gangrenöz Tip ve konvulsiv Tip. Gangrenöz tipte çavdar mahmuzunun damarlarda yaptığı aşırı kasılma sonucunda el ve ayak gibi uzuvlarda Gangrenler oluşur. Konvulsiv ergotizmde ise halusinasyonlar görülür.

Tarihte toz halde çavdar mahmuzunu ebeler tarafından doğumu kolaylaştırmak için 17. yüzyılda kullanılmıştır. Yüksek dozda kullanımının doğum sırasında ölümlere ve ölü doğumlara neden olması sonucunda 19. yüzyılda sadece doğum sonrası kanamaları durdurmak için kullanılmasına izin verilmiştir.

19. yüzyıl başından itibaren çavdar mahmuzunun kimyasal bileşimi araştırılmaya başlanmıştır. Çavdar mahmuzundan ilk aktif bileşik 1905 yılında Londra'da Welcome Araştırma Laboratuvarı'nda George Barger, Francis Carr ve Henry Dale

tarafından elde edilen ve bir alkaloid karışımı olan ergotoksindir. İsviçre'de Sandoz Laboratuvarı'nda çalışan Arthur Stoll ise 1920'de ergotamini izole etmiştir. 1932 yılında Londra'da John Chassar Moir çavdar mahmuzunu sulu ekstresinin uterotonik etkisi olduğunu göstermiştir. Üç yıl sonra da Harold Dudley ile birlikte uterotonik etkiden sorumlu olan ergometrinin elde etmişlerdir.

Bu arada ergometrinin daha kuvvetli etkiye bileşikler bulmak amacıyla Sandoz Laboratuvarı'nda Albert Hofmann lizerjik asit türevlerinin yarı sentezi üzerinde çalışmalar yapmaktadır. 16 Nisan 1943 günü Albert Hofmann çalışırken kendini tuhaf hissetmeye ve çalışmayı bırakıp evine gider. Değişik bir yorgunluk ve baş dönmesi ile evde uzanır, kendini sarhoş gibi hissetmektedir. Biraz sonra renkli hayaller görmeye başlar. İki saat sonra bu etkiler geçer. Hofmann üzerinde çalıştığı lizerjik asit amidlerinden biriyi zehirlendiğini tahmin ederek sonraki günlerde araştırmalarını bu bileşikler üzerinde yoğunlaştırır. İşte bu şekilde lizerjik asit dietilamid yani LSD ortaya çıkmıştır.

Hofmann bu bileşiğin çok düşük dozda bile çok aktif olduğunu farkederek 19 Nisan 1943'te asistanın eşliğinde zabit tutarak kendisi üzerinde deney yapar. Bu deney LSD'nin çok alışılmışın dışında özellikleri olan psikoaktif bir madde olduğunu gösterir.

LSD Zurich psikiyatri kliniğinde sağlıklı deneklerde ve şizofrenlerde denenmeye başlar. LSD'nin analitik psikoterapiye uygulanması, psikik gevşeme getirmesi nedeniyle mümkündür. LSD altındaki hastaya ulaşmak daha mümkün olmaktadır, saplantılar ortadan kalktığı için. LSD doğrudan bir ilaç gibi davranmaz, psikoterapik veya psikanalitik tedavilere yardımcı olur, bu tedavileri daha etkin kılar ve böylece tedavi süresi kısalmır.

Nevroz, psikoz ve depresyon, anksiyete, obsesyon ve alkolizmin tedavisinde yaklaşık 40 bin kişi bu yolla tedavi edilir.

On yıldan fazla süren bilimsel araştırmalar ve tıbbi uygulamalardan sonra LSD'nin keşfi, 1960'larda özellikle ABD'de uyuşturucu olarak kullanılmaya başlamasıyla gölgelenmiştir.

Nisan 1966'da Sandoz bir Basın Bildirisi yayınlamak zorunda kalır:

"Özel olarak araştırma amacıyla kullanılan psilosibin ve LSD 25 sevkiyatı askıya alınmıştır. Sadece ABD değil tüm ülkeleri kapsamaktadır. Ne LSD 25 ne de psilosibini hiçbir zaman piyasaya çıkarmamış olmamıza rağmen özel durumlar bu tedbirleri almamızı gerektirmiştir." 1966 yılında Amerikan Hükümeti, LSD'yi yasaklar. Diğer ülkeler de ABD'yi izler. 1970 yılında LSD araştırmaları tamamen durdurulur.

Günümüzde LSD üzerindeki klinik çalışmalar yeniden başlamış olup, LSD'nin özellikle alkolizmde psikiyatrik semptomları azaltmada terapötik potansiyeli ortaya konmuştur, alkolizm tedavisinde kullanımına ilişkin bugüne kadar elde edilen kanıtlar oldukça güçlüdür.

Son yıllarda psikedelik bileşiklerin ruh halini düzenleyici özellikleri üzerine yapılan birkaç ümit verici çalışma, LSD'nin depresyonu azaltabileceğini ve ölüm korkusunu azaltabileceğini ortaya koydu. LSD'nin hastanın zihin durumunu değiştirmesinin yanı sıra, bireyin fizyolojik gerçekliğine ilişkin algısını da dönüştürdüğü görülmektedir.

Çift kör, randomize, plasebo kontrollü bir çalışma, yaşamı tehdit eden bir hastalığı olan hastalarda anksiyete ve depresyon tedavisinde LSD'nin destekli psikoterapideki etkinliğini göstermiştir.

Gelecekte daha çok çift kör, randomize ve plasebo kontrollü klinik çalışmalar yapılması psikedeliklerin doktor kontrolü altında daha güvenli kullanımını sağlayacaktır.



Çavdar başakları üzerinde çavdar mahmuzu



LSD bir etiket üzerine emdirilerek, ve bu etiket dil üzerine konularak kullanılıyordu.

ve Meksika'nın halusinojen mantarları Psilocybe türlerinden gene bir indol bileşiği olan psilosibin elde etmiştir. 2008 yılında 102 yaşında ölmüştür.

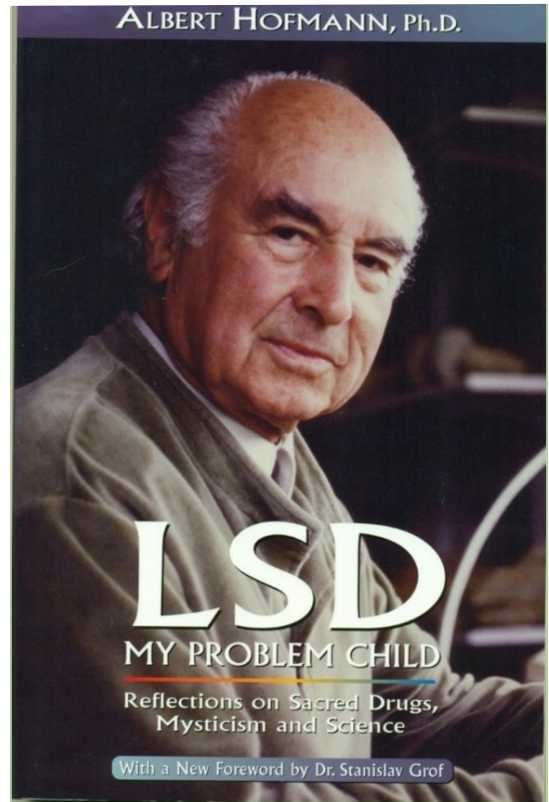
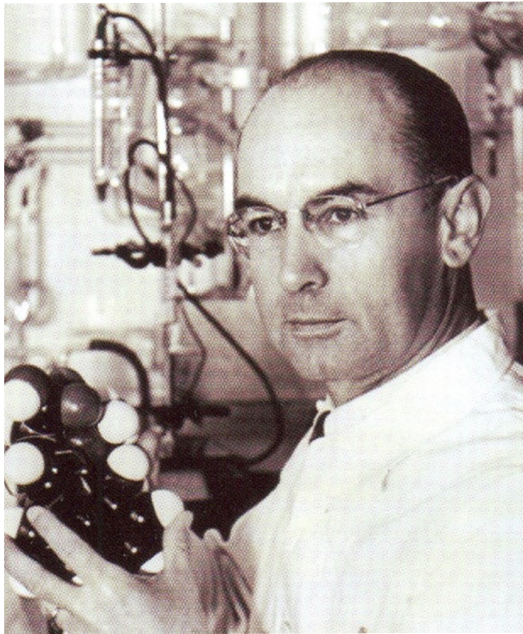
Albert Hofmann LSD'yi keşfiyle ilgili bir kitap yayınlar ve kitapta şöyle bir açıklama yapar:

"Bu yeni bileşiğin farmakolojide, nörolojide ve özellikle psikiyatride çok faydalı olacağını ve uzmanların ilgisini çekeceğinin farkındaydım.

Ama günün birinde tıp dünyası dışında, toksikoman ortamlarda uyuşturucu olarak kullanılabileceğini, o dönemde hayal edemezdim.

Kendim denemiş olmama rağmen LSD nin bir gün

keyif verici olarak kullanılabileceği kesinlikle aklıma gelmemişti."



Albert Hofmann ve elde ettiği LSD molekülü

Albert Hofmann: 1906 yılında doğan Albert Hofmann uzun yıllar Basel'de Sandoz laboratuvarında çalışmış ve indol alkaloidleri üzerinde araştırmalar yapmıştır. 1950'lerde Güney Amerika'nın halusinojen bitkileri Rivea corymbosa ve Ipomoea purpurea'dan lizerjik asit türevleri

Kaynaklar:

- Afife Mat, Bitkiden İlaça Hepsinin Bir Öyküsü Var, Pharmavision Kültür Yayınları, İstanbul, 2012.
- Afife Mat. Geleneksel Tedavilere Yeni Bir Bakış Açısı. Ömür Demirezer, editör. Farmakognozi ve Fitoterapide Yenilikçi Yaklaşımlar. 1.Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2025.

E

TÜRK ECZACILARI BİRLİĞİ BAŞKANI ARMAN
ÜNEY'DEN TOPLUM SAĞLIĞI İÇİN KRİTİK UYARI

“VİTAMİN, MİNERAL VE BİTKİSEL DESTEK ÜRÜNLERİ SADECE ECZANELERDE SATILMALI”

“

Türk Eczacıları Birliği,
vitamin, mineral ve
bitkisel sağlık ürünlerinin
eczane dışı kanallardan,
özellikle internet ve market
raflarından kontrolsüz
satışının halk sağlığı için
ciddi riskler taşıdığını belirten
ve bu ürünlerin yalnızca
eczaneler aracılığıyla,
eczacı danışmanlığında
halka sunulması gerektiğini
vurgulayan raporu TBMM
Sağlık Aile Çalışma ve Sosyal
İşler Komisyonu'na iletti.

”

Ecz. Arman Üney
Türk Eczacıları Birliği Başkanı





Türk Eczacıları Birliği, vitamin, mineral ve bitkisel sağlık ürünlerinin eczane dışı kanallardan, özellikle internet ve market raflarından kontrolsüz satışının halk sağlığı için ciddi riskler taşıdığını belirten ve bu ürünlerin yalnızca eczaneler aracılığıyla, eczacı danışmanlığında halka sunulması gerektiğini vurgulayan raporu TBMM Sağlık Aile Çalışma ve Sosyal İşler Komisyonu'na iletti.

Türk Eczacıları Birliği Başkanı Ecz. Arman Üney, “Neredeyse her gün, kontrolsüzce ve bilinçsizce kullandıkları bitki çayı veya bitkisel destek ürünleri nedeniyle ölümler burun buruna gelen vatandaşlarımızın haberleri ile karşılaşyoruz. Bilinçsiz, yanlış ve sahte vitamin ve takviye kullanımı sonucu oluşan riskler, hem hastalarımızın sağlığını tehdit ediyor hem de sağlık sisteminin yükünü artırıyor. Bu çok ciddi sağlık sorununun önüne geçmek için farmasötik formdaki sağlık destek ürünlerinin Sağlık Bakanlığı tarafından ruhsatlandırılarak yalnızca eczanelerden sunulması için milletvekillerimize çağrıda bulunuyoruz” dedi.

Üney, önümüzdeki günlerde TBMM Genel Kurulu'nda görüşülmesi beklenen ve sağlık alanında düzenlemeler yapan yasa teklifinin TBMM Sağlık Aile Çalışma ve Sosyal İşler Komisyonundaki görüşmelerine katılarak Türk Eczacıları Birliğinin görüşlerini aktardı. Üney, kenevirde elde edilen tıbbi ürün, sağlık ve

eczacı TEMMUZ 2025

destek ürünleri ile kişisel bakım ürünlerine sadece eczanelerden erişim sağlanmasının dünya örnekleriyle paralel olduğunu belirterek, “Eczacılar, güvenilir bilgi ve yönlendirme sunarak sağlık hizmetlerine erişimi kolaylaştıran en yakın sağlık danışma noktalarıdır. Bu ürünlerin eczanelerde satışı, sahte ve denetimsiz ürün tehlikesini ortadan kaldıracak ve halk sağlığını koruyacaktır” dedi. Aynı durumun vitamin, mineral ve bitkisel destek ürünleri için de geçerli olduğunu vurgulayan Üney, “Birliğimiz, uzun süredir vitamin, mineral ve bitkisel destek ürünlerinin eczacı danışmanlığıyla satılması gerektiğini savunmaktadır. Kenevir bazı sağlık ürünlerinin de yalnızca eczanelerden satılacak olması, bu çabamızın somut bir adımıdır. Bu durum, eczacıların halk sağlığı için bilimsel danışmanlık sağlayan güçlü bir bariyer konumunda olduğu ilkesini desteklemektedir. En kısa sürede vitamin, mineral ve bitkisel destek ürünlerinin de Sağlık Bakanlığı tarafından ruhsatlandırılarak yalnızca eczanelerden sunulması yönünde bir düzenlemeye ihtiyacımız var” diye konuştu.

Üney, Kanun Teklifi'nin 11'nci maddesini de değerlendirerek “Sağlık Komisyonunda ‘toplu satış’ hükmünün doğru şekilde tanımlanması gerektiğini belirtti. Çünkü yaylalardan, köylerden gelip annelerinin, babalarının üçer aylık ilaçlarını

toplu alıp, tekrar o bölgelere giden hastalarımız olduğunun da dikkate alınmasını ve uygulama esaslarının bunu gözetenek belirlenmesi gerektiğini ifade ettik” dedi.

“KAMU KURUM İSKONTOSU SORUNUNU TBMM'YE TAŞIDIK”

Üney ayrıca, bazı ilaç firmalarının Kamu Kurum İskontosu (KKİ) uygulamalarını tek taraflı ve keyfi biçimde kaldırmasının, halkın ilaca erişimini zorlaştırdığını, eczacılık hizmetlerini ekonomik açıdan sürdürülemez hale getirdiğini ve sağlık sisteminde ciddi eşitsizliklere yol açtığını belirterek “Bazı ilaç firmaları kamu otoritesinin belirlediği kuralları tanımama ve tek taraflı kararlarla sistemi işlevsiz hale getirme cüretini gösteriyor. Bu, yalnızca ekonomik değil, aynı zamanda hukuki ve etik bir sorumsuzluk hali olarak hem eczacıları hem de hastalarımızı mağdur ediyor. KKİ sorunu nedeniyle halkın cebinden çıkan ilaç maliyetleri artmakta, ilaca erişimleri zorlaşmakta ve özellikle kronik hastalığı bulunan ve dar gelirli yurttaşlar ciddi şekilde mağdur olmaktadır. Konuya ilişkin TBMM Sağlık Aile Çalışma ve Sosyal İşler Komisyonu Başkanı Sayın Vedat Bilgin başta olmak üzere tüm komisyon üyesi milletvekillerimize bilgilendirmelerde bulunduk” diye konuştu.

E

44. DÖNEM III. BÖLGELERARASI TOPLANTISI ORDU'DA GERÇEKLEŞTİRİLDİ

“

Saygı duruşu ve İstiklal Marşı'nın okunmasının ardından 24. Bölge Ordu Eczacı Odası Başkanı Ecz. Hakan Öztekin, meslek için büyük önem taşıyan Bölgelerarası Toplantısına ev sahipliği yapmanın mutluluğunu yaşadıklarını belirterek, verimli bir toplantı geçirmeyi temenni ettiklerini söyledi.

”





Toplantının açılış konuşmasını yapan Türk Eczacıları Birliği Başkanı Ecz. Arman Üney, 3. Bölgearası Toplantının doğayla iç içe ama aynı zamanda dirençli, kararlı ve cesur bir yaşam kültürünü yaşatan Ordu'da yapılmasından duyduğu memnuniyeti dile getirerek, "Geleceği güvence altına almanın

ilk adımı, kendi potansiyelimizin farkında olmak ve bu potansiyeli sürekli geliştirmektir. Bu anlayışla, yalnızca günlük meslek pratiğine değil; vizyoner, yapısal ve bilimsel temellere dayalı adımlara odaklanıyoruz" diye konuştu. Altınordu Belediye Başkanı Ulaş Tepe de konuşmasında, "Karadeniz'in incisi Ordu'ya

hepiniz hoş geldiniz. Üç gün sürecek bu toplantı sonrasında şehrimizden güzel anılarla ayrılmanızı diliyoruz" dedi.

Açılış konuşmalarının ardından Türk Eczacıları Birliği Genel Sekreteri Ecz. Ali Erdem bir sunum ile çalışma raporunu katılımcılarla paylaştı.



E



Türk Eczacıları Birliği Saymanı Ecz. Uğur Elik, TEB Merkez Heyeti Mali Raporunun sunumunu yaptı.

Türk Eczacıları Birliği Denetleme Kurulu Başkanı Ecz. Oğuzhan Ulutaş'ın Denetleme Kurulu Raporu ile ilgili sunumunun ardından toplantının ilk gün çalışmaları sona erdi ve 24. Bölge Ordu Eczacı Odasının yeni hizmet

binasının açılış töreni gerçekleştirildi.

Toplantının ikinci ve üçüncü günlerinde Bölge Eczacı Odalarımızın Başkan ve yöneticileri değerlendirmelerde bulunmasının ardından Bölgelerarası Toplantı, Türk Eczacıları Birliği Başkanı Ecz. Arman Üney'in kapanış konuşması ile sona erdi.





24. BÖLGE ORDU ECZACILAR ODASI YENİ BİNASI AÇILDI

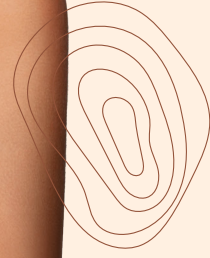
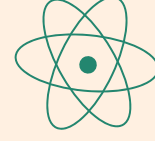
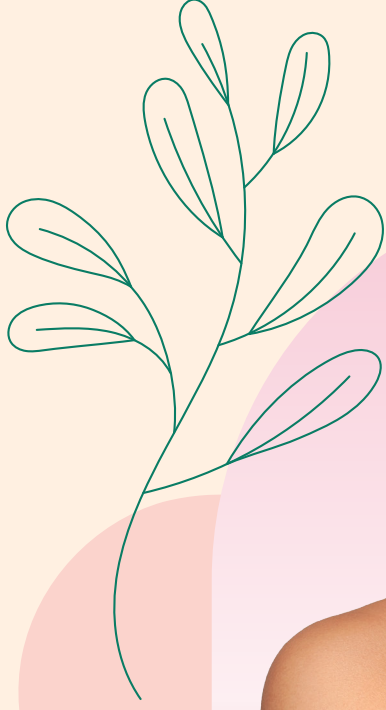
Türk Eczacıları Birliği 44. Dönem 3. Bölgelerarası Toplantısı'nın açılış günü olan 26 Haziran Perşembe akşamı saat 18.00'de, 24. Bölge Ordu Eczacı Odası'nın yeni hizmet binası için açılış resepsiyonu düzenlendi.

81 ilin eczacı odası başkanları ve yöneticilerinin katılımıyla gerçekleştirilen etkinlikte, modern mimarisi ve işlevsel alanlarıyla dikkat çeken yeni hizmet binası, bölge eczacılarına mesleki çalışmalarında önemli katkılar sunacak nitelikte bir merkez olarak tanıtıldı.

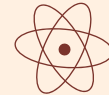
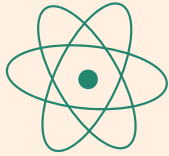
Yeni binada yer alan Tıbbi ve Aromatik Bitkiler Sergi Salonu da açılıшта büyük ilgi gördü. İl mülki idare amirleri ve çok sayıda davetlinin katılımıyla gerçekleşen açılış resepsiyonunun ardından, Bölgelerarası Toplantı programı kaldığı yerden devam etti.



validus



Zamanın Değiştiremediği Güç; NADH NMN





YAŞ ALMADAN GÜÇ KAZAN! Hücresel Enerjiyi Yeniden Keşfet



ECZANELERDE

+90 212 477 00 11

www.elitpharma.com

info@elitpharma.com

Validus'u keşfetmek için taratın.



Tüm ürünlerimizle farmazon'dayız.



Faruk Nalbantoğlu
Artıfarma Group Yönetim Kurulu Başkanı
Eczane Yönetim Danışmanı

ECZANELERDE YETKİ DEVRİ: SORUMLULUK PAYLAŞIMI İLE GÜÇLÜ EKİPLER YARATMAK



Her eczacının aşına olduğu bir sahne vardır: Bir yanda telefon çalarken, diğer yanda acil bir hastaya danışmanlık verir eczacı, aynı anda gelen ilaçların kontrol edilmesi gerekirken, diğer taraftan miadı yaklaşan ürünleri düşünürsünüz. Eczanenizin her bir metrekaresine hâkim olduğunuzu düşündüğünüz bu “süper kahraman” rolü, bir süre sonra sürdürülemez bir yüke, mesleki tatminin önündeki en büyük engelle ve hatta eczanenizin büyümesinin önündeki güçlü bir engelle dönüşür. Çoğu zaman çözümün daha fazla çalışmak olduğuna inanırız, oysa gerçek çözüm daha akıllıca çalışmaktır. Bunun anahtarı ise tek bir kelimede saklıdır: Yetki Devri.

Yetki devri, sadece işleri başkasına yıkmak değil, bir vizyonu paylaşmak, ekibinize güvenmek ve onları geliştirerek eczanenizi bir sonraki seviyeye taşıma sanatıdır. Bu yazımda, yetki devrinin eczane yönetimindeki dönüştürücü gücünü ele alacak ve bu süreci başarılı bir şekilde yönetmeniz için size pratik bir yol haritası sunacağım.

YETKİ DEVRİNİN ECZANE PERFORMANSINA ETKİSİ

Eczacı her işe kendisi koştuğunda, farkında olmadan operasyonel bir darboğaza düşer. Hastalar bekler,

raflar boşalır, idari işler birikir ve en önemlisi, eczacının asıl değeri olan nitelikli danışmanlık hizmeti için zamanı kalmaz. Doğru uygulanan bir yetki devri yaklaşımı ise bu tabloyu tamamen tersine çevirir:

- Operasyonel Verimlilik En Üst Seviyeye Çıkar: Siz karmaşık bir majistral hazırlarken veya kritik bir ilaç danışmanlığı yaparken, yetki verdiğiniz bir teknisyeniniz depo sayımını tamamlayabilir, bir diğer personeliniz ise miadı yaklaşan ürünlere odaklanabilir. İşler eş zamanlı yürür, eczane bir makine düzeninde çalışır. Bu, bekleme sürelerini azaltır ve hasta memnuniyetini doğrudan artırır.



• **Hasta Odaklı Hizmet Kalitesi Artar:** Gereksiz angarya işlerinden arınan bir eczacı, zamanını ve enerjisini sağlık danışmanlığı ve ekibin etkin yönetimi için gerekli olan fonksiyonlara ayırabilir. Bu durum, eczanenizi bir ilaç satış noktasından, güvenilir bir sağlık danışmanlığı merkezine dönüştürür.

• **Finansal Performans Güçlenir:** Verimli operasyonlar ve sadık bir hasta portföyü, kaçınılmaz olarak finansal sonuçlara yansır. Daha hızlı hizmet, daha memnun tüketici ve katma değerli servisler, cironuzu ve karlılığınızı artırırken, siz de eczanenizin geleceği için stratejik planlamalar yapacak zamana bulursunuz. Kısacası yetki devri, işin "içinde" boğulmak yerine, işinizin "üzerinde" çalışmanızı sağlar.

EKİP ÜYELERİNE SORUMLULUK VERME YÖNTEMLERİ

"Kime, neyi, nasıl devredeceğim?" sorusu, sürecin en kritik noktasıdır. Başarılı bir sorumluluk devri için şu adımları izleyebilirsiniz:

- **Doğru Görevi Seçin:** Her görev her çalışana devredilemez. Stok yönetimi, raf düzeni, faturalandırma, belirli ürün gruplarının (dermokozmetik, vitaminler vb.) takibi gibi. Tüm işler için bir iş listesi hazırlayın ve bu iş listesi için kimin hangi işi yapacağı üzerine düşünün.
- **Doğru Kişiyi Belirleyin:** Ekip üyelerinizin yeteneklerini, ilgi alanlarını ve potansiyellerini gözlemleyin. Detaycı bir personeliniz depo ve miad kontrolünde harikalar yaratabilirken, sosyal yönü güçlü bir diğeriniz hasta karşılama ve perakende satış için biçilmiş kaftan olabilir.
- **Görevi Net Bir Şekilde Tanımlayın (En Önemli Adım):** "Depoyu sen hallet" demek yerine, "Her hafta Çarşamba günü X, Y, Z firmalarının stok seviyelerini kontrol etmeni, kritik seviyenin altındakileri belirlediğimiz sipariş şablonuna işlemeni ve Cuma gününe kadar bana onay için getirmeni istiyorum" gibi net, ölçülebilir ve zaman sınırlı hedefler koyun.
- **Gerekli Kaynak ve Eğitimi Sağlayın:** Görevi yerine getirebilmesi için gerekli olan bilgiyi, araçlara ve eğitime

sahip olduğundan emin olun. Süreci bir kez gösterin, ikinci kez yaparken onu izleyin ve destek olun.

• **Yetkiyi Gerçekten Verin:** Sorumlulukla birlikte karar alma yetkisini de devredin. Belirlediğiniz bütçe dahilinde, onayınıza gerek kalmadan sipariş vermesine izin verin. Bu, mikro yönetimden kaçınmanın ve gerçek bir sahiplenme duygusu yaratmanın tek yoludur.

DOĞRU YETKİ DEVRİNİN ÇALIŞAN BAĞLILIĞINA KATKISI

Çalışanların bir iş yerinde kalmasının en temel nedenleri arasında takdir edilmek, gelişmek ve yaptığı işin anlamı olduğunu hissetmek vardır. Yetki devri, bu üç ihtiyacı da doğrudan besler:

- **Güven ve Değer Görmek:** Bir çalışana sorumluluk vermek, ona "Sana güveniyorum, senin yeteneklerine inanıyorum" demenin en güçlü yoludur. Bu güven, çalışanın motivasyonunu ve kendine olan inancını artırır. Değer gördüğünü hisseden çalışan, işine dört elle sarılır.
 - **Gelişim ve Öğrenme Fırsatı:** Rutin işler bir süre sonra sıkıcı hale gelir. Yeni sorumluluklar ise çalışanın yeni beceriler kazanmasını, konfor alanının dışına çıkmasını ve mesleki olarak gelişmesini sağlar. Öğrenen ve gelişen bir çalışan, kurumuna daha sadık olur.
 - **Sahiplenme Kültürü Yaratmak:** "Vitamin reyonunun sorumlusu Ayşe Hanım" olduğunda, o reyon artık sadece bir raf değildir; Ayşe Hanım'ın başarısı, projesi ve gurur kaynağıdır. Çalışanlar, sadece görevleri yerine getiren birer personel olmaktan çıkıp, eczanenin başarısını kendi başarısı gibi gören birer paydaşa dönüşürler. Bu sahiplenme duygusu, personel devir hızını düşüren etkili panzehirdir.
4. Yetki Devri Sırasında Yapılan Hatalar ve Çözümleri
- Niyet iyi olsa da bazı yaygın hatalar süreci baltalayabilir. Bunları ve çözümlerini bilmek, başarıyı garantiler:
- **"Yık ve Kaç" Yöntemi:** Görevi yetersiz bilgi ve destekle çalışanın üzerine atıp kenara çekilmek.

• **Çözüm:** Yukarıda bahsedilen 5 adımlı yöntemi sabırla uygulayın. Yetki devri bir süreçtir, tek seferlik bir olay değil. Düzenli geri bildirim ve destek toplantıları planlayın.

• **Mikro yönetim (Sürekli Müdahale):** Görevi devrettikten sonra çalışanın her adımını kontrol etmek, her kararını sorgulamak.

• **Çözüm:** Sonuca odaklanın, sürece değil. Bırakın çalışan, hedefe kendi yöntemiyle (belirlenen sınırlar içinde) ulaşsın. Bu, onun problem çözme yeteneğini geliştirir. "Nasıl gidiyor?" demek yerine, "Herhangi bir desteğe ihtiyacın var mı?" diye sorun.

• **Hataları Cezalandırmak:** Yapılan ilk hatada çalışana suçlamak ve sert tepki göstermek.

• **Çözüm:** Hataların öğrenme sürecinin doğal bir parçası olduğunu kabul edin. Sakin bir şekilde hatanın nedenini analiz edin ve "Bir dahaki sefere bunu nasıl önleyebiliriz?" sorusuna birlikte cevap arayın. Güvenli bir ortam yaratmazsanız, kimse inisiyatif almaktan hoşlanmaz.

• **Sorun Anında Görevi Geri Almak:** En ufak bir pürüzde "Ver onu ben yaparım" diyerek görevi geri almak.

• **Çözüm:** Bu, çalışana "Beceremedin" demenin en kötü yoludur. Bunun yerine koçluk yapın. Sorunu çözmesi için ona sorularla yol gösterin. Bu hem sorunu çözmesini hem de gelecekte benzer durumlarla başa çıkmayı öğrenmesini sağlar.

Sonuç olarak; yetki devri, bir kontrol kaybı değil, tam aksine en üst düzeyde denetime ulaşma biçimidir. Bu, sizin her şeye yettiğiniz bir kontrol değil, her işin doğru kişi tarafından, doğru şekilde ve zamanında yapıldığı, kendi kendine işleyen bir sistemin tanımıdır. Unutmayın "güven denetime engel değildir."

Bugün, bu yazıyı okuduktan sonra kendinize şu soruyu sorun: "Hemen şimdi, kime, hangi küçük sorumluluğu devrederek ilk adımı atabiliriz?" Unutmayın, devrettiğiniz şey sadece bir görev değil; ekibinize duyduğunuz güven, onlara sunduğunuz gelişim fırsatı ve eczanenizin geleceğine yaptığınız bir yatırımdır.



Prof. Dr. Ş. Güniz KÜÇÜKGÜZEL
Fenerbahçe Üniversitesi Rektör Yardımcısı
guniz.kucukguzel@fbu.edu.tr

SEMAGLUTİD

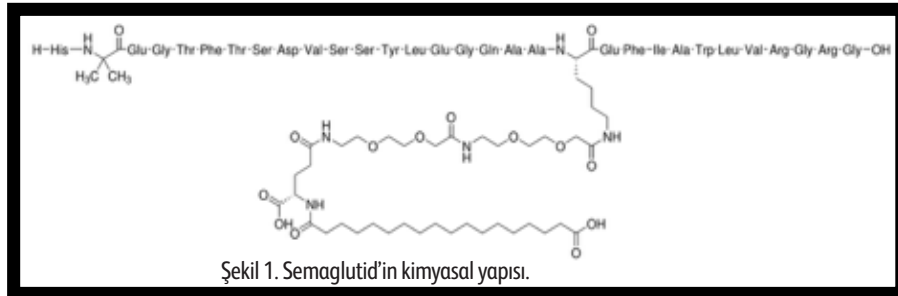
Glukoz ve önemi, Tip-1, Tip-2 diyabet ve kullanılan ilaçlar metformin ve gündemde olan sodyum glikoz ortak taşıyıcı (ko-transporter) 2 (SGLT-2) inhibitörleri empagliflozin ve DDP-inhibitörleri ve sitagliptin konularından Eczacı Dergisi'nin 185, 200, 203 ve 232. sayılarında bahsetmiştim.

Tip-2 diyabetes mellitus (DM), özellikle kilo sorunları ve kan şekeri kontrolü ile ilgilenen kişiler için kritik öneme sahiptir. İyi bir diyabet yönetimi stratejisi, sağlıklı kilo kaybı ile başlar. Fazla kiloya sahip olan tip-2 diyabetli kişilerde vücutlarının insülin üretimine karşı tepkisi azaldığında kan şekeri seviyelerinde dengesizlik ortaya çıkar. Bu nedenle, kilo kaybı, kan şekeri kontrolünü iyileştirme yolunda önemli bir adımdır.

Son yıllarda sağlık dünyasında dikkat çeken GLP-1 (Glukagon Benzeri Peptid-1) reseptör agonistleri olarak adlandırılan bir ilaç sınıfı gündeme oturmuştur. Özellikle diyabet ve kilo yönetimi tedavisinde kullanılan bu ilaç grubu, insülin seviyelerini düzenlemek ve açlık hissini kontrol altına almak için etkili bir seçenektir. GLP-1, insülin sekresyonunu, mide boşalmasını yavaşlatmayı ve tokluk glukagon sekresyonunu azaltmayı içeren birkaç farklı mekanizma yoluyla glisemik kontrolü destekleyen fizyolojik bir hormondur. Glikozun homeostazı, pankreasın beta hücreleri tarafından salgılanan insülin ve amilin gibi hormonlara bağlıdır.

Semaglutid, Danimarka orijinli bir şirket olan Novo Nordisk tarafından Tip 2 DM tedavisi için geliştirilen bir ilaçtır. Bir glukagon benzeri peptid-1 reseptör agonisti olarak, insülin üretimini artırarak kan şekeri seviyesini düşürür. Novo Nordisk'teki bir araştırma ekibi tarafından 2012 yılında liraglutid'in daha uzun süre etkili bir alternatifi olarak keşfedilmiştir. Klinik denemelere 2015 yılında başlanmış ve 2016'da Faz-3 çalışmaları tamamlanmıştır.

Semaglutid (Şekil 1), Tip 2 DM tedavisinde diyet ve egzersizle birlikte tek başına veya diğer antidiyabetik ajanlarla kombinasyon halinde kullanılan insan glukagon benzeri peptid-1'in (GLP-1) rekombinant DNA tarafından üretilen bir polipeptit analogudur. Semaglutid, her zaman düşük kalorili bir diyet ve artan fiziksel aktivite ile kullanılmak üzere tasarlanmış olup, Tip-2 DM teşhisi konan yetişkinlerde glisemik kontrolü iyileştirdiği, obezitesi olan veya en az bir kiloyla ilgili durumu (yüksek tansiyon, tip 2 diyabet veya yüksek kolesterol gibi) olan aşırı kilolu yetişkinlerde kronik kilo yönetimi için endikedir. Semaglutid gibi, bu hormonun analogları, pankreas adacık hücrelerini uyararak ve glukagon sekresyonunu azaltarak insülin sentezini uyarır. GLP-1 reseptörüne seçicilik ile doğrudan bağlanırlar ve kan şekerini glikoza bağımlı bir şekilde azaltan çeşitli faydalı aşağı akış etkilerine neden olurlar.



YERLİ İLAÇ ENDÜSTRİSİ AYAKTA KALMA MÜCADELESİ VERİYOR



İlaç fiyatlandırma sisteminde yıllardır süren yapısal sorunlar ve güncel ekonomik gerçekliklerden uzak olan ilaç kuru, Türk ilaç endüstrisini tarihinin en büyük darboğazlarından birine sürüklüyor. Sektörde üretim daralırken, birçok firma ayakta kalma savaşı veriyor. İlaç Endüstrisi İşverenler Sendikası (İEİS) Genel Sekreteri Savaş Malkoç Türkiye'nin ilaçta yerli üretim gücünün tehdit altında olduğu ve acil çözüm adımları atılmazsa kalıcı hasarların kaçınılmaz olacağı uyarısında bulundu.



TÜRKİYE ilaç pazarı geçen yıl kutu bazında %3,9 oranında küçülürken, bu daralma 2025'in ilk çeyreğinde de devam etti ve pazar yüzde 3,1 oranında geriledi. En çarpıcı veri ise üretim tarafında yaşandı. 2024 yılında ilaç sanayi üretimi %7,3 oranında düşerken, Nisan 2025 itibarıyla bu gerileme yıllık ortalamada %10,8 seviyesine ulaştı.

İEİS; yüzyılı aşkın bir tecrübeye sahip Türk ilaç sektörünün üretim gücüne, istihdamına ve ihracat potansiyeline yönelik son dönemde geri dönülemeyecek biçimde artan ciddi tehditler karşısında en son 24 Ekim'de güncellenen ilaç kurunun ivedilikle yeniden belirlenmesi, fiyatlandırma mevzuatının ise günün koşullarına uygun şekilde reforme edilmesi yönünde çağrıda bulundu.

Sektör talebinde net; acil kur güncellemesi ve fiyatlandırma mevzuatında reform

İlaç fiyatları, mevcut durumda, bir önceki yılın ortalama Avro kurunun %60'ı alınarak ve yılda sadece bir defa belirlenen ilaç kuruna göre hesaplanmaktadır. Referans fiyatlandırma sistemi devreye alındığında piyasa kurunun %100'üne tekabül eden ilaç kuru geldiğimiz noktada güncel kurun sadece %46'sına denk gelmektedir. SGK'ya verilen ortalama %27'lik iskontoları da dikkate aldığımızda bu oran %32'lere kadar düşmektedir.

İlaç Endüstrisi İşverenler Sendikası'nın kamu otoritelerine sunduğu politika önerilerinde, ilaç kurunun belirlenmesinde temel alınan %60 katsayısının 2019 yılı öncesinde olduğu gibi yeniden %70'e çıkartılması ve bu oran doğrultusunda temmuz ayı içerisinde ilaç kurunun kurdaki gelişmeler ve maliyet

artışlarına uygun şekilde güncellenmesi gerektiği ifade ediliyor.

İlaç kurunun yıl içerisinde 4 defa güncellenmesi ve ilaç kurundaki günümüz koşullarına uygun değişikliklerin gecikmeden sisteme yansıtılması gerektiğine dikkat çeken, İEİS Genel Sekreteri Savaş Malkoç, ilaçta bu tablonun devamında ısrarcı olunması halinde ilaç arz güvenliğinde ciddi sıkıntıların oluşacağına dikkati çekti ve sözlerini şöyle sürdürdü; “İlaç sanayimizin yıllardır maruz kaldığı ekonomik baskı artık katlanılamaz bir noktadadır. İlaç kuru ile piyasa kuru arasındaki makasın sürekli açılması, artan maliyetler ve yüksek kredi faizi firmaları iflas noktasına sürüklüyor. Bugün birçok firma konkordato ilan etmeyi değerlendiriyor, bazıları ise satış sürecinde. Bu şartlar altında Türkiye uzun yıllardır yaptığı yatırımların sonucu olarak başardığı kullanılan her 100 kutu ilacın 92'sini üretme kabiliyetini kaybetme riskiyle karşı karşıyadır. Mevcut fiyatlandırma sistemi ve maliyet baskısı nedeniyle yeni yatırımlar yapmak bir yana mevcut ilaç üretiminin bile sürdürülmesi imkânsız hale gelmiştir. Bu yalnızca sanayimizin değil, halk sağlığının da doğrudan tehdit altına girmesi anlamına geliyor. Eğer acil önlem alınmazsa, yakın gelecekte ilaç yoklukları kaçınılmaz olacaktır.”

Ya ithalat cenneti olacağız ya da üretim ve ihracat üssü olacağız

Sektörün bir diğer kritik konusu ise biyoteknolojik ilaçlardaki atıl kapasite. 2024 yılı itibarıyla biyoteknolojik ve biyobenzer ilaçların SGK bütçesi içindeki payı %25'e çıkmışken, Türkiye'deki 13 biyoteknolojik üretim tesisi tam kapasite faaliyet gösterememektedir. Bu durumun



Savaş Malkoç
İEİS Genel Sekreteri

sürdürülebilir olmadığını belirten Savaş Malkoç, kamu alım garantileri, pozitif ayrımcılık ve üretim teşvikleriyle bu tesislerin hızla devreye alınmasının zorunlu olduğunu vurguladı.

Malkoç sözlerine şöyle devam etti; “Türkiye'nin biyoteknolojik ilaçları üretmek için gerekli tesisleri mevcut. Ancak bu potansiyeli hayata geçirecek destek mekanizmaları ne yazık ki devreye alınmadı. Bu nedenle de bu milli

tesisler maalesef atıl durumda ve bu alana yatırım yapan firmalar zarar ediyor. İthalatın sürekli arttığı, üretimin gerilediği bir sistemin sonu kendi kendine yetememektir. Bu alanda verilecek kamu desteği, yalnızca sektörü değil, ülke ekonomisini ve halk sağlığını da doğrudan koruyacaktır. Ya Türkiye, ilaçta bir ithalat cenneti haline gelecek ya da Sayın Cumhurbaşkanımızın ortaya koyduğu vizyon doğrultusunda bölgesel ve küresel bir üretim ve ihracat üssüne dönüşecektir. Tercih bizim değil,

politikaların olacaktır. Bu açıdan bakıldığında fiyatı ve süresi önceden belirlenmiş kamu alım garantileri, klinik araştırmalar dahil olmak üzere ürün geliştirme için verilecek uygun maliyetli ve uzun vadeli krediler hayati rol oynayacaktır.





Sema Özel Baydar
Kedrion Türkiye Genel Müdürü

HAYAT KURTARAN BAĞLAR: NADİR HASTALIKLARLA MÜCADELEDE BİR VİZYON

Merhaba sevgili
Eczacı dergisi
okuyucuları,

Geçtiğimiz
sayıda size Kedrion
Biopharma'nın
Türkiye'deki
yolculuğundan söz
etmiştim. Bu ay ise
nadir hastalıklarla
mücadelesindeki
vizyonunu ve
büyüme stratejisini
aktarmak istiyorum.

Günümüzde
biyofarmasötik
sektör, yalnızca
inovasyonla değil;
aynı zamanda etik,
sorumluluk ve
sürdürülebilirlik
ilkeleriyle
şekilleniyor.
Özellikle nadir ve



ciddi hastalıklarla
mücadelede
plazma kaynaklı
tedavilerin rolü
her zamankinden
daha kritik. Kedrion
Biopharma olarak
bizler, bu alanın
öncülerinden
biri olarak,
bilimsel bilgiyle
insani değerleri
buluşturan
bir anlayışı
benimsiyoruz.

Kedrion'un
vizyonu, bilimsel
mükemmeliyetin
ve sosyal
sorumluluğun
kesişiminde yer
alıyor. Misyonumuz
ise çok net:
Koagülasyon ve

Nörolojik Bozukluklar ile Birincil ve İkincil Bağışıklık Yetersizlikleri gibi nadir ve ciddi hastalıklarla mücadele eden küresel hasta topluluğuna hizmet etmek ve onları korumak. Plazma bağışısından hastaya uzanan bu hassas yolculukta, sorumluluk, sürdürülebilirlik, güven ve karşılıklı etkileşim ilkelerini rehber edinerek kararlarımızı şekillendiriyoruz. Bugün ürünlerimiz 100'den fazla ülkede kullanılıyor; bu da küresel düzeydeki kararlılığımızın ve etki alanımızın bir göstergesidir.

Kedron'da inovasyon, sadece yeni ürünler geliştirmek anlamına da gelmiyor; aynı zamanda hastaların yaşamlarında somut bir fark yaratmakla eşdeğerdir. Ar-Ge çalışmalarımız, etkin tedavisi olmayan nadir ve ultranadir hastalıklara odaklanıyor. Uzmanlar ve kurumlarla iş birliği içinde yenilikçi tedaviler geliştiriyoruz. Proteomik araştırmalar ve atık plazma fraksiyonlarının değerlendirilmesi gibi projeler, karşılanmamış medikal ihtiyaçları hedef alıyor ve hastalar için

yeni umutlar doğuruyor.

Kedron olarak tüm üretim süreçlerimizde kaliteyi ön planda tutuyoruz. Plazma Protein Tedavileri Birliği (PPTA) tarafından verilen QSEAL sertifikası, bu anlayışın uluslararası düzeydeki teyididir. PPTA üyesi firmalar, bağışıcı tarama ve plazma toplama protokolleri, ileri düzey viral inaktivasyon teknolojileri ve kapsamlı kalite kontrol sistemleri gibi katı bilimsel standartlara uyar. Sağlık profesyonelleri için bu sertifikaya sahip tesislerden gelen ürünler; tutarlılık, şeffaflık ve güvenilirlik anlamına gelir.

TÜRKİYE'DEKİ VARLIĞIMIZ: GÜÇLÜ ALTYAPI, DERİN BAĞLILIK

Türkiye, Kedron Biopharma için yalnızca bir pazar değil, aynı zamanda uzun vadeli taahhüt verdiği, derin bir bağlılıkla hizmet sunduğu bir ülkedir. Yerel yönetimlerle, sağlık profesyonelleriyle ve sivil toplumla yakın iş birliği içinde hareket ediyor, Türk toplumunun özgün sağlık

ihtiyaçlarını anlayarak buna uygun çözümler geliştiriyoruz. Güçlü yerel kurumsal yapımız ve paydaşlarımızla kurduğumuz "nadir bağlar", plazma kökenli hayati ilaçlara erişimi artırmamıza ve hastaların yaşamlarında somut iyileşmeler sağlamamıza imkân tanıyor.

Yerel sağlık otoriteleriyle iş birliği içinde esnek tedarik zincirimiz ve çeşitlendirilmiş ürün portföyümüz sayesinde hem Türkiye'de hem de dünyada daha fazla hastaya erişmekte kararlıyız.

Bu doğrultuda, hasta odaklı vizyonumuzdan sapmadan ilerliyor, daha fazla kişiye hayat kurtaran tedaviler ulaştırmak için çalışıyoruz.

Sonuç olarak, Kedron'un temel gücü, bilimsel mükemmeliyeti insani duyarlılıkla birleştirmesinden doğuyor. Plazma bağışısından hastaya uzanan bu yolculukta sorumluluk ve sürdürülebilirlik rehberimiz olmaya devam edecek.

Sevgiyle, sağlıkla kalın...



Yetim ilaçlar nadir hastalıklar dediğimiz sayıca çok az görülen hastalıkların tedavisi için kullanılan ilaçların geneline verilen isimdir. Bu tip ilaçlar konvansiyonel ve/veya biyoteknolojik olarak üretilen ilaçları kapsarlar. Başka bir deyişle yetim ilaçlar, yaşamı tehdit eden, ya da yaşam kalitesini düşüren nadir hastalıkların teşhisi, önlenmesi veya tedavisinde kullanılan beşeri tıbbi ürünlerdir diyebiliriz. Nadir hastalıklar toplum içinde düşük görülme riski olan hastalıklardır ve bu spesifik hastalıklara karşı günümüz ilaç teknolojisi kapsamında yeni ilaç arayışları sürmektedir. Avrupa'da 5/10.000 kişiden daha az kişiye görülmesinin yanında hayat boyu tedavi gerektiren kronik hale gelmiş ve bu kronikleşme sonucu yaş ilerledikçe vücutta çeşitli hasarlar bırakan ciddi hastalıklardır. Coğrafi tanımlara bakıldığında zaman Amerika ile Avrupa ve Asya otoritelerine göre nadir hastalıkların bir toplum içinde görülme sayısının değiştiğini görmekteyiz. Örneğin yukarıda belirtildiği gibi Avrupa'da her 10.000 kişiden 5 kişi yani 1/2000 gibi bir sayıdan bahsedilip tanımda bu sayı üzerinden ifade edilirken İngiltere, Avrupa geneli dışında 1/100.000 olarak tanımlarken ABD'de ise 200.000 kişiden az kişiyi etkileyen hastalıklar nadir hastalık olarak tanımlanmakta uzak doğuda ise bu rakamlar 200.000 sınırının altında olarak değerlendirilmektedir. Tabi bu değerler çeşitli parametreler göz önüne alınarak gruplandırılmış her coğrafi bölge veya ülkenin nüfusuna göre değişmektedir. Özellikle nadir hastalıkların sebepleri incelendiğinde genetik yatkınlık başta olmak üzere bölgesel yaşam biçimi ırk, çevresel faktörler gibi birçok unsurdu işin içine girmektedir. Her ne kadar sıklıkla görülmeyen nadir olarak görülen hastalıklardır dense de bilinen 8000'den fazla nadir hastalık mevcuttur. Sayısının az olması ve tiplerinin fazla olması maalesef tedavi yönünden de dezavantaj teşkil etmektedir. Zira bu sayıca çok nadir hastalığa karşıda spesifik ilaçların üretilmesi gerekmektedir. Bu sayılar istatistiki olarak değerlendirildiğinde örneğin Avrupa'da 25 milyondan fazla hasta anlamına gelmektedir. Nadir hastalık sayısı 8000'in üstünde olmasına karşın, günümüzde, tedavisi mümkün olanların sayısı yaklaşık olarak 300'ü geçmemektedir.

Ülkemizde nadir görülen hastalıklar olarak çocukluk döneminde,

- Rett Sendromu,
- Fenilketonüri (PKU),
- Kistik Fibrozis,
- Konjenital Adrenal Hiperplazi,
- Spinal Muskuleratrofi (SMA)
- Yetişkinlik döneminde ise,
- Huntington Hastalığı,
- Crohn hastalığı,
- Behçet Hastalığı,
- Ailevi Akdeniz Ateşi Hastalığı (FMF),
- Cam Kemik Hastalığı,
- Erken Yaşlanma Hastalığı (Progeria),



Prof. Dr. Ali Demir SEZER
Marmara Üniversitesi Eczacılık
Fakültesi Farmasötik Biyoteknoloji
Anabilim Dalı Başkanı
adsezer@marmara.edu.tr

■ Albinizm söylenebilir.

Çocuklarda ve yetişkinlerde görülen bu hastalıkların büyük çoğunluğunun tedavisi bulunmamaktadır. Nadir hastalıkların büyük bir çoğunluğu daha doğarken yenidoğanda mevcuttur. Sonrasında çocukluk çağında ve daha sonrada kazanılan hastalıklar olarak bilinmektedirler. Bugünkü teknolojiler her ne kadar gelişmiş olsa da tanı uzun süreçte konulabilmekte, ön tanıların doğruluk oranı incelendiğinde yarıya yakınının yanlış ön tanı olduğu saptanmaktadır. Çoğunlukla genetik nedenli ve çocukluk çağı başlangıçlı olan bu hastalıklar yenidoğan, çocuk ve genç yetişkinlerde daha sıklıkla görülmektedirler. Bu hastalıkların tanısının güç olması tedaviyi de erken teşhis evresinde zorlaştırmakta bazen de yanlış tanı yüzünden hastaya yanlış tedavilerde uygulanabilmektedir. Sonuç olarak da maalesef birçok vakada hasta kaybedilmektedir.

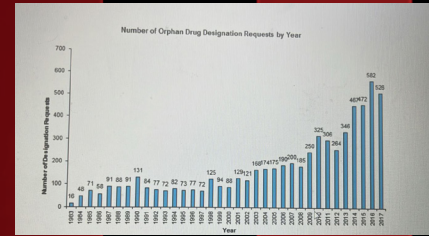
Nadir hastalık tanısı konmuş hastalara etkin tedavinin sağlanması için ilaç şirketlerinin yetim ilaçlar konusuna yatırım yapmalarını teşvik etmek amacıyla, ABD ve AB'de bazı yasal ve finansal düzenlemeler yapılmıştır. 1983'te ABD'de Orphan Drug Act adı ile "Yetim İlaç Yasası" yürürlüğe girmiştir. 1999 yılında ise AB kendi yasal düzenlemelerini yaparak bu konuya açıklık getirmiştir. Türkiye'de mevcut bir yetim ilaç mevzuatı henüz bulunmamaktadır. Bu alanda yapılan çalışmalar, 2007'de yurtdışından ilaç temini esasları ve protokolünün çıkmasıyla başlamıştır. 2011'de Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu tarafından Ulusal Yetim İlaç Kılavuz Taslağı hazırlanmış ve sektör temsilcileriyle paylaşılarak önerileri alınmıştır. Taslak, 2014'te, İlaç Bilincini Geliştirme ve Akılcı İlaç Derneği tarafından düzenlenen "Nadir Hastalıklar ve Yetim İlaç Sempozyumu ve Yetim İlaç Yönetmelik Çalıştayı"nda güncellenmiştir. Ülkemizde, özellikle biyoteknolojik yetim ilaçlara yönelik spesifik çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Sağlık Bakanlığı dışında nadir hastalıklar konusunda faaliyet yürüten bir diğer kamu kurumu da TUSEB olarak göze çarpmaktadır. TUSEB'in yapmış olduğu çalışmalar

- Nadir Hastalıklar Registry Sistemleri Çalıştayı
- Nadir Hastalıklar Farkındalık Günü Toplantısı, 28 Şubat 2018, Ankara,
- Ankara Kurumlarının Nadir Hastalık

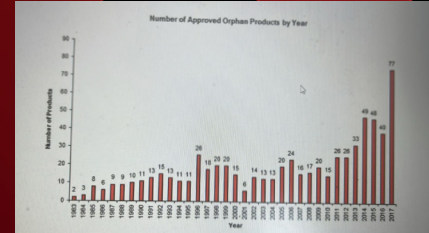
Konusunda Kapasiteleri Sorunları Çalıştayı

- İnsan Genom Projesi,
- Ulusal Biyobanka olarak gösterilebilir

Nadir hastalıkların sayılarının çok fazla olması tedavi odaklı çalışmalarında sayısını Ar-Ge bazında arttırmıştır. Çeşitli üniversite Ar-Ge merkezlerinde ve ilaç Sanayi Ar-Ge laboratuvarlarına çalışmalar sürdürülmektedir. Özellikle son dönem yayınlarda çözümleri biyoteknolojik olabileceğine yönelik birçok yayın mevcuttur.



1983-2017 yılları arasında pazara çıkmak için başvurusu yapılmış yetim ilaçların yıllara göre dağılımı (FDA, February 28, 2018By Kurt R. Karst



1983-2017 yılları arasında pazara çıkmak için onay almış yetim ilaçların yıllara göre dağılımı (FDA, February 28, 2018By Kurt R. Karst

Nadir hastalıklar için Biyoteknolojik yetim ilaçların başında monoklonal antikor teknolojisi ile üretilen brentuximab, inotuzumab, blinatumomab, caplacizumab, burosumab, daratumumab ve obinotuzumab isimli MoAbslar gelmektedir. Ayrıca bazı biyoteknolojik üretimleri mevcut olan aminoasit bazlı enzimlerin kullanılması da bazı nadir hastalıklarda önem kazanmıştır. Örneğin Gaucher hastalığının tedavisinde kullanılan Ceredase bir enzimdir ve bu hastalığın enzim eksikliğinde takviye edici olarak kullanılmaktadır. Sonuç olarak nadir hastalıklar adı gibi nadir sayıda olmayıp günümüzde yaklaşık 8000 adet farklı nadir hastalık tanımlanmaktadır. Bu hastalıkların çoğuna hastalar çok genç yaşlarda yakalanmakta ve bu oran günümüzde giderek artmaktadır. Bu bağlamda geliştirilen ilaçlar sadece 300 kadar nadir hastalığın tedavisinde kullanılmakta veya umut ışığı olabilmektedir. Bu nedenle bu hastalıklar üzerinde yoğun bir şekilde tedavilerinin bulunması için araştırılması gereken bir hastalık grubunu oluşturmaktadırlar.

Tekirdağ'daki Genç Meslektaşlarımızı Misafir Ettik



Tekirdağ'daki genç meslektaşlarımızı 05.07.2025 tarihinde Tekirdağ Şubemizde misafir ettik. Tekirdağ Eczacı Odası Başkanı

Ecz. Tolga Mumcu Çetinkaya'nın da katılımıyla gerçekleşen buluşmada, genç meslektaşlarımıza, "Kooperatiflerin Önemi ve

Mesleğimizin Geleceğindeki Yeri" konulu sunum aktarılırken, Bursa Eczacılar Kooperatifi ile kuruluşlarına dair bilgiler paylaşıldı.



UC-II® Doğası Değiştirilmemiş Tip-II Kolajen: Bir araştırmamanın zaman çizelgesi



2002

Bu ilk insan pilot çalışması, eklem rahatsızlığı ve sertliğine destek olduğu ve önerilen etki mekanizması olan oral toleransın tanımlandığını göstermektedir.



2005 - 2007

Osteoartritik hastalığı olan köpeklerde yapılan üç çalışma eklem rahatsızlığında önemli bir katlı sağladığını göstermektedir.



2009

Çift-kör plasebo kontrollü osteoartritik atlarda yapılan çalışmada, eklem rahatsızlığında glukozamin ve kondroitinin değerleri karşılaştırıldığında önemli ölçüde olumlu sonuç göstermektedir.

Randomize ve çift kör bir çalışma diz osteoartriti olan kişilerde glukosamin ve kondroitinden daha iyi eklem sağlığı faydalarını göstermektedir.



2010

Kapsamlı güvenlik değerlendirmesi geniş bir yelpazedeki insan tüketimi güvenlik profilini doğrular.



2012

Osteoartritik köpekler üzerinde yapılan kör, objektif bir çalışma eklem rahatsızlığında önemli bir destek sağladığını göstermektedir.



UC-II® Tip-II doğası değiştirilmemiş kolajenin diz osteoartriti semptomlarını hafifletmede glukozamin ve kondroitinden daha etkili olduğu kanıtlanmıştır.



2013

Randomize, çift kör, plasebo kontrollü çalışma, aktivite ile ilişkili eklem rahatsızlığı olan sağlıklı yetişkinlerde diz ekstansiyonunda önemli bir artış olduğunu ve huzursuz egzersiz süresini uzattığını gösteriyor.



2016

Randomize, çift kör, plasebo kontrollü çalışma, diz osteoartriti olan kişilerde plasebo ve glukozamin & kondroitin ile karşılaştırıldığında eklem konforu, hareketliliği ve esnekliğine olumlu katkı sağlamaktadır.



2017

Osteoartrit modelinde yapılan kemirgen çalışması, kıkırdak hasarına önlediğini ve eklem fonksiyonunun olumlu etkilediği gösteriyor.



UC-II® doğası değiştirilmemiş tip II kolajen, eklem esnekliğini artırdığı klinik olarak kanıtlanmış tek eklem bileşenidir ve eklemlerin 10 yıl daha genç hissetmesine yardımcı olur.

UC-II® doğası değiştirilmemiş tip II kolajen, fiziksel aktivite ile eklem rahatsızlığını azaltır ve yürümeyi daha rahat hale getirerek, adım sayısını günde yarım mil (0,8 km) daha fazla artırarak insanların günlük adım hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olur.



2019

Osteoartritik köpekler üzerinde randomize - kontrollü çalışma kalça, dirsek ve diz eklemlerinde gelişmiş hareket kabiliyeti ve konforu gösterir.

2019 - 2020

Üç insan çalışması, diz osteoartrit semptomlarının iyileştirilmesinde etkinliği ve tolere edilebilirliği daha fazla desteklemektedir.

2021

Monoiodoasetat ile indüklenmiş artrit (MIA) modelinde yapılan kemirgen çalışması, diz eklemi hasarının azalması ve inflamatuvar belirteçlerin düşmesiyle osteoartrit semptomlarında azalma olduğunu göstermektedir.

Sağlıklı, egzersiz yapan köpeklerde yapılan ilk çalışma, inflamasyonun azaldığını ve fiziksel aktivitenin arttığını göstermektedir.

2022

Randomize, çift kör, plasebo kontrollü çalışma, aktiviteye bağlı eklem rahatsızlığı olan sağlıklı yetişkinlerde diz fleksiyonu, hareket açıklığı, eklem konforu ve eklem hareketliliğinde iyileşme olduğunu göstermektedir.

Lonza, UC-II® doğası değiştirilmemiş tip II kolajen üzerine yapılan araştırmaları sürekli olarak ilerletmeye kararlıdır. Bu nedenle, tüketicilere cazip faydalar sağlayan doğrulanmış iddiaları mümkün kılmak için çok yıllık planlarımızdan oluşan zengin bir ürün yelpazesine sahibiz.

Daha fazla bilgi edinmek veya ihtiyaçlarınıza özel bir araştırma planı oluşturma konusunda bizimle işbirliği yapmak için bizimle iletişime geçin.

Lonza



SAĞLIKTA PUSULANIZ

BAYFAR MEDİKAL TİCARET VE DANIŞMANLIK A.Ş.
Küçükbakkalköy Mahallesi Kocaceviz Caddesi No:11
34750 Ataşehir - İstanbul - Türkiye
Tel: +90 216 380 44 55 (Pbx) - Faks: +90 216 380 44 52
www.bayfar.com / bayfar@bayfar.com

TEKB 35. OLAĞAN GENEL KURULU BAŞARIYLA GERÇEKLEŞTİRİLDİ

35. Olağan Genel Kurul'umuzu kooperatiflerimizle birlikte başarıyla gerçekleştirdik. Katkı sunan tüm kooperatiflerimize ve paydaşlarımıza teşekkür ederiz.

TÜM ECZACI KOOPERATİFLERİ BİRLİĞİ YÖNETİM KURULU ASİL ÜYELERİ

Ecz. Mehmet Sait Yücel

Ecz. Recep Görmez

Ecz. Tarkan Bir

TÜM ECZACI KOOPERATİFLERİ BİRLİĞİ YÖNETİM KURULU YEDEK ÜYELERİ

Ecz. Levent Şadi Alemdar

Ecz. Çağdaş Demirci

Ecz. Ercan Atasoy

TÜM ECZACI KOOPERATİFLERİ BİRLİĞİ DENETİM KURULU ASİL ÜYELERİ

Erdoğan Karahan

Ecz. Duygu Elmas Kutlu

İsmail Hakkı Güneş

TÜM ECZACI KOOPERATİFLERİ BİRLİĞİ DENETİM KURULU YEDEK

Ecz. Mahmut Seven

Ecz. Tülay Dağ

Ecz. Devrim Balı

TMKB TÜRKİYE MİLLİ KOOPERATİFLER BİRLİĞİ DELEGELERİ (ASİL)

Ecz. Uğur Gümüş

Ecz. Meryem Kart

TMKB TÜRKİYE MİLLİ KOOPERATİFLER BİRLİĞİ DELEGELERİ (YEDEK)

Ecz. Sidar Diken

Ecz. Dilek Moğol



Yönetim Kurulunun 3 asil 3 yedek üye olmak ve 1 yılına görev yapmak üzere seçilmelerine oybirliği ile karar verildi. Aşağıdaki liste genel kurula sunuldu, yapılan seçim sonucunda Yönetim Kurulu Asil ve Yedek üyeleri belirli olarak önerilen oy birliği ile seçildi.



E

SERİNLERKEN SAĞLIĞINIZDAN OLMAYIN:

Klima Kaynaklı Baş Ağrılarına Dikkat

Yaz sıcaklarında serinlemek için sıkça başvurulan klimalar, yanlış kullanıldığında sağlığı olumsuz etkileyebilir. Bu etkilerden biri de sık görülen klima kaynaklı baş ağrıları. Atabay İlaç Medikal Direktörü Uzman Dr. Murat Yayı, özellikle yaz aylarında hem evlerde hem de araçlarda yaygın olarak kullanılan klimaların, ortam havasını sürekli döndürerek çalıştığını ve bu durumun çeşitli rahatsızlıklara zemin hazırlayabileceğini belirtti. Dr. Yayı, klimaların neden olduğu baş ağrılarının ardında yatan temel faktörleri ve alınabilecek önlemleri şöyle sıraladı:

VÜCUTTAKİ SIVI KAYBI:

Klimalar çalıştıkça ortamdaki nemi alarak vücudun sıvı kaybetmesine neden olur. Yeterince su tüketilmediğinde, bu durum baş ağrılarına ve çeşitli hastalıklara yol açabilir. Bu nedenle klima kullanırken su içmek hayati önem taşır.

KLİMANIN SEBEP OLDUĞU SOĞUK HAVA:

Soğuk hava, damarları daraltarak baş ağrısına sebep olabilir. Klimaların derecesini çok düşürmemek ve zaman zaman kapatarak oda sıcaklığını dengelemekle bu durumun önüne geçilebilir.

KLİMA FİLTRESİNİN TEMİZLENMEMESİ:

Klimaların düzenli olarak temizlenmemesi; ortamdaki toz akarların, evcil hayvan tüylerinin, küf sporlarının ve çeşitli alerjen

Uzman Dr. Murat Yayı
Atabay İlaç Medikal Direktörü



olmak üzere hava yoluyla bulaşabilen solunum yolu hastalıklarına sahip kişiler hastalıklarını diğer kişilere daha kolay bulaştırabilirler. Bu yüzden söz konusu hastalıkları olan kişilerle aynı ortamda klima çalıştırılmamalıdır. Klima sistemleri hava yoluyla bulaşan virüslerin yayılmasında önemli rol oynar.

“Baş ağrısı şiddetleniyorsa doktora danışarak uygun ağrı kesicilerle tedavi desteklenmeli”

Uzman Dr. Murat Yayı, klima çarpması sonucu oluşan baş ağrısını önleyebilmek ve tedavi edebilmek amacıyla çeşitli tavsiyelerde bulundu. Yayı, “Klima ünitesinin temizliğinden emin olun. Bu sayede hem şiddetli baş ağrılarının hem de alerji gibi meydana gelebilecek diğer hastalıkların oluşmasını engellemiş

maddelerin klima filtrelerine yapışmasına ve tekrar ortama yayılmasına neden olur. Bu durum, şiddetli baş ağrılarının yanı sıra sinüs tıkanıklıkları, alerji ve tahriş gibi sorunlara da yol açabilir. Düzenli filtre temizliği ve bakımı, bu riskleri ortadan kaldırır.

HAVA YOLUYLA BULAŞAN HASTALIKLAR:

Klimalar iç ortam havasını sirküle ederek çalıştığı için, özellikle grip başta

oluruz. Klima kullanımında yeterli su tüketimine dikkat etmeyi unutmayın. Baş ağrısı giderek şiddetleniyorsa veya alınan önlemlere rağmen iyileşmiyorsa doktora danışarak uygun ağrı kesicilerle tedavi desteklenmeli. Klimalar sıcak havalarda kurtarıcımız olsa da bilinçsiz ve dikkatsiz kullanımda hayat kalitemizi düşüren baş ağrıları kaçınılmaz bir sonuçtur” ifadelerini kullandı.

YENİ

BIOXCIN

LABORATORIES OF DERMOCOSMETIC

DERMATOLOGLARIN
ÖNERDİĞİ MARKA*

GOLD ON SKIN ALTIN İŞİLTİSİ ile CİLDİNİ ŞİMART

MUCİZEVİ ÇİÇEK YAĞLARI

24 Saat'e Kadar Nemlendirme
Cildi Besler, Canlandırır ve Işıltı verir

DERMATOLOJİK OLARAK TEST EDİLMİŞTİR

*Akademik'in 2025'deki araştırmasında, görüşülen toplam 100 dermatologun Bioxcin'i önerdiklerine dair beyanlarına göre.

www.bioxcin.com.tr



bioxcinturkiye



bioxcinofficial



bioxcin





Uzm. Ecz. Sema Uysal Zeybek
eczsemauysalzeybek@gmail.com

BİTKİDEN GELEN ŞİFA: ALOE VERA

Aloe vera, Yunanistan, Çin ve Meksika gibi birçok ülkede geleneksel olarak kullanılan şifalı bir bitkidir. Ayrıca yüzyıllardır çeşitli hastalıklar ve cilt lezyonları için tedavi amaçlı kullanılmaktadır. Liliaceae familyasına aittir; kaktüs'e benzeyen, kalın, etli ve uzun yapraklı, otsu ve çok yıllık bir bitkidir. Seneler içinde aloe veranın etkisi üzerine artan meraktan dolayı in vitro ve in vivo çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Şimdiye kadar, aloe verada 20 mineral, 20 amino asit, vitamin ve su dahil olmak üzere bilinen 75 bileşik tespit edilmiştir. Bunları inceleyecek olursak:

- **Vitaminler:** A, C, E ve B12 gibi birkaç vitamini içerir. Bu vitaminler antioksidan özelliklere sahiptir. Genel cilt sağlığına ve bağışıklık fonksiyonuna katkıda bulunur.
- **Enzimler:** Amilaz, katalaz ve peroksidad gibi enzimler içerir. Bu enzimler çeşitli metabolik süreçlerde yer alırken şekerlerin ve yağların parçalanmasına katkıda bulunabilir.
- **Mineraller:** Çinko, bakır, selenyum, kalsiyum gibi mineralleri içerir. Bu mineraller, genel sağlığı korumada önemli roller oynar ve çeşitli vücut fonksiyonlarını desteklemektedir.
- **Şekerler:** Monosakkaritler (mannoz-6-fosfat) ve polisakkaritler (glucomannanlar) içerir. Bu şekerler, jelin yatıştırıcı ve nemlendirici özelliklerine katkıda bulunmaktadır.
- **Yağ asitleri:** Lupeol ve kampesterol gibi yağ asitlerini içerir. Bu bileşiklerin antienflamatuar özellikleri vardır ve bitkinin terapötik etkilerine katkıda bulunurlar.
- **Hormonlar:** Büyüme düzenlemesinde rol alan oksinler ve gibberellinler gibi bitki hormonlarını içerir. Bu hormonlar, yara iyileşmesini ve cilt yenilenmesini teşvik etme yeteneğine katkıda bulunabilir.
- **Diğer bileşikler:** Aloe vera ayrıca salisilik asit, lignin ve saponinler içerir. Salisilik asitin antienflamatuar ve ekfoliyedici özellikleri vardır, lignin ise maddelerin cilde nüfuzunu artırır. Saponinlerin ise antimikrobiyal ve temizleyici etkileri bilinmektedir.

Cilde Etkileri

In vitro çalışmalar ve canlı organizmalar üzerinde yapılan çalışmalar, aloe veranın tromboksan (yara iyileşmesinin inhibitörü) inhibe edebildiğini, yara iyileşme sürecini iyileştirebildiğini ve iltihabı azaltabildiğini göstermiştir. Jelde bulunan magnezyum laktat, kaşıntıya neden olan histamin üretimini önler.

Rejeneratif özellikleri, mannoz gibi polisakkaritler açısından zengin olan glucomannan bileşiğinden kaynaklanmaktadır. Glucomannan, kollajen üretimini artırır. Bilimsel çalışmalar, jelin % 99'u su olduğu için cildin esnekliği artırabildiğini ve kırılabilirliğini azaltabildiğini göstermiştir.

Araştırmalar aloe vera'nın yanıklarda hızlı doku epitelizasyonu ve granülasyonu kolaylaştırdığını, sezaryen yara iyileşmesini desteklediğini göstermiştir.

Başka bir çalışmada, 40 yaşın üzerindeki Japon kadınlarda, hyaluronik asit ve kollajen üretimini uyarak yüz kırışıklıklarını azalttığı gözlemlenmiştir ve 30-59 yaş arası kadınlarda biyolojik elastikiyeti artırdığı belirlenmiştir.

Aloe vera'da bulunan amino asitler ve çinko ile birlikte mukopolisakkaritler cilt bütünlüğüne, nemin tutulmasına, eritem azalmasına yol açabilir ve cilt ülserlerini önlemeye yardımcı olur. Birçok çalışma, sedef hastalığı, ağız yaraları, ülser, şeker hastalığı, uçuk, yatak yaraları ve yanık yaraları gibi yaraları tedavi etmede olumlu etkilerini göstermiştir.

Aloe vera'nın rutin bakım veya başka bir tedavi ile karşılaştırıldığında emziren kadınlarda göğüs ağrısını ve tahrişi gidermek için bir seçenek olarak kabul edilebileceğini gösterildi.

Bir çalışmanın bulgularına göre, doğal aloe vera yaprağı özünün güvenli olduğu ve stabil vitiligo formlarının tedavisinde oldukça etkili olduğu bulundu. Bu nedenle stabil vitiligo tedavisinde alternatif bir seçenek olarak doğal aloe vera



kullanılabilir. Çalışmada hastaların yaklaşık %86'sında yeniden pigmentasyon sağlandı ve hiçbir hastada ciddi yan etki görülmedi.

Kaynakça:

- Tingting Wang, Jian Liao, Liying Zheng, Yi Zhou, Qianru Jin and Yanjing Wu. aAloe vera for prevention of radiation-induced dermatitis: A systematic review and cumulative analysis of randomized controlled trials. *Front Pharmacol.* 2022; 13: 976698.
- Azam Maleki 1 and Samaneh Youseflu. The Effectiveness of Aloe Vera on Relief of Irritation and Nipple Pain in Lactating Women: Systematic Review and Meta-Analysis. *Obstet Gynecol Int.* 2022.
- Somanaboina Padmakar , G. Ajay Kumar , Navneet Khurana , Sweta Kumari , Biplab Pal. Efficacy and safety of natural Aloe Vera gel in the treatment of stable vitiligo. *Clinical Epidemiology and Global Health.* Volume 22, July–August 2023, 101332.
- Hekmatpou D, Mehrabi F, Rahzani K, Aminiyan A. The Effect of Aloe Vera Clinical Trials on Prevention and Healing of Skin Wound: A Systematic Review. *Iran J Med Sci.* 2019 Jan;44(1):1-9. PMID: 30666070; PMCID: PMC6330525.

NUTRAXIN®

YENİ

ARTROFLEX PLUS

COLLAGEN

TİP 1|2|3|5|10

KEMİKLERİNİ & ENERJİNİ DESTEKLE*

- + Glukozamin
- + Kondroitin Sülfat
- + MSM
- + Akgünlük (Boswellia)
- + D3K2



*Türk Gıda Kodeksi Beslenme ve Sağlık Beyanları Yönetmeliği.

TAKVİYE EDİCİ GIDADIR. İLAÇ DEĞİLDİR.



Eczanelerde



www.nutraxin.com.tr



/NutraxinOfficial



/nutraxin_turkiye



Uzm. Ecz. Sinem Güngör Bayar
telomera@hotmail.com

KONUŞMAMIZ LAZIM

İş birliği rekabetten önemli, değerli ve dahi üstündür...

"Yıllar önce bir öğrenci, antropolog Margaret Mead'e bir kültürdeki medeniyetin ilk işaretinin ne olduğunu sorar, öğrenci, Mead'in cevabının balık kancası, kil çömlek ya da taş öğütme taşı gibi bir şey olmasını bekler ama hayır.

Mead şöyle yanıtlar:

Bir medeniyetin en eski işareti, kaynamış bir uyluk kemiğidir (femur). Yani kırılmış ama sonra iyileşmiş bir kemik. Hayvanlar âleminde bir bacağınız kırıldığında ölürsünüz. Tehlikeden kaçamaz, su içmeye gidemez, avlanamazsınız. Yaralı bir hayvan, av olmaktan kaçamaz. Ve hiçbir hayvan, bacak kemiği iyileşecek kadar uzun süre hayatta kalamaz.

Oysa kırık bir uyluk kemiğinin iyileşmiş olması, şunu gösterir: Birileri durmuş, o yaralı kişiye yardım etmiş, yarasını sarmış, güvende olacağı bir yere taşımış ve iyileşene kadar onun yanında kalmıştır.

Mead der ki:

"Zorluk içindeki birine yardım etmek, medeniyetin başladığı andır."

Ve biz,

En iyi hâlimizi, başkalarına yardım ettiğimizde gösteririz."

Dr. İra Byock

Peki ya eczacılıktaki iş birliği? Hatta ve hatta iş dünyasının tamamındaki işbirliği? Rekabet yerine işbirliğine odaklansaydık nasıl bir dünyada yaşıyor olurduk? Daha güvende hisseder miydik? Gelecek için şimdiki kadar kaygımız olur muydu? Amerikanvari yaşam koşullarımızda, okuduğumuz okullarda ve çalıştığımız işlerde çok

çalışmak ve rekabet öne çıkıyordu, yüceltiliyordu. Sonra bir maraton koşusu gördüm, hatırladıkça gözlerim dolar, bir atlet, rakibi yere düşünce onu geçmeye çalışmadı, durdu ve yardım etti, onu ayağa kaldırdı, sonra hep beraber göğüslediler şampiyonluk ipini. Çok satan kitabı Sapiens'te de Harari, insanlığın gelişiminin büyük bir bölümünün zekaya ya da çok çalışmaya değil, iş birliğine bağlı olduğunu söyler.

Düğünleri iş birliği çözüyor arkadaşlar. Futbolda daha önce defalarca örneğini gördüğümüz üzere, yıldız oyuncularını bir araya getirmek oyunu kazandırmaz, takım olmak oyunu kazandırır. Takım olmak nedir? Hayır bir arada olmak ve birlikte çalışmak yetmiyor, aynı şeye inanmak gerekiyor. Silikon vadisi milyarderlerinden Naval Ravikant, çok sevilen tweet serisinde şöyle diyordu,

Mikro ekonomiyi ve oyun teorisini öğrenin. Her zaman lazım olacak.

Oyun teorisi bize ne anlatır? Sadece kendi hamleni değil, diğerlerinin hamlesini de tahmin edeceksin, ona göre karar vereceksin. Herkesin aynı anda işini görecektir bir çözüm bulacaksınız (hele ki bizim işimizde). Benim kararım başkalarına bağlı, başkalarınınkini de bana. Tek başına değiliz, ne yaparsak birileri o harekete cevap verecek ve sonra hayat yeniden şekillenecek. Bir kazanma sistemi yetmiyor, kazan-kazan sistemi gerekiyor.

Çok şükür ki beraber kazanmayı seçebiliriz. Sen bir yerde dik durursun ve bir başkası bundan cesaret bulur, sen paylaşmayı seçersen ve bir başkası kapısını açar. Sen birini dinlersin ve o diğerini ayağa kaldırır. Öyle tek başına plan yapmak yok, olmuyor öyle,

Eczacılık yapıyorsak, diğer eczaneyi de koruyacağız.

Eczanenin içindeyse, diğer çalışanları da koruyacağız.

Sağlık sektöründeyseniz, diğer sağlık çalışanlarını da koruyacağız.

İş birliği nedir diye kimse anlatmadığı için, insan deneye yanıla öğreniyor, nasıl da kıymetli olduğunu. (Değerli yerine kıymetli demek bu aralar moda oldu). Yardım istemeyi de bilmiyoruz, "benim şuna ihtiyacım var" demeyi de. Yardım istemeden kendi başımıza çok şey halletmek marifetmiş gibi. Tek başına başarılı ve mutlu olmaya çalışmak, ne kadar disiplinli ve çalışkan da olsak, ne kadar yetenekli ve zeki de olsak inanın çok zor. İmkansız değildir elbet, ama gerçekten ihtiyacımız bu mu? Gerçekten olayımız bu mu? Başarılarımızı kutlayacak, beraber sevinecek birileri olmadıktan sonra ne yapalım ben başarıyı? İş birliği birlikte bir sorunu çözmek ya da birlikte üretmekten önce, **birlikte düşünmekle başlar. İş birliği önce bir niyettir, bir bakış açıdır.** Hekimler hastalar için çoğu zaman tek bir ilaç yazmazlar, bir ilaç **takımı** yazarlar. Futbol neden dünyada çok kabul görür biliyor musunuz? Hayata çok benzer çünkü, bireysel spor yapanlardan çok takımları izlemeyi severiz çünkü, bir takıma ait hissetmeyi severiz, iki takımın birbirini yenmeye çalışmasını izlemeyi severiz, hayata benzer bu, maçı bırakmayana, asılana saygı duyarız. Son şampiyonlar ligi finalinde Paris Saint-Germain, İnter Milan'ı 5-0 yendiğinde, maçtan keyif almadık. İki taraf da asıldığında keyif alıyoruz, hayatta da böyle, sürükleyici romanlarda da böyle, asılana bırakmayanı görmek istiyoruz, tek başına değil birlikte kazananları görmek istiyoruz, gözyaşları içinde kupayı beraber kaldırmalarını.



Yalnız değiliz. Yükleri tek başımıza taşımak zorunda değiliz. **Birlikte düşünelim, birlikte çözelim, birlikte üretelim ve birlikte başaralım** (Lütfen). Başarılarımızı birlikte kutlayalım. Tüm insanlar için en mutlu an neymiş biliyor musunuz? Değerli hocam Sıtkı Tekmen söylemişti, **bir insan evladı için en mutlu an, bir ateşin etrafında, sevdiği insanlarla, sevdiği yemekleri yerken, sevdiği şarkıları hep birlikte söylemekmiş.** (Yine gözlerim doldu). Olayımız bu, kutlamamız bu. Buraya gönül rahatlığıyla ulaşmak için de, oyuna girmek ve çalışmak gerekiyor. Ama tek başına değil.

Çoğu zaman zor olan çalışmak değil işbirliği ve geçinmek çünkü. Yirmi üç yıllık eczane eczacılığı deneyimimde en büyük kayıplarımın sebebinin geçimsizlik olduğunu söyleyebilirim. Kibirli zamanlarım da oldu, aşağılandığım zamanlar da. Hepsinden bir şey öğrendim. Geçinmeye gönlümüz olacak, insanlara saygımız olacak, başka türlü olmuyor. Sadece ticari başarıdan da söz etmiyorum, itibarımız, genç meslektaşlarımızın cesareti, hasta yararı için çalışan sistemlerin güçlenmesi için de iş birliği gerekiyor. Ne yukarıdan bakacağız, ne aşağıda hissedeceğiz, eşit göz hizasında olacağız. **Doğan Cüceloğlu'nun** (nur içinde yatsın) çok sevdiğim bir sözü var; **"bir insanın gelebileceği en yüksek mertebe güvenilir insan olmaktır"** der. Nerde yaşarsak yaşayalım, ne iş yaparsak yapalım, hepimiz için böyle, eczacılar için de. Bir eczacı güvenilirliğini hem karakterinden hem mesleki bilgisinden alıyor, bir kuşun iki kanadı gibi. Dayanışma iki kanadı da besliyor.. Eczane genel olarak güçlü

ve neşeli görünmemiz gereken bir yer. (Güçlü ve neşeli olmamız gereken mi, görünmemiz gereken mi, tam emin olamadım). Hatta şunu da söyleyeyim, **eczacılığın % 95'i falan misafır ağırlamakla ilgili.** Bizim işimiz misafır ağırlamak. Misafirlerimizi ağırlarken, güler yüzlü, sağlıklı ve evet güçlü olmamız gerek. Ve evet, bunları sağlamak için yalnız hissetmememiz gerek. Ekonomik baskılar, belirsizlikler, kopan bağlar ve her geçen gün zorlaşan eczane mesaisi için güç alacağımız yer birbirimiz; dayanışma ve işbirliği. Bir eczacı yalnız kaldığında, toplumun sağlığı da eksik kalır, önce eczacı kendini besleyecek, dayanıklı, güçlü ve mutlu olacak, sonra topluma hizmet edebilir. Kendimizde olmayanı başkasına nasıl verelim? Evet her alanda beslenmemiz lazım, eczacılar topluma sadece ilaçla değil, bilgisiyle ve deneyimiyle de katkı sağlar çünkü. Eczane dosttur, sırdaştır, komşudur, arkadaşır ve güven verendir.

Dayanışma ve iş birliği için neler yapabiliriz ?

-Samimi Mesleki Paylaşım Grupları: Hayır, sosyal medya ya da WhatsApp gruplarından söz etmiyorum. Küçük, güven temelli, belki 5-6 kişiden oluşan, gerçekten birbirini dinleyen ve merak eden bir grup. Bu ay seni zorlayan neydi? Neyi daha iyi yaptın? Neyi daha iyi yapabiliyordun? Nerede desteğe ihtiyacın var?

-Genç Meslektaşlara Mentörlük: Bizden küçüklerle ayda bir, bir çay kahve eşliğinde deneyimlerimizi aktarmak.

-Üretim ve Paylaşım Kanalları: Yazı, video, podcast yoluyla bildiklerimizi ve deneyimlerimizi anlatmak.

-Dayanışma Kültürünü Görünür Hale

Getirmek: Meslektaşlarımızla birlikte görünmekten, birbirimizin iş yerini ziyaret etmekten çekinmemek.

-Özellikle Kadınlar Arasında Güçlü Bağlar

Kurmak : Evet pozitif ayrımcılık yapacağım, bu dünyayı kızkardeşlik kurtaracak. Altın günü diyorum.

-Personelimiz ile Samimi Bağlar Kurmak:

İlk başta aile gibi olmaya çalıştım, sonra tamamen patron-çalışan ilişkisine döndüm. İkisi de olmadı, ikisinin ortasında huzur buldum. Tatlı-sert bir ilkökul öğretmeni gibi, birbirimizi kolladığımız, değer verdiğimiz ama daha çok emek verenin değer bulduğu ve emek vermeyenin, oyun bozanların elendiği bir sistem lazım.

-Yorulunca Mola Vermek:

Uyku nasıl beden sağlığının mihenk taşıysa, dinlenmek de çalışmanın mihenk taşı. "Ben nasıl daha iyi dinleniyorum?"

Buraya kafa yoralım.

İşimiz iyileştirme, işimiz şifa. Birbirimizi iyileştirmesek, bilim yetmeyecek. Rekabet bir yere kadar insana haz verse de, bir eşikten sonra tüketmeye başlıyor. Dayanışma için, büyük hareketlere gerek yok, küçük ve tutarlı adımlara gerek var. Bir kişi güçlenir ve mesleğe nefes olur. Bir kişi bir yol bulur, hepimize yol açar. Yalnız yürüyen nereye ve nasıl gider bilinmez ama birlikte yürüyenler daha uzağa gidebilir. Hem de daha keyifle. Kendimiz ve mesleğimiz için diyorum,

Tek ilacımız değil ama en iyi ilacımız dayanışma ve iş birliği..

İSKOOP GÖREV DAĞILIMLARI YAPILDI

31 Mayıs 2025 Cumartesi günü gerçekleştirilen İstanbul Eczacılar Kooperatifi 36. Olağan Genel Kurul Toplantısı'nda yapılan seçimlerin ardından, Kooperatif Yetkili Kurulları yenilenmiştir. İlk toplantısını yapan Yönetim Kurulu, görev dağılımını tamamlayarak çalışmalarına başlamıştır. İstanbul Eczacılar Kooperatifi Yetkili Kurulları aşağıdaki isimlerden oluşmaktadır:

YÖNETİM KURULU ÜYELERİ:

Ecz. M. Sait YÜCEL (Başkan)
Ecz. M. Turğay KORKMAZ (II. Başkan)
Ecz. Mekin Doğa HALAÇOĞLU (Genel Sekreter)
Ecz. Birgül SOMKAN (Sayman)
Ecz. Hakan ERTEM
Ecz. Emrah BAYRAM
Ecz. Şeyma CANER

DENETLEME KURULU ÜYELERİ:

Ecz. A. Ruşen DÜNDAR
Ecz. Zeynep GÜRBÜZ
Ecz. Murat DURMAZ

TEKB DELEGASYON KURULU ÜYELERİ:

Ecz. M. Sait YÜCEL
Ecz. Meryem KART
Ecz. Uğur GÜMÜŞ
Ecz. Levent Şadi ALEMDAR
Ecz. Sidar DİKEN

İSTANBUL ECZA KOOP



Bihter MEREY

Uzman Klinik Psikolog & Psikoterapist

İDMANLI ZİHİN; ÖĞRENİLMİŞ İYİM SERLİK

Hayat kontrol edemeyeceğimiz deneyimlerle doludur. İyisiyle kötüsüyle, zoruyla kolayıyla birçok durumla karşılaşırız. Her deneyim bize bir şey öğretir ve zamanla öğrendiklerimiz davranış pusulamız olur. Kendimize roller giyer, durumları o gözlükle tanımlarız. Her deneyimi kendi klasörü altında toplarız. Ve belli bir süre sonra otomatik pilotumuz devreye girer, artık olana bitene dikkatlice bakmak yerine, yaşadıklarımızı önceliklere benzeyenler klasörüne atmaya başlarız. Örneğin, işler kötü gittiye, olumsuz deneyimi, kendimiz ya da durumla ilgili olumsuzluk başlığı altına etiketleriz. Ve aslında gerçekten hangi klasörde olmalı düşünmeden, değerlendirmeden, seçimler yaparız. Bu durum öğrenilmiş çaresizlik olarak tanımlanır. Olumsuz deneyimler ve durumlar karşısında sonucu değiştiremedikçe, artık değişim için çabalamamaya, başka bir yönden bakmamaya, durumun olumsuz tanımını asıl gerçeklik olarak kabul etmeye başlayan halimizdir öğrenilmiş çaresizlik. Doğuştan gelmeyen ancak zamanla içselleştirdiğimiz ve deneyimlerle beslenen, güçlenen inançlar, tam da bu yönde bir zihnin alışkanlığımız halini alır.

Peki, olumsuz genelleyen parçamız aynısını olumlu için de yapamaz mı? İçimizden geçen 'bu hep böyle sürece' sesi, 'bu geçici' diyen ve kendimizi yatıştıran sesle değişmez mi? Güzel olan şudur ki, hayatın belirsizliği karşısında, objektif ve hatta iyimser bir seçim yapmak öğrenilebilir, pratikle geliştirilebilir bir beceridir. Ve bu 'Öğrenilmiş iyimserlik' olarak tanımlanır. Yaşam boyu geliştirdiğimiz anlamlandırma ve değerlendirme biçimimize esneklik kazandırarak, zihnin bu olumluluk kasını güçlendirebiliriz.

Olaylara verdiğimiz anlam değiştiğinde, olayların bizim ve yaşamımız üzerindeki etkisi de değişir. Çünkü hayat değil, hayata nasıl baktığımız bizi şekillendirir. Bilmemiz gereken en önemli nokta yaşam deneyimlerimizi nasıl yorumladığımızın ve iç dünyamızda neye alan açtığımızın bizim kontrolümüzde olduğudur. Dolayısıyla zihnin alışkanlıklarımızı yönetebilmek de yine bizim elimizdedir. Peki öğrenilmiş iyimserlik nasıl kazanılır, nasıl bir yolla bu zihinsel kaslar geliştirilir dersiniz; tam bu noktada zihnimizin şu üç alışkanlığına bakmamız gerekir.

Öncelikle durumları geçici mi, yoksa kalıcı mı olarak değerlendirmeye yatkınsınız? Başınıza bir olay gelince 'bu hep böyle olacak' diye mi yorumlarsınız, yoksa 'bu geçici' diye mi değerlendirirsiniz? Bir diğer nokta, olana biteni ne kadar genellediğinizdir. Olumsuz bir durum karşısında o durumu yaşamınızdaki 'Her şey kötü' olarak mı, yoksa 'sadece bu alanda işler yolunda gitmedi' mi şeklinde ele alırsınız? Üçüncü ve en önemli noktaysa, olanları ne kadar kişiselleştirirsiniz? Durumları direkt 'ben eksiğim' gibi kendinizle mi eşleştirirsiniz yoksa 'durumlar yapabilmeme elvermedi' gibi konuyu açık alana mı çekersiniz?

Bir durumla karşılaştığımızda zihnimizde onunla ilgili uzun zaman deneyimleriyle yerleşik hale gelen inançlar yani otomatik düşüncelerimiz belirir. İşte bu inançların içeriği, duygu ve davranışlarımızı belirler. Bu inançlar zihninizde filtreleri oluşturur ve bu filtreler de olana bazen olduğu gibi değil farklı görmemize neden olur. Zihninizdeki çarpıtmaları, deneyimlerimizi nasıl yorumladığımızı yani zihninizdeki 'açıklayıcı stili' fark etmek ve arkasından 'bu gerçek mi yoksa

benim yorumum mu?' diye sorabilmek, durumu nötr ve açık alana çekebilmemizi sağlar. Bu da içinde bulunduğunuz durumla iç içe geçmemizi önler.

Dikkat etmemiz gereken; yaşamda zorlandığımızda kendimizle nasıl konuştuğumuzdur. Hangi cümleleri kurarsınız kendinize? Bunlar size kendinizi nasıl hissettirir? Durumun salt zorluğunu hafifleten mi yoksa daha ağırlaştıran yapıda mı olur genellikle bu sözler? Kendimizle dost gibi mi konuşuruz yoksa bazen düşman gibi mi? Öğrenilmiş iyimserlik, gereksiz olumlu bakış ya da zehirli pozitiflik değildir. Gerçekçi ve yaşam mücadelesinde devam edebilmek için yapıcı, iyimser, şefkatli ve nötr bir yaklaşım içerisinde olmaktır. Sürekli tekrarlanan bu farkındalık yapı, bir süre sonra olumlu otomatik pilota bırakır kendini. Bu da çok daha tatminar bir yaşam, güçlü bir bağımsızlık sistemi ve fizyolojik, psikolojik açıdan sağlıklı getirir beraberinde.

Bazen değişim büyük kararlarla gelmez. İçimizdeki bir cümlenin değişmesi, bir küçük farkındalık; arkasından değişen tüm zihin yapısını getirir. Yaşam 'mutlu olmalyım' inancı üzerine kurulmaz, zorluğun tam ortasında kendimizle kalma kapasitesi yaratmak yaşamdaki tatmini belirler. Her şey karışırken bile kendimize, 'ben bu durumun içinde kaybolmak zorunda değilim, geçici, zaman vereceğim, alan açacağım ve geçecek' diyebilmektir. Yargı yerine farkındalıkla; korku, kaygı yerine şefkatle yaklaşmak, zihinsel ve duygusal dayanıklılığımızı geliştirir. Yaşam ellerimizde, bakış şeklimizde, seçimlerimizdedir; tam da bu yüzden iyimserlik, kontrol edilemeyen hayatı kontrol edebilmek değil; kendimizi yönetebilmektir.

ÜRÜN TANITIM



NUTRAXIN'DEN NUTRAXIN BROMELAIN FORTE HER TABLETTE 750 mg BROMELAIN

Nutraxon Bromelain Forte; Her tablette 750 mg Bromelain, Yeşil çay, Krom ve Probiyotik içerir. Nutraxon Bromelain Forte, 1 bromelian tabletten daha fazlasını isteyenler için formüle edildi.



YENİ KUTUSUNDA C VİTAMİNİ CHEWABLE TABLET 30 TABLET

Nutraxon C vitamini; C vitamini ile birlikte kuşburnu ekstresi ve bioflavonoid içerir. Çiğneme formunda olan Nutraxon C vitamini tabletlerinin kullanımı kolaydır. Stevia bitkisi ile tatlandırılmıştır.

Bioxcin Gold On Skin / ışıltılı Nemlendirici Yüz Kremi - 50 ML

E

Bioxcin Gold On Skin ışıltılı Nemlendirici Yüz Kremi, cildi derinlemesine besler ve nemlendirir. Hafif jel formülü sayesinde hızla emilir, yağlılık hissi bırakmadan doğal bir ışıltı kazandırır. İçeriğindeki hindistan cevizi yağı ve manolya çiçeği ekstresi, ince



çizgi ve kırışıklıkların görünümünü azaltırken cilt bariyerini güçlendirir. Cilde canlılık ve parlaklık verir. Makyaj bazı olarak da kullanılarak, taze ve ışıltılı bir görünüm sağlar.

Bioxcin Gold On Skin / Kuru Yağ - 100 ML

Bioxcin Gold On Skin Kuru Yağ, içeriğindeki mucizevi çiçek yağları (ayçiçek yağı, yasemin yağı, manolya yağı, hanımeli yağı, kalendula yağı, hindistan cevizi yağı) ve nemlendirici aktiflerle cildi nemlendirir, besler ve ışıltı kazandırır. Saçların yumuşak ve parlak olmasını sağlar. Egzotik monoi kokusu



ve kolay emilen, yağlı his bırakmayan dokusuyla gün boyu yumuşak ve ışıltıdan bir cilt deneyimi sunar. Saç, cilt ve yüz kullanımına uygun, %90 doğal kaynaklı içeriklerle formüle edilmiş çok amaçlı bir kuru yağıdır.

Skin, Nails & Hair* With MSM

Solgar Skin, Nails & Hair with MSM; doğal silisyum kaynağı olan kırmızı alg L. corallioides, sülfür kaynağı olarak MSM, ayrıca çinko ve bakır mineralleri, l-lizin, l-prolin gibi amino asitler ve C vitaminini içeren formülasyondur. Sülfür, bütün hücrelerde bulunan esansiyel bir maddedir. Çinko normal protein sentezine, normal saçın, normal tırnakların ve normal cildin korunmasına katkıda bulunur.

Bakır normal bağ dokuların korunmasına, normal saç ve normal cilt pigmentasyonuna yardımcı olur. L-lizin ve l-prolin de

bağ dokusunda bulunan amino asitlerdendir. C vitamini cildin normal fonksiyonu için gerekli olan normal kollajen oluşumunda rol oynar. Solgar Skin, Nails & Hair with MSM, önemli besin maddelerinin karışımını içeren bir formülasyondur.





Tuncay Taşkın

2035'İN TAKVİYESİ

AKILLI, BİYOUYUMLU VE KİŞİYE ÖZEL

Takviye edici gıda sektörünün gelişimine bizzat tanıklık etmiş biri olarak; bu alandaki büyümeyi, dönüşümü ve yenilik arayışlarını yakından gözlemleme fırsatım oldu. Yüzlerce projeye liderlik etmiş, pek çok başarıya imza atmış ve kimi zaman da başarısızlıklarla değerli deneyimler edinmiş biri olarak, geleceğe dair öngörülerimi yalnızca sezgilerime değil, geçmişin birikimine ve küresel trendlerin yönüne dayandırıyorum. Dünya genelindeki teknolojik ilerlemeleri, tüketici davranışlarındaki değişimi ve sürdürülebilirlik odaklı yaklaşımları takip ettiğimizde, bu gelişmelerin sektörümüze nasıl entegre olacağını tahmin etmek artık çok daha mümkün. Geleceği anlamak ve buna uyum sağlamak, yalnızca vizyon göstergesi değil; aynı zamanda başarıya ulaşmanın en önemli adımlarından biri hâline geliyor.

Bugün sağlıklı yaşama yönelik ilgi giderek artıyor. Kronik hastalıkların yaygınlaşması, stres, düzensiz yaşam ve yetersiz beslenme gibi nedenler, bireyleri yaşam kalitesini korumak adına daha bilinçli adımlar atmaya yöneltiyor. Bu yolculukta en çok başvuru alanlardan biri ise takviye edici gıdalar. Öngörülere göre önümüzdeki yıllarda

bu ürünler yalnızca klasik vitamin-mineral desteği sağlamaktan çıkarak; kişiselleştirilmiş, biyouyumlu, akıllı ve sürdürülebilir sağlık çözümlerine dönüşecek.

2035'e doğru ilerlerken bu alandaki gelişmelerin yalnızca formül düzeyinde değil; üretimden danışmanlığa, eczane hizmetlerinden bireyin sağlık verilerini yönetme biçimine kadar geniş bir alanda dönüşüm yaratması bekleniyor. Bu dönüşümün, doğayla bilimin dengeli birlikteliğine ve bireyselleşmiş sağlık yönetimi anlayışına dayanan bütüncül bir gelecek vizyonu sunduğu söylenebilir.

Takviye kullanımı gelecekte daha çok bireyin genetik yapısına, epigenetik profilin etkilerine ve yaşam tarzına bağlı olarak şekillenebilir. Nutrigenomik bilimi, bireylerin genetik

özellikleri ile besin öğeleri arasındaki etkileşimi analiz ederek, kişiye özel takviye planlamalarının temelini oluşturabilecek veriler sunuyor. Örneğin, folat metabolizmasında genetik varyasyonlara sahip bireylerin standart folik asit yerine daha aktif formlara ihtiyaç duyabileceği biliniyor. Benzer şekilde, D vitamini sentezinde genetik farklılık taşıyan kişilerin, güneş ışığından daha az yararlandığı ve buna bağlı olarak farklı dozlarda takviye ihtiyacı olabileceği değerlendiriliyor.

Bu gelişmeler doğrultusunda, 2035'e kadar sağlık profesyonellerinin yalnızca yaş, cinsiyet gibi genel verilere değil; bireyin genetik, fizyolojik ve çevresel koşullarına göre takviye planlaması yapma eğiliminin artması bekleniyor. Bu da, kişiselleştirilmiş sağlık anlayışının yaygınlaşmasına katkı sunabilir.

Gelecekte takviyelerin etkili olabilmesi için yalnızca içeriği değil, emilim kalitesi, vücutla uyumu ve hedefe yönelik salımı da kritik öneme sahip olacak gibi görünüyor. Bu çerçevede, biyoyararlanımı artıran teknolojilerin yaygınlaşması öngörülmüyor. Lipozomal sistemler, nanoemülsiyonlar ve kontrollü salınımlı mikrokapsüller gibi teknolojiler, etkin maddelerin vücutta daha etkili bir şekilde kullanılmasına olanak sağlayabilir.





Özellikle "akıllı kapsül" sistemleri, vücudun iç ortamına duyarlı şekilde etkin maddeyi salan yapılarıyla öne çıkmaya aday. Mide pH'si ya da sindirim hızı gibi biyobelirteçlere yanıt veren bu tür sistemlerin, 2035 yılına kadar daha yaygın kullanıma geçmesi olasıdır. Böylece, ürünlerin hedef bölgede daha etkili ve güvenli çalışması mümkün olabilir.

Geleceğin takviye sistemleri, yalnızca ürün odaklı değil; bireyin sağlık verilerine entegre çalışan, gerçek zamanlı analiz yapabilen dijital sağlık teknolojileriyle iç içe geçmiş olacak. Giyilebilir cihazlar (akıllı saatler, yüzükler, cilt altı sensörler), kullanıcının gün boyunca elde ettiği biyometrik verileri (hareket düzeyi, nabız, stres seviyesi, uyku kalitesi, dış ortam koşulları gibi) analiz ederek bireye özel sağlık önerileri sunabilecek altyapıya sahip olacak. Bu teknolojiler, örneğin gün içinde yeterince güneş ışığına çıkmadığını tespit ettiğinde sistem üzerinden bir bildirimle uyarıda bulunabilecek: "Bugün D vitamini sentezi için yeterli güneş ışığı almadınız. 15-20 dakika açık havada bulunabilir ya da önerilen D vitamini takviyesini kullanabilirsiniz." Benzer şekilde, kullanıcı yoğun stres altında bir gün geçirmişse veya uyku süresi yetersiz kalmışsa, sistem gevşemeyi destekleyici bir takviye önerebilir.

Tüm bu bildirimler, kullanıcı profiline özel olarak geliştirilen mobil uygulamalar ya da giyilebilir cihazlarla senkronize çalışan yapay zekâ destekli platformlar tarafından sunulacak. Böylece birey, yalnızca ihtiyaç duyduğunda değil, ihtiyaç

duyacağını fark etmeden önce yönlendirilerek proaktif bir sağlık yönetimi sürecine dâhil olacak. Bu yapı, takviye kullanımını alışkanlık hâline getirmekten öte, kişiselleştirilmiş ve bilimsel veriye dayalı bir yaşam tarzı stratejisi olarak yeniden tanımlayacak. Yapay zekâ tabanlı karar destek sistemlerinin de bu sürece dâhil olmasıyla, takviye kullanımı daha bilinçli, düzenli ve kişisel sağlık verilerine duyarlı bir yapıya kavuşabilir. Bu sistemlerin, sadece öneride bulunmakla kalmayıp bireyin alışkanlıklarını da takip ederek destekleyici geri bildirimler sunması beklenebilir.

Geleceğin takviyelerinin yalnızca bireyin değil, gezegenin sağlığını da önceleyen bir yaklaşımla üretilmesi gerektiği her geçen gün daha fazla dile getiriliyor. Biyobozunur ambalajlar, bitki bazlı içerikler, yenilenebilir enerjiyle üretim gibi uygulamaların, 2035'e kadar sektörde yaygın hale gelmesi bekleniyor. Sürdürülebilir tarım uygulamalarıyla elde edilen içeriklerin kullanımı, adil ticaret ilkeleri, karbon ayak izinin azaltılması gibi kriterler; yalnızca çevresel sorumluluk değil, tüketici güveni ve marka itibarı açısından da belirleyici olacak gibi görünüyor.

Türkiye, genç nüfusu, artan sağlık farkındalığı ve gelişmekte olan yerli üretim altyapısıyla bölgesel bir üretim ve inovasyon merkezi olma potansiyeli taşıyor. Son yıllarda hızla büyüyen takviye pazarı, bu alandaki yatırımları ve düzenleyici gelişmeleri de beraberinde getiriyor. Önümüzdeki süreçte Türkiye'de; bilimsel temelli

AR-GE projelerinin desteklenmesi, kalite ve izlenebilirlik konusunda daha sıkı mevzuat uygulamaları, eczacının danışman kimliğini güçlendirecek eğitimlerin yaygınlaşması gibi gelişmelerin, sektörün sağlıklı büyümesine katkı sağlayabileceği değerlendiriliyor.

Eczaneler, genetik test sonuçlarını yorumlayabilen, biyobelirteç analizi yapan ve kişiselleştirilmiş ürün önerilerinde bulunabilen bireysel sağlık danışma noktalarına dönüşebilir. Bu çerçevede eczacının rolü; yalnızca ürün temin eden değil, bireyin sağlığını yöneten bilgi lideri olmaya evrilebilir. 2035'in takviyesi, yalnızca bir ürün olmaktan öte; kişiselleştirilmiş sağlık stratejileriyle uyumlu, teknolojiyle bütünleşik, sürdürülebilir üretim anlayışını benimseyen ve danışmanlık desteğiyle tamamlanan bir sistemin parçası olabilir.

Bu dönüşüm, yalnızca üreticileri değil; sağlık profesyonellerini, özellikle de eczacıları yeni bir vizyonla buluşturma potansiyeli taşıyor. Elbette tüm bu gelişmelerin gerçekleşebilmesi; teknolojik ilerlemeler, yasal altyapı, halk sağlığı politikaları ve mesleki gelişim alanlarında sürdürülebilir bir yol haritası oluşturulmasına bağlı. Yarınların sağlık anlayışı, sadece ürünlere değil, akıllı yönetime ve bireysel rehberliğe dayanacak. Bu yolculukta eczacılar ön saflarda yer alacak.

Sözün özü şu: Gelecek, şansa değil hazırlığa aittir. Malcolm X'in dediği gibi: 'Gelecek, ona hazırlanmakta olanlara aittir.'



Uzm. Ecz. Ahmet Nezihi Pekcan
Majistral Eczacıları Derneği
Yönetim Kurulu Başkanı

ÜLKEMİZDE BULUNAMAYAN İLAÇLARIN ECZANE LABORATUVARLARINDA ÜRETİMİ



Bilindiği gibi nadir hastalıklar; küçük hasta gruplarını etkileyen kronik hastalıklar olup bu hastalıkların tedavisinde kullanılan ilaçların Ar-Ge süreçleri oldukça güç, zaman alıcı ve yüksek maliyetli olup piyasa arzları sıklıkla düşük kaldığı için, bu tür ilaçların Ar-Ge ve üretimine yönelik talep azdır ve bu nedenle bu ilaçlar “Nadir” veya “Yetim İlaç” olarak adlandırılmaktadır.

Avrupa Birliği nadir hastalıkları; büyük çoğunluğu genetik kaynaklı olmak üzere, görülme sıklığı düşük (10.000 kişide 5 kişiden az), yaşamı tehdit eden

veya kronik olarak zayıflatan bunun sonucunda önemli morbidite veya yeni doğan ve erken ölümlere sebep olan ve bireyin yaşam kalitesinde veya sosyo-ekonomik potansiyelinde gözle görülür düşüşler yaratan hastalık ya da bozukluklar olarak tanımlanmaktadır. **Literatürde yaklaşık 8.000 civarında nadir hastalık tanımlanmıştır, yeni hastalıkların tanımlanmasıyla bu hastalıkların sayısı gittikçe artmaktadır. Seyrek görülmesine rağmen genellikle kronik ve ilerleyici hastalıklardır.**

Bazı ilaç şirketleri hastaların yaşam kalitesini yükseltmek ve yaşam sürelerini uzatmak amacıyla, sosyal sorumluluk bilinciyle nadir hastalıklar konusunda çalışmalar yürüterek yenilikçi tedaviler üretmektedirler. Ancak bu çaba çok yeterli değildir. Ülkemizde Türkiye İlaç Sektörü Strateji Belgesi Eylem Planı 'nda (2015-2018) nadir hastalıklarla ilgili hedefleri: “Ülkemizde nadir hastalıklar konusunda detaylı mevcut durum ve ihtiyaç analizi yapılacaktır. Tespit edilen sonuçlar doğrultusunda yetim ilaç politikamız oluşturulacaktır.” olarak belirlenmiştir.



Bu hedef doğrultusunda; “Ülkemizde nadir hastalıklar konusunda öncelikli bir envanter kayıt sistemi ve bu nadir hastalıkların teşhislerinin konabileceği merkezler oluşturulacaktır. Nadir hastalıklar konusunda mevcut network sistemleri ile kurulan ulusal referans sistemin iletişimi sağlanacaktır. Nadir hastalıklarda kullanılacak ilaçların ülkemizde geliştirilmesi ve üretilmesi için özel politikalar geliştirilecektir” denmektedir (Sanayi Bakanlığı, 2015). Ancak bu politikalarla ilgili somut adımların atılmadığı görülmektedir. Günümüzde çözüm olarak nadir hastaların kullanmak zorunda oldukları yetim ilaçlar Türk Eczacıları Birliği tarafından hastaların başvuruları ile yurtdışından getirilmektedir. Ülkemizde daha çok yerli ilaç firmaları tarafından jenerik ilaç üretimi yapılmaktadır. Türkiye’de nadir hastaların ve buna bağlı olarak yetim ilaçlara ulaşım için yurtdışına bağımlı olduğu görülmüştür. Sonuç olarak; Nadir Hastalıklar dünyanın her yerinde olduğu gibi Türkiye’de de önemli bir sağlık sorunudur.

Bu hastaların tedavisinde kullanılan ilaç sayısının azlığı, bu ilaçları temin etmekte karşılaşılan sorunlar ve ilaç maliyetlerinin yüksekliği hem hastaları hem de bu hastalıkları araştıran bilim insanlarını oldukça zor durumda bırakmaktadır.

Bu saptamaları yapıp çözüm önerilerine geçmeden önce Şubat 2020 de kurmuş olduğumuz derneğimizden kısaca bahsetmek istiyorum.

Majistral Eczacıları Derneği, eczacının sanatı olan “Majistral Üretim” faaliyetlerinin etkinleştirilmesi

ve geliştirilmesini sağlamak amacı ile eczacılara ve hekimlere yönelik her nevi eğitim faaliyetleri düzenlemek ve bu konuda çalışmalar yapan eczacı ve eczacı kuruluşlarına destek vermek amacı ile Şubat 2020 tarihinde Konya’da kurulmuştur.

Ülkemizde majistral üretim faaliyetlerinin uluslararası alanda rekabet edilebilir düzeyde kalitesinin geliştirilmesine katkıda bulunan ve böylece güncel ve gelişmekte olan teknolojileri kavrayan, araştırma temeline dayalı bilgi ve beceri ile donanmış, etik ilke ve tutuma sahip ve yaşam boyu öğrenmeyi ilke edinmiş nitelikli eczacıların bir arada yol almayı hedeflediği bir ihtisas derneğidir.

Eczanelerimizde ilaç, yani majistral formül hazırlanması, eczacılık meslek eğitiminin akademik bir düzeye gelişinden bu yana sürekli olarak yapıla gelmektedir.

Ekonomik açıdan Kamu yararının gözetilmesi ve hastanın tedavi kalitesini yükselten, günümüzde çeşitli nedenlerle bulunamayan ilaçların veya tedavi edilmesi amaçlanan, fakat çok nadir hastalıklar olduklarından küçük pazar payı nedeniyle üreticilerin ürünün araştırma ve geliştirilmesine yatırdıkları sermayeyi amorti etmelerinin mümkün olmadığı için üretme konusunda isteksiz olduğu ilaçların eczane laboratuvarlarında üretilmesini sağlayacak “Majistral Üretim” dünyada gün geçtikçe daha fazla önem kazanmaktadır.

Ülkemizde bu anlamda hekimlerimizin reçete ettikleri ilaçların eczane laboratuvarlarında yapılması diğer bir ifade ile “Majistral Üretim” ilacın maliyet etkinliği ve milli proje kapsamında değerlendirildiğinde; ülkemizin

sağlık alanında gereksiz harcamalarının önüne geçebilecek ve hastaların tedavi kalitesini yükseltecek bir yönü olduğunu düşünüyoruz.

Ayrıca “Majistral Formül” içeren reçeteler, hekim ve eczacı nosyonuna değer katacak ve tedavi çeşitliliğini artıracaktır.

Ülkemizin ekonomik olarak kuşatılmak istendiği günümüzde “Yerli ve Milli Üretim” projesinde eczane laboratuvarlarının yeniden dizayn edilmesi ve majistral üretimin yeniden bu çerçevede ele alınması kuşkusuz çok önem arz etmektedir.

Nitekim yaşadığımız süreçte Covid 19 pandemisinin ilk günlerinde eczacıların laboratuvarlarında üretmiş oldukları el antiseptikleri, majistral üretimin halk sağlığı açısından önemini bir kez daha ortaya koymuştur.

Diğer taraftan; Eczane laboratuvarlarının teknoloji transferleriyle yenilenmesi/modern cihazlarla donatılması ile majistral ürünlerin tedavi etkinliği artacak, laboratuvarlarımızın gelişmesiyle yeni eczacı çalışma alanları açılacak, bunun sonucunda mezun eczacılarımızın istihdamında da önemli kazanımlar elde edilecektir.

•Netice olarak **BU ÜLKENİN ECZACILARI** olağanüstü durumlarda veya yokluğu çekilen ilaçların imalatında üzerlerine düşen görevi yapabilecek bilgi birikimine ve donanımına sahiptirler. Eczanelerimiz bu anlamda lojistik ilaç dağıtım noktaları değil, ilaç üretim merkezleridir.

Uzm. Ecz. Ahmet Nezihi Pekcan

Majistral Eczacıları Derneği Yönetim Kurulu Başkanı

E

MARUDERM, YARIYIL ŞİRKET ETKİNLİĞİNİ SWISSOTEL'DE GERÇEKLEŞTİRDİ:

Türkiye Genelindeki 1500 'den Fazla Eczanede Elde Ettiği Başarıyı Kutladı



Maruderm, Yarıyıl Şirket Etkinliğini Swissôtel'de Gerçekleştirdi: Türkiye Genelindeki 1500'den Fazla Eczanede Elde Ettiği Başarıyı Kutladı

Hızla büyüyen dermokozmetik markası Maruderm, yarıyıl şirket etkinliği ile dikkatleri üzerine çekti. Swissôtel The Bosphorus'ta gerçekleşen ve üç gün süren özel buluşmada, şirket çalışanları hem keyifli anlar yaşadı hem de gelecek stratejileri üzerine kapsamlı oturumlara katıldı.

Etkinliğin en kritik günü olan toplantı gününde, sekiz saat süren sunumlar ve zengin içerikli oturumlarla şirketin vizyonu, ilk yarı değerlendirmeleri ve gelecek dönem hedefleri paylaşıldı. Katılımcılar, Maruderm'in değerlerine ve yol haritasına dair ilham verici sunumlarla buluşurken, özellikle Türkiye genelinde eczanelerde sağlanan başarı detaylarıyla ele alındı.

Son altı ay içerisinde Türkiye çapında 1500'den fazla eczanede tüm ürün gamıyla raflarda yer alan Maruderm, kısa zamanda yakaladığı bu önemli

başarıyı etkinlikte öne çıkararak çalışanlarıyla birlikte kutladı. Bu gelişme, markanın erişilebilir, güvenilir ve etkili cilt-saç bakımı ürünlerini tüketicilere ulaştırma misyonunda önemli bir dönüm noktası oldu.

Maruderm, eczane kanalındaki güçlü penetrasyonuyla sektördeki varlığını pekiştirirken, kurumsal kültürünü ve çalışan bağlılığını da etkinlikle güçlendirdi. Şirket, yılın ikinci yarısında hem Türkiye'deki eczanelerdeki varlığını artırmaya hem de global pazarlardaki büyüme stratejilerini kararlılıkla sürdürmeye odaklanacak.

Bilimsel yaklaşımı, yüksek kaliteli içerikleri ve kullanıcı odaklı ürünleriyle cilt ve saç bakımında

fark yaratmaya kararlı olan Maruderm'in gerçekleştirdiği bu yarıyıl etkinliği, markanın yalnızca bir dermokozmetik firması olmadığını; aynı zamanda eczanelerle kurduğu güçlü iş birliklerini başarıyla sürdüren, insana yatırım yapan ve takım ruhunu ön planda tutan bir şirket olduğunu bir kez daha ortaya koydu.



ezas.com.tr

EBEK MERKEZİ



ECZANE 17 BUR

Avène

PERMO CENTER

YARIM ASIRA YAKLAŞAN DENEYİMİYLE SEKTÖRÜN LİDERİ

#45 YIL



EZAS®

MİMARİ ÇÖZÜM ORTAĞINIZ ●

**Dr. Bünyamin ESEN**

SGK Sosyal Güvenlik Denetmeni,
MSc in Social Policy
(London School of Economics and Political
Science) PhD in Political Science Boğaziçi
Üniversitesi

www.twitter.com/bunyaminesen

e-Reçetede Hangi Bilgiler Yer Alır?

Ülkemizde SGK tarafından sunulan sağlık hizmetlerinden bir olan ilaçlar, hekimlerce yazılacak reçetelerin serbest eczanelerce karşılanması suretiyle vatandaşlara sunulmakta. SGK ve Sağlık Bakanlığı on yılı aşkın süredir e-reçete uygulamakta. Hekimler tarafından SGK'nın MEDULA sistemine elektronik ortamda kaydedilerek elektronik reçete numarası verilmiş olan reçeteler e-reçete (elektronik reçete) olarak tanımlanıyor. E-reçete uygulamasında, e-reçetelerin SGK tarafından belirlenen yöntem ve standartlarla (elektronik imza, şifre) imzalanması şart. Bu kapsamda sağlık kurum/kuruluşları tarafından düzenlenecek reçeteler elektronik imza veya SGK hekim şifresi ile düzenleniyor. Peki e-Reçetede hangi bilgiler bulunuyor ve uygulama detayları neler? Özellikle eczacılar açısından yol gösterici olan bu bilgiler özel bir önem arz ediyor. Bu ayki yazımı bu konuya ayırdım.

E-REÇETE YER ALAN VERİLER

E-reçetede yer alan bilgilerin içeriği e-reçete web servis kılavuzunda belirtilmiş bulunuyor. Uygulamada birlikteliği sağlamak, yanlış anlamaları ortadan kaldırmak amacıyla bu bilgiler detaylı olarak düzenlenmiş durumda.

İlk olarak e-Reçetede birkaç farklı tür bulunuyor. Buna göre şu başlıklarda e-Reçete yazılabilir:

- Ayaktan Reçetesi
- Yatan Reçetesi
- Günübirlik Reçetesi
- Taburcu Reçetesi
- Acil Reçetesi
- Yeşil Alan Reçetesi
- Evde Bakım Reçetesi

Bu kapsamda, ayaktan, yatan, günübirlik reçetesi seçenekleri; hastanın takibinde bulunan tedavi türüne göre e-reçete ekranına HBYS yazılımı tarafından otomatik olarak getirilmekte. Acil

reçetesi seçeneği; takibin provizyon tipinin acil olmasına veya takip alınan bransa göre HBYS yazılımı tarafından otomatik getiriliyor. Taburcu reçetesi seçeneğinin ise hekim tarafından seçilmesi gerekmektedir. Taburcu reçetesi seçimi takip tipi yatan ise seçilmesine izin verilmekte. Yeşil Alan reçetesi seçeneği; hekim tarafından seçilmesi gerekmektedir. Son olarak evde bakım reçetesi seçeneği de hekim tarafından seçilmesi gerekmekte olan bir seçenektir.

REÇETE RENKLERİ NEYİ İFADE EDİYOR?

e-Reçete olarak yazılmış reçetelerin farklı renkleri bulunmakta. Buna göre e-Reçeteler şu renklerde olabilir:

- Normal
- Kırmızı
- Turuncu
- Mor
- Yeşil.

Bu çerçevede kırmızı reçete, yüksek riskli ilaçları içeren ve daha dikkatli kullanılmaları gereken ilaçları içeriyor. Bazı kan hastalıkları için yazılan hematolojik ilaçlar, turuncu reçete kapsamında değerlendirilmekte. Mor reçeteler ise bazı kanser ilaçları ve pahalı tedaviler gibi özel ilaçları içeriyor. Mor reçeteli ilaçlar, sadece reçeteli olarak satılabilir, ancak eczacılar bu ilaçların dağıtımında daha katı kurallara tabi. Son olarak yeşil reçeteler ise, bağımlılık riski düşük ama kontrol gerektiren ilaçlar için düzenleniyor. e-Reçete yazılırken eğer hekim kırmızı, mor, turuncu, yeşil reçete kapsamında bir ilaç yazacaksa tür olarak ilgili reçeteyi seçmesi gerekmekte. Türü seçildikten sonra reçete tarihi, takibin tarihi olarak hekimin ekranına HBYS tarafından otomatik olarak getirilmekte. Ancak istenirse reçete tarihi bu tarihten daha ileri bir tarih olarak seçilebilir.

Ne var ki bu tarihten geri bir tarih seçilmesine izin verilmemektedir.

İLAÇ ADI VE KULLANIM DETAYLARI

SGK'nın sisteminde tarihe bağlı olarak ödenen (SUT eklerinde kayıtlı) ilaçların listesi yer almakta. HBYS yazılımlarının bu ilaç listesini alabilmeleri amacıyla web servis hazırlanmış bulunuyor. Bu servis sistemin en az yoğun olduğu gece 23.00-07.00 arasında çalışmakta olup sağlık hizmet sunucuları bu listeleri tarihe bağlı olarak alabiliyorlar.

Hekim, ilaç seçiminde, SGK'nın geri ödeme listesinde yer alan ilaçları seçebileceği gibi aynı zamanda SGK'nın geri ödeme listesinde yer almayan ilaçları da seçerek e-reçeteye yazabiliyor. Başka bir ifade ile hekimler SGK'nın geri ödemediği ilaçlarla sınırlı değiller. Ancak e-reçetenin sisteme kaydı esnasında SGK'nın geri ödeme listesinde yer almayan ilacın geri ödeme listesinde olmadığı bilgisi MEDULA hastane sistemi tarafından ilgili tesise bildiriliyor.

Keza, e-Faturada kutu adedi de ilgili bölümde belirtiliyor. Kaç kez/kaç seferde kaç doz alınacağı ve kullanım şekli ile ilgili bilginin de e-Reçete sisteminde yer aldığını belirtmek gerekiyor. Örnek olarak; içinde 20 tablet olan A ilacının "Kaç kez/Seferde Kaç doz" 2*1 yazıldığını kabul edelim. Hekim "Kullanım periyodu" bölümünde "1", "Birimi" bölümünde de "gün" seçerse "hasta, 1 günde 2*1" tablet kullanacaktır" anlamına geliyor. Başka bir örnek olarak; içinde 3 adet tablet bulunan B ilacının "Kaç kez/Seferde Kaç doz" 1*1 yazıldığını kabul edelim. Hekim "Kullanım periyodu" bölümünde "1", "Birimi" bölümünde de "hafta" seçerse "hasta, 1 haftada 1*1" tablet kullanacaktır" anlamına geliyor.

REÇETE AÇIKLAMA ALANLARININ AYRINTILARI

İlaç açıklama alanında SGK tarafından reçete ödemelerinde ilaca göre reçete eki belgeler istenilmekte. E-reçete uygulamasında bu belgelere ait bilgiler ilaç açıklama alanına giriliyor. Keza, e-Reçete sisteminde "Reçete açıklama alanı" da bulunmakta. SGK tarafından reçete ödemelerinde reçeteye göre reçete eki belgeler istenilmekte. E-reçete uygulamasında bu belgelere ait bilgiler ilgili bu alanlara girilebilmekte. Teşhis/Tanı alanı e-Reçetede en önemli alanı oluşturuyor. Bu alana SGK'nın geri ödeme kapsamında reçete üzerinde özellikle olması istenen teşhis/tanı yazılmakta.



"Hasta Güvenlik ve İzlem Formu" başlığındaki kısma ise formun ilgili mevzuat hükümlerine göre uygun olarak hasta adına düzenlendiği ibaresi yazılıyor. "Endikasyon Dışı Kullanım İzni" alanında ise bu açıklama alanına bu belgenin tarihi, sayısı ve geçerlilik süresi yazılabilmekte. e-Reçetede "Tetkik Sonucu" kısmına ise bu alana ilaç bedelinin SGK tarafından geri ödemesinin yapılması için istenen tetkiklerin adı, yapıldığı tarih ve sonuçları yazılmakta. Tedavi Süresi alanına ise

ilgili mevzuat gereği istenilen tedavi süreleri yazılıyor. Tedavi Süresi alanına ise ilgili mevzuat gereği istenilen tedavi süreleri yazılıyor. Doktor sertifika kodu alanı boş gönderilebileceği gibi

gereken durumlarda aile hekimliği sertifikası veya hemodiyaliz sertifikası bilgisi gönderiliyor. Reçetede tanı kısmında ise tanı olarak ICD-10 tanı kodları seçiliyor. Son olarak Reçete açıklamalarının "Diğer" alanında bu alana hekim tarafından istenirse yazılan ilaca ait açıklama yazılabiliyor. Ayrıca sürekli görevle yurtdışına gönderilenlerin yurt dışı görevine dair resmi belgenin tarih ve sayısı da bu alana yazılabilmekte.

SGK Bedeli Ödenecek İlaçlar Listesi Değişti:

5510 sayılı Sosyal Sigortalar ve Genel Sağlık Sigortası Kanunu gereğince uygulanan Sosyal Güvenlik Kurumu İlaç Geri Ödeme Yönetmeliği'nin 12 nci maddesi ile SGK Sağlık Uygulama Tebliği'nin ilgili maddeleri gereğince düzenlenen "Bedeli Ödenecek İlaçlar Listesi" 30.05.2025, 06.06.2025, 13.06.2025, 20.06.2025, 23.06.2025 ve 27.06.2025 tarihlerinde değiştirilmiştir. Okurlarımız güncel listeye SGK'nın resmi web sitesi olan www.sgk.gov.tr adresinden ulaşabilir.

SGK Yurtdışı İlaç Listesi Değişti: 26 Haziran 2025 Tarihli ve 32938 Sayılı Resmî Gazete'de Yayımlanan "Sosyal Güvenlik Kurumu Sağlık Uygulama Tebliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Tebliğ" ile SGK'nın yurtdışı ilaç listesi değişmiş bulunmaktadır. Buna göre Ek-2 EK-4C YURT DIŞI İLAÇ FİYAT LİSTESİ güncellenmiştir. Buna göre güncel olarak 400 yurtdışı ilaç SGK tarafından karşılanmaktadır. Okurlarımız güncel listeye SGK'nın resmi web sitesi olan www.sgk.gov.tr adresinden ulaşabilir.

Kronik Hastalığı Nedeniyle Sağlık Raporu Olan Hastaların İlaç ve Tıbbi Cihaz Temin Süresi Uzatıldı: Bilindiği üzere Koronavirüs (Covid-19) Pandemisi nedeniyle vatandaşların sağlık hizmetine erişiminde aksamaya neden olunması ve olası bulaş riskinin azaltılması amacıyla SGK tarafından yapılan düzenlemelerle 01.01.2020 tarihi itibarı ile sonlanmış veya bu tarihten sonra sonlanacak olan kronik hastalık raporlarının süreleri uzatılmış idi.

SGK internet sitesinde yayımlanan 29.11.2021 ve 21.01.2022 tarihli duyurularda yer alan Tebliğ

SAĞLIK VE SOSYAL GÜVENLİK SEKTÖRÜNDE GÜNDEM

maddeleri dışında kalan hastalıklara ilişkin tüm ilaç rapor süreleri 30 Mart 2026 tarihine kadar uzatılmıştır. Bu tarihe kadar rapor yenilemeye gerek bulunmamaktadır. Ancak bu tarih itibarıyla bir yıl ve daha uzun süre ilaç temin edilmemiş olan raporların ise geçerliliği sona erebilecektir.

Biyometrik Kimlik Doğrulama Süresiz Ertelendi: Bilindiği üzere SGK bir süredir biyometrik kimlik doğrulama sistemlerine geçmek için çalışıyor. Ancak gerekli alt yapı olmaması nedeniyle söz konusu uygulama sürekli erteleniyor. En son olarak 27.03.2025 tarihinde yapılan duyuru ile EKDS uygulamasının tüm vakıf ve özel sağlık hizmet sunucularında en geç 01.07.2025 tarihine kadar başlatılacağı ifade edilmişti. SGK Yönetim Kurulumuzca yapılan değerlendirme neticesinde, söz konusu uygulamanın başlangıcı süresiz olarak ileri bir tarihe ertelenmiş bulunuyor.

Deprem Bölgesinde Mücbir Sebep Hali Yeniden Uzatıldı: Adıyaman, Hatay, Kahramanmaraş ve Malatya illeri ile Gaziantep ili İslahiye ve Nurdağı ilçelerinde 31 Mayıs 2025 günü sonu itibarıyla sona eren mücbir sebep hali 30 Kasım 2025 tarihine kadar uzatılmıştır.

Belirtilen illerde 6 Şubat 2023 tarihinde yaşanan büyük deprem felaketi nedeniyle;

- Adıyaman, Hatay, Kahramanmaraş ve Malatya illeri ile Gaziantep ili İslahiye ve Nurdağı ilçelerinde faaliyet gösteren ve Hazine ve Maliye Bakanlığınca belirlenen kriterlere sahip mükelleflerden 5510 sayılı Kanunun 4'üncü maddesinin birinci fıkrasının (a) (işçi) ve (c) bentleri (memur) kapsamında

sigortalı çalıştıran işyerleri için,

- Adıyaman, Hatay, Kahramanmaraş ve Malatya illeri ile Gaziantep ili İslahiye ve Nurdağı ilçelerindeki 5510 sayılı Kanunun 4'üncü maddesinin birinci fıkrasının (b) bendi kapsamındaki (kendi nam ve hesabına çalışan BağKurlu) sigortalılar ile diğer sigortalılar ve genel sağlık sigortalıları için,

5510 sayılı Kanunun 91 inci maddesi kapsamında gerekli işlemlerin tesis edilmesi SGK'ca uygun görülmüştür. Buna göre bu bölgedeki işyerlerinin SGK'ya olan prim borçları 31 Temmuz 2026 tarihine (bu tarih dahil) kadar ertelenmiştir. Keza, SGK'ya verilmesi gereken bildirimlerin 2 Şubat 2026 tarihine kadar (31 Ocak 2026 hafta sonuna denk geldiğinden) tarihine kadar (bu tarih dahil) SGK'ya verilmesi halinde yasal süresi içinde verilmiş sayılacaktır.

Kan Şekeri Ölçüm Cihazı Eczanelerde

Satılabilir: Danıştay 10. Dairesinin 2021/1485 Esasına kayden açılan dava sonucu verilen 07/11/2023 tarihli ve K.2023/6572 sayılı iptal kararı doğrultusunda, 01/10/2024 tarihinde yürürlüğe giren "Sosyal Güvenlik Kurumu Kapsamındaki Kişilerin Türk Eczacıları Birliği Üyesi Eczanelerden İlaç Teminine İlişkin Protokol" eki "Sosyal Güvenlik Kurumu Kapsamındaki Kişilerin Türk Eczacıları Birliği Üyesi Eczanelerden Tıbbi Malzemelerin Temini Sözleşmesi"nin 4.5.3 numaralı maddesi uyarınca "Ek-5/8 Tıbbi Malzeme Listesi"nde değişiklik yapılmıştır. Buna göre A10094 SUT Kodunda kayıtlı Kan Şekeri Ölçüm Cihazı eczanelerde satılabilir.

PURE
With

BEAUTY SOFTNESS

TANNING OIL, SUN MILK, FACE MILK, LIP SCRUB,
BODY MILK, SHOWER GEL, BODY SCRUB

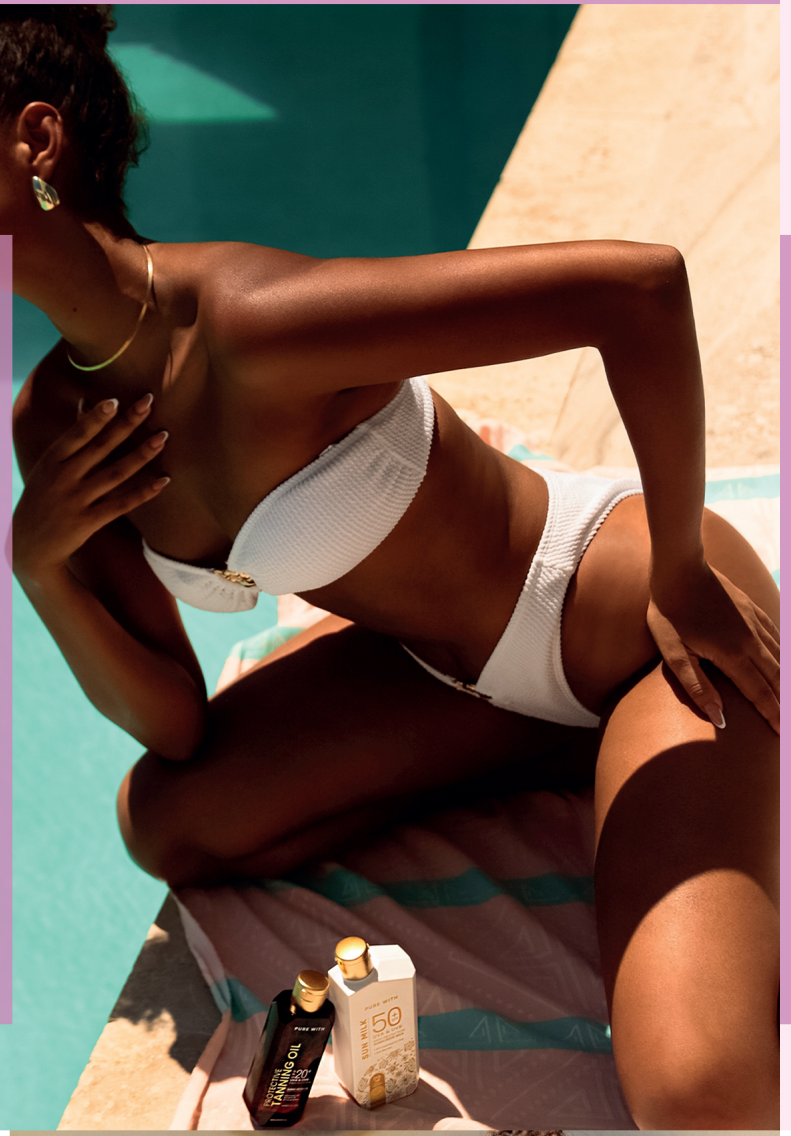
Sun Milk+Tanning Oil

Pure With olarak, doğayı seven ve sağlıklı yaşamı benimseyen kullanıcılarımız için güvenli ve etkili güneş bakımı sunmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Cildinizle bütünleşen bu hafif dokunuşla tanışmaya hazır olun.

Güneş altında her cilt, kendine özgü bir iz bırakır. Biz Pure With olarak, bu izi koruma ve güzelleştirme görevini üstleniyoruz.

Face Milk

Hafif yapısı ve besleyici içeriğiyle cildini anında nemlendirir, yumuşatır ve doğal bir ışıltı kazandırır. Her kullanımda cildin daha parlak, dengeli ve sağlıklı görünür. Doğadan gelen sütli bakım, artık günlük rutinin vazgeçilmezi!



PURE
With

BEAUTY SOFTNESS

TANNING OIL, SUN MILK, FACE MILK, LIP SCRUB,
BODY MILK, SHOWER GEL, BODY SCRUB



Sun Milk+Tanning Oil

Pure With olarak, doğayı seven ve sağlıklı yaşamı benimseyen kullanıcılarımız için güvenli ve etkili güneş bakımı sunmanın mutluluğunu yaşıyoruz. Cildinizle bütünleşen bu hafif dokunuşla tanışmaya hazır olun.

Güneş altında her cilt, kendine özgü bir iz bırakır. Biz Pure With olarak, bu izi koruma ve güzelleştirme görevini üstleniyoruz.

Face Milk

Hafif yapısı ve besleyici içeriğiyle cildini anında nemlendirir, yumuşatır ve doğal bir ışıltı kazandırır. Her kullanımda cildin daha parlak, dengeli ve sağlıklı görünür. Doğadan gelen sütü bakım, artık günlük rutininin vazgeçilmezi!



purewithofficial



www.purewith.com

*Pure ingredients,
real care.*



Ecz. Mehmet Müderrisoğlu
mehmetmuderrisoglu@hotmail.com

MUTLULUĞUMUZ BAKTERİLERİMİZE BAĞLI...

Vücudumuzda bulunan bakterileri tek tek bir halı ilmiği gibi düşünecek olur yan yana sıralayabilirsek iki futbol sahası kadar alanı kaplaya bilirsiniz. Yani bizi biz yapan bakterilerimize iyi baktığımız zaman hem sağlıklı hem de uzun yaşayabiliriz. Bakterilerle olan ilişkimiz öylesine gizemli ki mutluluğumuzun anahtarları dahi bakterilerimizde bulunmaktadır. Gıdaların içeriği ve yanlış beslenme mikrobiyotamızın bozulmasına bu da çeşitli hastalıkların ve rahatsızlıkların yanı sıra mutluluğumuzu bile etkilemekte. Bir başka deyimle iyi yaşamın sırrı faydalı bakterilerin floramızda yaşayabilmeleridir. Flora bütün vücudumuzda ve her yerinde mevcuttur. Bağırsaklar ise floranın yüzde doksanını oluşturan ana yuvadır. Burada hem iyi hem kötü bakteriler vardır. Bağırsak florasında bulunup yararlı faaliyetlerde bulunan mikroorganizmalara Prebiyotik diyoruz. Bağırsaklık sisteminin güçlenmesi ve sağlıklı olması içinse mutlaka probiyotiklerin ve pre biyotiklerin olması gerekmektedir. Vücudumuzun mikrobiyotasını sağlayan en önemli unsur ise yediğimiz gıdalardır. Günümüzde düzensiz ve sağlıksız beslenme nedeniyle bu florayı hızlı ve kolay bir şekilde bozabilmekteyiz. Barsaklardaki faydalı bakteriler sindirimi kolaylaştırıp besin maddelerini emilimini artırır. Vücudumuzun mikrobiyotasını bozan en önemli konunun anti biyotikler olduğunu söylememiz gerekir.

Antibiyotikler bir atom bombası gibi tüketildiğinde hem patojenik hem de faydalı bakterilerin ölmesine neden olurlar ve sistem kendinden çöküme uğrar. Bu durumda bağırsaklardaki bakteri dengesinin bozulmasına DİSBIYOSIS denir. Bağırsak sağlığı en çok kabızlık olarak görülür ve ne yazık ki Türkiye en kabız ülkeler içerisinde Fransa ve Kolombiya'dan sonra üçüncü gelmekteymiş.

Vücudumuz her üç veya altı ayda bir DETOXa tabii tutulmalıdır.

Vücudumuz salgıladığı veya dışa attığı maddeler ile çeşitli hastalık belirtilerinin işaretlerini vermektedir. Önemli olan bu işaretleri anlayabilmek ve ona göre çareler üretebilmektir. Günümüzde mikrobiyotanın sağlığını etkileri her gün daha fazla araştırılmakta ve yeni yeni doğan sorunlar ve çözümleri gözler önüne serilmektedir. AKKERMANSİA probiyotiklerinde adeta bir ölümsüzlük iksiri olmaya aday etkileri olmakta. Sadece oksijensiz ortamlarda yaşayabilen bir bakteri türü olup ayrı olup bağırsaklarda koloni kurarak çoğalmaktalar. Onlar çoğalırlar bizlerde hem daha mutlu ve sağlıklı olabilirken sportif performanslarımız da artmaktadır. Geçen hafta bulunduğum Vitafood fuarında dünyanın geleceği olarak adlandırılan vardı.

Mikrobiyota dostu beslenme nasıl olur?

Somon balığı
Zeytinyağı
Taze biberiye
Tarçın zerdeçal
Siyah çikolata
Keten tohumu
Kuru soğan tüketiniz.

Rahmetli fizyoloji hocam Ord.Prof. Sadi İrmak "yaşınız damarlarınızın yaşı kadardır" derdi. Çok ama çok doğru bir tanım. Dikkat ediniz 20 yaşına kadarki

gençlerde damar sertleşmesi ve kılcal damarlarda tıkanmayı genelde duymazsınız. Nedeni Nitrik Oksid miktarı yirmili yaşlara kadar çok yüksektir ancak 20 40 yaşları arasında tedricen azalır ve 40'ından sonra ya hiç olmaz veya yetersiz oranda olur. Bu nedenle plaklar birbirine yapışır ve kılcal damarları tıkalabilir, damarlarda sertleşme başlar önce varis ve benzeri gibi sorunları görmeye başlarız sonra, sonrası yoktur. İşte bu duruma girmeden tedbirlerinizi almalısınız.

Longevity de kullanılan besin desteklerinde hangi maddeleri aramalıyız?

CYCLOASTRAGENOL
RHODIOLA
ARGİNİN
CİTRULLİN
RESVERATROL
NADH
DRAGOCEPHALUM
CERAMİD

İşte bu durumda önceliğimizi içten gelecek olan gençliğe ve sağlığa sonra da dıştan yapılabilecek katkılara bakmalıyız. Ne eski motora yeni kaporta, ne yeni kaportaya eski motor gerçek gençleşmeyi sağlayamaz. Bu birlikte olunca gerçek genç görünüme ve genç hissetmeye yarar. Günümüzde sayısız "TV veya Sosyal medya kahramanı" ciddi veya ciddiyetsiz bir şekilde akıl karıştırıcı beyanlarda bulunmakta, o nedenle deneyimin, bilim ile buluştuğu beyanlara yer vermemizi rica ederim. Mutlu olduğum bir konu ise yıllardır suskun olan biz eczacıların da artık sosyal medyada boy gösterdiği. Böylece halkımıza ilk elden doğru bilgilerin ulaşması mümkün olabilir. Tabii bunu da söylerken eczanelerimizi ziyaret eden firma temsilcilerinden öğrendiklerini Pubmed gibi saygın literatürlerden destek almaları olacak. Ne de olsa bizler temsilcilerden aldığımız bilgileri nakil etmeye değil, onları doğruladık ve sindirdikten sonra fikirlerimize uygun olan beyanlarımızı paylaşmalıyız.

Tüm takipçilerimize güzel yaz günlerinde dinlenmeleri gelecek olan zorlu kış günlerine enerji ve moral depolamalarını dilerim



ÜRÜN TANITIM

Magnesium Morning

Magnezyum Morning, günlük 250 mg elementel Magnezyum ve 10 mg Vitamin B6 sunan, 2 farklı magnezyum formu (Magnezyum Malat ve Magnezyum Sitrat) içeren zengin içerikli bir takviyedir.

Gündüz kullanımına uygun olarak tasarlanmış olup yetişkinler için sabah ve öğlen yemeklerden

2 saat sonra 1'er tabletin bol su ile içilmesi tavsiye edilir. Magnezyum, yorgunluk ve bitkinliğin azalmasına, normal enerji oluşum metabolizmasına, kas fonksiyonuna ve protein sentezine katkıda bulunur. B6 Vitamini, bağışıklık sisteminin normal fonksiyonuna katkıda bulunur.



E



Magnesium All Day

Magnezyum All Day, günde 250 mg magnezyum desteği sunan, 4 farklı magnezyum formu (Bisglisinat, Malat, L-Treonat, Sitrat) içeren zengin içerikli bir takviyedir. Yoğun yaşam temposunda vücudun temel mineral ihtiyacını karşılamaya yardımcı olmak üzere özel olarak geliştirilmiştir. Yetişkinler için sabah ve akşam,

yemeklerden 2 saat sonra 1'er tabletin bol su ile alınması tavsiye edilir. Magnezyum, yorgunluk ve bitkinliğin azalmasına, normal enerji oluşum metabolizmasına, kas fonksiyonuna ve protein sentezine katkıda bulunur. B6 Vitamini, bağışıklık sisteminin normal fonksiyonuna katkıda bulunur.

VALIDUS SERAMİD, LÖYKOTOMOS EĞRELTOTU, ALOE VERA JELİ VE BUĞDAY EKSTRESİ İÇEREN KAPSÜL TAKVİYE EDİCİ GIDA

Cilt sağlığını içeriden destekleyen Validus Seramid, Aloe Vera ve Löykotomos Eğreltisi İçeren Kapsül Takviye Edici Gıda, cilt bariyerini güçlendirmek ve korumak için özel olarak tasarlanmıştır. Cildin temel koruyucu kalkanı olan seramidler, hücreleri bir arada tutarak cildin nem dengesini korur ve dış etkenlere karşı direncini artırır; böylece cildiniz daha pürüzsüz ve sağlıklı bir görünüme kazanır. Üründe bulunan Polypodium leucotomos (Löykotomos Eğreltisi Ekstresi) ise antioksidan özellikleriyle bilinir ve bilimsel çalışmalarla cilt bariyerinin bütünlüğünü destekleyerek çevresel faktörlere karşı doğal direncini artırmasına katkıda bulunur.



Aloe Vera Jel Ekstresi ve Buğday Ekstresi gibi değerli bileşenlerle zenginleştirilmiş bu formül, cildinizin sağlıklı yapısını ve koruyucu işlevini sürdürmesine yardımcı olur. Günde 2 kapsül yemeklerden sonra alınması

tavsiye edilen bu özel formül, Gluten, Koruyucu, İlave Şeker ve Laktoz içermez. Cildinizin doğal bariyerini desteklemek ve sağlıklı ışıltısını korumak için günlük rutininize Validus Seramid, Aloe Vera ve Löykotomos Eğreltisi İçeren Kapsül Takviye Edici Gıda'yı ekleyebilirsiniz. Cilt bariyeri fonksiyonu üzerine seramidlerin ve löykotomos eğreltisi rolü hakkında daha fazla bilgi için bilimsel literatürü inceleyebilirsiniz:

Magnesium Night

Magnezyum Night, günlük 250 mg elementel Magnezyum ve 10 mg Vitamin B6 sunan, hammadde (Magnezyum Bisglisinat) içeren zengin içerikli bir takviyedir. Gece kullanımına uygun olarak tasarlanmış olup yetişkinler için gece yatmadan 2 saat önce 2'şer tabletin bol su ile içilmesi tavsiye edilir. Magnezyum, yorgunluk ve bitkinliğin azalmasına, normal enerji oluşum metabolizmasına, kas fonksiyonuna ve protein sentezine katkıda bulunur. B6 Vitamini, bağışıklık sisteminin normal fonksiyonuna katkıda bulunur.





Esra Eroğlu Özkan
Doç. Dr., İstanbul Üniversitesi, Eczacılık
Fakültesi, Farmakognozi ABD.



Ömerül Faruk Tavlı
Dr. Öğretim Üyesi, Biruni Üniversitesi,
Eczacılık Fakültesi, Farmakognozi ABD.

DEPRESYONLA MÜCADELEDE SARI KANTARONUN (HYPERICUM PERFORATUM) KLİNİK ETKİNLİĞİ

Depresyon, yaşam kalitesini düşüren ve oldukça yaygın görülen bir ruh sağlığı bozukluğudur¹. Ülkemizde ve dünyada sağlık sistemi üzerine önemli bir yük getiren depresyonun 2030 yılına kadar küresel hastalık yükü açısından ilk üç sırada yer alacağı öngörülmektedir^{2,3}. Depresyon nedeniyle kaybolan iş gücü maliyeti 1,15 trilyon ABD Doları olarak belirlenmiş olup bu rakamın 2030'a kadar üç katına çıkacağı tahmin edilmektedir³. Depresyon tedavisinde, monoamin hipotezine dayalı ajanlar olarak trisiklik antidepresanlar (TCA), monoamin oksidaz inhibitörleri (MAO inhibitörleri), selektif serotonin geri alım inhibitörleri (SSRI) ve serotonin-noradrenalin geri alım inhibitörleri (SNRI) kullanılmaktadır⁴. Ancak bu ilaçlar, sınırlı etkililik, terapötik etkinin geç başlaması ve cinsel işlev bozuklukları, kilo değişiklikleri ile gastrointestinal rahatsızlıklar gibi yan etkiler nedeniyle hasta uyumunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir⁵. Son yıllarda tamamlayıcı fitoterapötik ajanlara olan ilginin artmasıyla birlikte, klasik antidepresanlarla klinik olarak karşılaştırılan ve daha düşük yan etki profiline sahip standardize Hypericum perforatum ekstreleri dikkat çekmektedir⁶⁻⁸. H. perforatum, Hypericaceae familyasına ait çok yıllık bir bitkidir ve Kuzey Yarımküre'nin ılıman bölgelerinde doğal olarak yetişir. Bu bitki, parlak sarı çiçekleri ve zengin sekonder metabolit içeriğine işaret eden karakteristik siyahımsı kahverengi salgı bezleriyle tanınmaktadır⁹. Kaynaklar, Hypericum

perforatum'un melankoli, huzursuzluk ve diğer ruhsal dengesizliklerin giderilmesinde 1000 yılı aşkın süredir kullanıldığını göstermektedir. Paracelsus'un önerilerini 1630'da Angelo Sala klinik uygulamaya aktarmış; bitki 1618'de London Pharmacopoeia'ye girmiştir^{7,10}. 20. yüzyıl ortalarında popülerliği azalsa da 1984'te Alman Komisyon E, psikiyatrik rahatsızlıklarda bitkinin kullanımını onaylamıştır. Takip eden klinik çalışmalar, hafif ve orta şiddetli depresyonda bitkinin çiçekli toprak üstü kısımlarının hidroalkolik ekstrelerin etkinliğini göstermiş; 1990'ların sonunda Almanya'da depresyon reçetelerinin %25'inde standardize H. perforatum preparatları tercih edilmiştir¹⁰. 2008'de Avrupa İlaç Ajansı (EMA) Bitkisel Tıbbi Ürünler Komitesi (HMPC), pozitif klinik bulguları resmi olarak onaylamıştır^{11,12}. Klinik çalışmalar ve meta-analizler, standardize Hypericum perforatum ekstrelerinin konvansiyonel antidepresanlarla karşılaştırılabilir düzeyde terapötik etki sağlayabildiğini ortaya koymuştur¹³. Özellikle hafif ve orta şiddetli depresyonun ilk basamak tedavisinde, Almanya başta olmak üzere birçok Avrupa ülkesinde yaygın olarak reçetelenmesi, bu bitkinin klinik önemini açıkça göstermektedir. H. perforatum'un eczacılık pratiğindeki yeri, etki mekanizması, klinik etkinliği, güvenlik profili ve ilaç etkileşim potansiyeli açısından kapsamlı bir bilgi birikimi gerektirmektedir¹⁴.

Sarı kantaronun farmakolojik etkilerinden, başta hiperforin, hiperisin, psödohiperisin ve çeşitli flavonoidler olmak üzere, karakteristik sekonder metabolitleri sorumludur¹⁵. İlk dönemlerde antidepresan etkinliğin monoamin oksidaz (MAO) inhibisyonu ile ilişkili olduğu düşünülse de, daha güncel çalışmalar hiperforinin serotonin, noradrenalin, dopamin, GABA ve L-glutamatın geri alımını güçlü bir şekilde inhibe ettiğini ortaya koymuştur¹⁶. Ayrıca, oligomerik prosiyanidinlerin bu nörotransmitterlerin sinaptosomal geri alımını zayıf ila orta düzeyde baskılayarak sinerjik etki gösterdiği bildirilmiştir¹⁷. Hiperisin ve flavon aglikonlarının MAO-A üzerinde kısmi inhibitör etkileri olduğu da belirtilmiştir. Bununla birlikte, H. perforatum'un antidepresan etkisi tek bir bileşiğe indirgenememekte; iyon kanallarının modülasyonu, kalmodulin bağımlı sinyal iletimi ve β -adrenerjik reseptörlerin aşağı-regülasyonu gibi çoklu mekanizmalar bu etkinliğe katkı sunmaktadır¹⁸⁻²⁰. Ancak, bu etkili sekonder bileşiklerin miktarları; bitkinin yetiştiği coğrafi bölge, hasat zamanı ve uygulanan ekstraksiyon yöntemleri gibi faktörlerden önemli ölçüde etkilenmektedir¹⁴. Bu nedenle, klinik uygulamalarda terapötik tutarlılık ve güvenliği sağlamak amacıyla kullanılan ekstrelerin genellikle hiperisin ve hiperforin içeriği esas alınarak standardize edilmesi gereklidir²¹.

Standardize *Hypericum perforatum* ekstreleri, birden fazla biyolojik yolu eşzamanlı olarak modüle ederek geniş kapsamlı bir farmakolojik etki profili sergilemektedir. Serotonerjik ve non-serotonerjik yolları birlikte hedef alması, bu bitkiyi birçok sentetik antidepresandan ayıran temel özelliklerden biridir²². Bu çok yönlü etki mekanizması, klinikte sıklıkla karşılaşılan heterojen depresif semptomları daha düşük yan etki profiliyle yönetme potansiyeli sunmakta ve gözlemlenen antidepresan etkinin bilimsel altyapısını oluşturmaktadır²³. Hafif ve orta şiddette depresyonu olan hastalarda *Hypericum perforatum*'un terapötik etkinliğini inceleyen çok sayıda randomize kontrollü çalışma mevcuttur; bu çalışmaların bir kısmı doğrudan SSRI'larla karşılaştırmalı olarak yürütülmüştür²⁴. Majör depresif bozukluğu olan bireylerde sekiz haftalık bir çalışmada *H. perforatum* tedavisi, Hamilton Depresyon Ölçeği puanlarında anlamlı bir düşüş sağlamıştır¹³. Minör depresyonu hedefleyen başka bir çalışmada ise, düşük doz sitalopram ile benzer düzeyde klinik iyileşme göstermiştir²⁵. Bu bulguları bir araya getiren meta-analizler, *H. perforatum*'un ruh halini iyileştirme potansiyelini ve geleneksel antidepresanlara kıyasla daha az advers etkiye yol açtığını doğrulamaktadır²⁶. Yan etkilerin daha az görülmesi, hastaların tedaviye uyumunu artıran önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır⁶. Ancak, mevcut çalışmaların büyük bölümü dört ila on iki haftalık sürelerle sınırlı olduğundan, uzun dönem etkinlik ve güvenlik verileri halen yetersizdir²⁷. Yine de, standardize dozlarda kullanıldığında *H. perforatum*'un SSRI'larla karşılaştırılabilir terapötik fayda sağladığı görülmekte; bu da eczacılık pratiğinde tedavi seçimlerini yönlendirmede önemli bir temel oluşturmaktadır²⁸. Uzun dönem güvenilirlik verileri henüz netleşmemiş olsa da, Avrupa ve Kuzey Amerika'da devam eden 12–18 aylık faz IV gözlemsel kohort çalışmalarının, kronik kullanım ve doz ayarlamasına ilişkin bilgi eksikliklerini gidermesi beklenmektedir^{29, 30}.

eczacı TEMMUZ 2025

Standardize *H. perforatum* ekstreleri; tablet, kapsül ve sıvı formülasyonlar gibi çeşitli farmasötik formlarda geliştirilmiştir^{31, 32}. Bu preparatlarda yer alan hiperforin gibi majör bileşikler ışığa, ısıya ve oksijene karşı oldukça hassastır. Bu nedenle, ürünlerin uygun koşullarda saklanması terapötik etkinliğin ve bileşik stabilitesinin korunması açısından kritik önem taşır³³. Partiler arası içerik tutarlılığı, hem tedavi etkinliğinin hem de güvenlik profilinin korunması açısından zorunludur³⁴. Bu noktada eczacılar; doğru ürün seçiminde, potansiyel ilaç–ilaç etkileşimleri konusunda hasta danışmanlığında ve standardize edilmemiş ürünlerin taşıdığı riskler hakkında bilgilendirmede önemli bir rol üstlenmektedir³⁵. Hafif ve orta şiddetteki depresyon tedavisinde etkili ve genellikle iyi tolere edilen bir bitkisel antidepresan olan *Hypericum perforatum*'un standardize ekstreleri, CYP3A4, CYP2C9, CYP2C19 gibi ilaç metabolize eden enzimler ile P-glikoprotein taşıyıcı sistemi üzerinden gösterdiği farmakokinetik etkileşimler nedeniyle dikkatli bir klinik yaklaşım gerektirmektedir³⁶. Oral kontraseptifler, varfarin, antiepileptikler, immünsupresanlar ve dar terapötik aralığa sahip ilaçlarla birlikte kullanımı ciddi ilaç etkileşimlerine yol açabilir³⁷. *H. perforatum* preparatlarının bazı advers etkilere neden olabileceği göz ardı edilmemelidir. Fototoksikite, özellikle hiperisin içeriği yüksek ürünlerde bir risk oluşturmaktadır³⁸. Bunun yanı sıra, gastrointestinal rahatsızlıklar, ağız kuruluğu, baş ağrısı, anksiyete ve nadir durumlarda serotonin sendromu gibi istenmeyen etkiler de bildirilmiştir⁶. Hiperforin içeriği yüksek ekstrelerin ilaç metabolizmasını hızlandırma potansiyeli taşıması nedeniyle, ürün standardizasyonu ve bireyselleştirilmiş dozajlama yaklaşımı klinik uygulamalarda büyük önem taşımaktadır¹³. Önerilen günlük doz genellikle 300–900 mg arasında olup, bu miktar gün içine bölünerek üç doz halinde hergün aynı saatlerde olacak şekilde

uygulanmaktadır³⁹. Avrupa İlaç Ajansı Bitkisel Tıbbi Ürünler Komitesi (HMPC) monografına göre, standardize preparatlar için hedef günlük doz, toplamda 2–6 mg hiperisin olacak şekilde belirlenmiştir. Bu miktar, genellikle %0,3 hiperisin içeren 300 mg standardize kuru ekstrenin günde 2–3 kez uygulanmasıyla sağlanmaktadır²¹. Uzun süreli *H. perforatum* kullanımıyla birlikte karaciğer enzim aktivitesinde değişiklikler bildirilmiş olup, bu nedenle karaciğer fonksiyonlarının periyodik olarak izlenmesi önerilmektedir⁴⁰. NICE 2022 (National Institute for Health and Care Excellence 2022) kılavuzu, etkinlik ve güvenliğe ilişkin yeterli kanıt bulunmaması nedeniyle 18 yaş altı bireylerde *H. perforatum* kullanımını önermemektedir. Gebelik ve laktasyon dönemlerinde, teratojenik etkilere dair verilerin sınırlı olması ve ilaç–ilaç etkileşim potansiyelinin yüksekliği nedeniyle kullanım kontrendike kabul edilmektedir. Ayrıca, bipolar bozukluğu olan bireylerde mani epizodunu tetikleyebileceği bildirilmiş olup, bu hasta grubunda kullanımından kesinlikle kaçınılmalıdır^{41, 42}. Eczacılar; uygun ürün seçimi, potansiyel ilaç etkileşimlerinin değerlendirilmesi, doğru dozaj ayarlamaları ve etkili hasta danışmanlığı süreçlerinde aktif rol üstlenmelidir. Özellikle reçetesiz *H. perforatum* preparatlarının kullanımında, farmakovijilans uygulamalarının titizlikle yürütülmesi büyük önem taşımaktadır. Bu bitkinin klinik kullanıma güvenli ve etkili biçimde entegre edilebilmesi, bireyselleştirilmiş tedavi yaklaşımları, standardize ürün tercihi, düzenli hasta izlem süreçleri ve güncel bilimsel literatürün yakından takibiyle mümkün olmaktadır. Tüm bu veriler ışığında, *H. perforatum* standardize ekstreleri, dikkatli hasta seçimi ve eczacı rehberliğinde kullanıldığında, depresyonun yönetiminde bilimsel temelli, güvenli ve etkili bir fitoterapötik seçenek olarak değerlendirilmektedir.



KAYNAKÇA

1. Nobakht SZ, Akaberi M, Mohammadpour AH, Moghadam AT, Emami SA. Hypericum perforatum: Traditional uses, clinical trials, and drug interactions. *Iranian journal of basic medical sciences*. 2022;25(9):1045.
2. Xie Y, Wu Z, Sun L, et al. The effects and mechanisms of exercise on the treatment of depression. *Frontiers in Psychiatry*. 2021; 12:705559. doi:10.3389/fpsy.2021.705559
3. Mathers CD, Loncar D. Projections of Global Mortality and Burden of Disease from 2002 to 2030. *PLoS Medicine*. 2006;3(11):e442. doi:10.1371/journal.pmed.0030442
4. Papp M, Cubala WJ, Swiecicki L, Newman-Tancredi A, Willner P. Perspectives for therapy of treatment-resistant depression. *British Journal of Pharmacology*. 2022;179(17):4181–4200. doi:10.1111/bph.15596
5. Wang SM, Han C, Bahk WM, et al. Addressing the Side Effects of Contemporary Antidepressant Drugs: A Comprehensive Review. *Chonnam Medical Journal*. 2018;54(2):101. doi:10.4068/cmj.2018.54.2.101
6. Öz M. Hypericum perforatum'un Depresyon Tedavisi Üzerine Etkisi: Bir Gözden Geçirme. *Geleneksel ve Tamamlayıcı Anadolu Tıbbi Dergisi*. 2021;3(2):12-19.
7. Ersoy E, Eroglu Ozkan E. Hypericum perforatum (St John's Wort) for Depression Treatment from Past to Present-What Do We Know? *Journal of Literature Pharmacy Sciences*. 2020;9(2):137-148. doi:10.5336/pharmsci.2019-72764
8. Ötero MC, Ceric F, Miranda-Rojas S, et al. Documentary Analysis of Hypericum perforatum (St. John's Wort) and Its Effect on Depressive Disorders. *Pharmaceuticals*. 2024;17(12):1625. doi:10.3390/ph17121625
9. Mutlubaş H, Özdemir ZÖ. "Hypericum perforatum'un Geleneksel Tıp Alanındaki Uygulamaları". *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbi Dergisi*. 2020;1(3):10-22.
10. Müller WE. Introduction and historical overview. *St John's Wort and its Active Principles in Depression and Anxiety*. Birkhäuser Basel; Berlin, 2005:1-4.
11. EMEA. Superseded community herbal monograph on Hypericum perforatum L., herba (well-established medicinal use). *European Medicines Agency Evaluation of Medicines for Human Use (EMA)*. Accessed 08/06/2025, 2025. https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-report/superseded-community-herbal-monograph-hypericum-perforatum-l-herba-well-established-medicinal-use_en.pdf
12. EMEA. Draft Assessment Report Hypericum Perforatum L., Herba *European Medicines Agency Evaluation of Medicines for Human Use (EMA)*. Accessed 08/06/2025, 2025. https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-report/draft-assessment-report-hypericum-perforatum-l-herba-first-version_en.pdf
13. National Institute of Mental Health (NIMH). A Placebo Controlled Clinical Trial of a Standardized Extract of Hypericum perforatum in Major Depressive Disorder. *clinicaltrials.gov*; 2014. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT00005013>
14. Tavlı ÖF. Pharmacognosic Research on Some Hypericum Species Growing in Türkiye. PhD Thesis, İstanbul University; 2024.
15. Mullaicharam A, Halligudi N. St John's Wort (Hypericum perforatum L.): A Review of its Chemistry, Pharmacology and Clinical properties. *International Journal of Research In Phytochemical And Pharmacological Sciences*. 2018;1(1):5-11. doi:10.33974/ijrpps.v1i1.7
16. Chatterjee SS, Bhattacharya SK, Wonnemann M, Singer A, Muller WE. Hyperforin as a possible antidepressant component of Hypericum extracts. *Life Sciences*. 1998;63(6):499-510. doi:10.1016/s0024-3205(98)00299-9
17. Wonnemann M, Singer A, Siebert B, WE. Evaluation of synaptosomal uptake inhibition of most relevant constituents of St. John's wort. *Pharmacopsychiatry*. 2001;34 Suppl 1:S148-51. doi:10.1055/s-2001-15465
18. Fisunov A, Lozovaya N, Tsintsadze T, Chatterjee S, Nöldner M, Krishtal O. Hyperforin modulates gating of P-type Ca²⁺ current in cerebellar Purkinje neurons. *Pflügers Archiv – European Journal of Physiology*. 2000;440(3):427–434. doi:10.1007/s004240000306
19. Krishtal O, Lozovaya N, Fisunov A, et al. Modulation of ion channels in rat neurons by the constituents of Hypericum perforatum. *Pharmacopsychiatry*. 2001;34 Suppl 1:S74-82. doi:10.1055/s-2001-15510
20. Müller WE, Rolli M, Schäfer C, Hafner U. Effects of Hypericum extract (LI 160) in biochemical models of antidepressant activity. *Pharmacopsychiatry*. 1997;30 Suppl 2:102-107. doi:10.1055/s-2007-979528
21. EMEA. Final assessment report on Hypericum perforatum L., herba - Revision 1. *European Medicines Agency Evaluation of Medicines for Human Use (EMA)*. Accessed 08/06/2025, 2025. https://www.ema.europa.eu/en/documents/herbal-report/final-assessment-report-hypericum-perforatum-l-herba-revision-1_en.pdf
22. Ötero MC, Ceric F, Miranda-Rojas S, et al. Documentary Analysis of Hypericum perforatum (St. John's Wort) and Its Effect on Depressive Disorders. *Pharmaceuticals*. 2024;17(12):1625. doi:10.3390/ph17121625
23. Saroya AS, Singh J. Neuropharmacology of Genus Hypericum: Hypericin and Hyperforin. In: Saroya AS, Singh J, eds. *Pharmacotherapeutic Potential of Natural Products in Neurological Disorders*. Springer; 2018:17-41. doi:10.1007/978-981-13-0289-3_3
24. Wake Forest University Health Sciences. A Phase III Double-Blind Randomized Trial Comparing Sertraline (Zoloft) And Hypericum perforatum (St. John's Wort) In Cancer Patients With Mild To Moderate Depression. *clinicaltrials.gov*; 2021. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT00066859>
25. Nierenberg AA. Pharmacotherapy for Minor Depression. *clinicaltrials.gov*; 2018. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT00048815>
26. Zarak N, Shafee M, Soltani G, Mirzaei M, Sahebkar A. Hypericum perforatum in the treatment of psychiatric and neurodegenerative disorders: Current evidence and potential mechanisms of action. *Journal of cellular physiology*. 2019;234(6):8496-8508. doi:10.1002/jcp.27781
27. The University of Queensland. St. John's Wort And Kava In The Treatment Of Major Depressive Disorder With Comorbid Anxiety. *clinicaltrials.gov*; 2008. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT00451516>
28. Cassella-med GmbH & Co. KG. St. John's Wort Extract LI 160 for the Treatment of a typical Depression. *ClinicalTrials.gov*. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT00861978>
29. Brattström A. Long-term effects of St. John's Wort (Hypericum perforatum) treatment: a 1-year safety study in mild to moderate depression. *Phytomedicine*. 2009;16(4):277-283. doi:10.1016/j.phymed.2008.12.023
30. Ceres Heilmittel AG. Observational Study of the Efficacy and Tolerability of Low-Dose Phytotherapy Using the Example of St John's Wort (Hypericum perforatum). *clinicaltrials.gov*; 2022. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT05477472>
31. Barnes J, Anderson LA, Phillipson JD. St John's Wort (Hypericum perforatum L.): a review of its chemistry, pharmacology and clinical properties. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*. 2001;53(5):583-600. doi:10.1211/0022357011775910
32. Wurglics M, Schubert-Zsilavecz M. Hypericum perforatum: A 'modern' herbal antidepressant. *Clinical Pharmacokinetics*. 2006;45(5):449–468. doi:10.2165/00003088-200645050-00002
33. Nahrstedt A, Butterweck V. Lessons learned from herbal medicinal products: the example of St. John's Wort. *Journal of Natural Products*. 2010;73(5):1015-1021. doi:10.1021/np1000329
34. Butterweck V. Mechanism of action of St John's Wort in depression: what is known? *CNS Drugs*. 2003;17(8):539-562. doi:10.2165/00023210-200317080-00001
35. Izzo AA. Drug interactions with St. John's Wort (Hypericum perforatum): a review of the clinical evidence. *International journal of clinical pharmacology and therapeutics*. 2004;42(3):139-148. doi:10.5414/CPP42139
36. Mikus G. Influence of Cytochrome P450 3A4 (CYP3A4)-Induction by St. John's Wort (SJW) on the Steady State Pharmacokinetics of Bosentan. *clinicaltrials.gov*; 2017. Accessed July 9, 2025. <https://clinicaltrials.gov/study/NCT01258504>
37. Şengül F, Çakır M, Öztürk B, Çakmak A, Vatansev H. Sarı Kantaron'a dair hypericum perforatum L.): Morfoloji, etki mekanizmaları, aktivite, yan etkileri ve ilaç etkileşimlerinin incelenmesi. *Journal of Natural and Life Sciences Medicine*. 2021;3(1):1–37.
38. Sarı, Ö. (2018). Bursa ilinde aktarlarda satılan tıbbi bitkilerin fotosensitivite yönünden değerlendirilmesi. *Yayınlanmamış yüksek lisans tezi*. Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
39. St. John's Wort. In: *Mother To Baby I Fact Sheets*. Organization of Teratology Information Specialists (OTIS); 1994. Accessed July 9, 2025. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK582958/>
40. Moore LB, Goodwin B, Jones SA, et al. St. John's wort induces hepatic drug metabolism through activation of the pregnane X receptor. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*. 2000;97(13):7500–7502. doi:10.1073/pnas.130155097
41. Depression in adults: treatment and management | Guidance | NICE. June 29, 2022. Accessed July 9, 2025. <https://www.nice.org.uk/guidance/ng2202>
42. Depression in adults: recognition and management | Guidance | NICE. October 28, 2009. Accessed July 9, 2025. <https://www.nice.org.uk/guidance/cg90>



SURDER
SAĞLIK ÜRÜNLERİ DERNEĞİ

— 2025 —

4.KOZMETİK ZİRVESİ

09 – 10 EKİM
SELECTUM CITY – ATAŞEHİR

Bilinçli Güzellik, Güvenli Kozmetik

www.kozmetikzirvesi.com



SURDER
SAĞLIK ÜRÜNLERİ DERNEĞİ

E

AEMotion'dan motosiklet tarzı kullanım sunan kompakt şehir aracı

AEMotion tarafından tasarlanan ve motosiklet tarzı kullanım sunan kompakt şehir aracı, bu yıl bitmeden yollara çıkarılacak. Dönüşlerde yatabildiği için motosiklet tarzı bir kullanım sunan dört tekerlekli model, iki kişilik olarak tasarlanmış. Tamamen elektrikli altyapıyı benimseyen modelin 79 cm'lik gövde genişliği bulunuyor. Şirketin iddiasına göre direksiyon yerine gidon ile kontrol edilen araç tam dolu

batarya ile 200 km menzil sunabiliyor. Ayrıca 70 km menzil sunan değiştirilebilir bataryalı bir versiyon da bulunuyor. Genel olarak modern bir çizgisi bulunan model, şirketin resmi verilerine göre 35 dereceye kadar yatabiliyor ve 115 km/s hıza ulaşabiliyor. Toplam ağırlığı 230 kg, gövde boyutu ise 235 x 79 x 171 cm olarak açıklanan modelin arka koltuğu katlandığında hatırı sayılır bir bagaj alanı elde edilebiliyor.



HUAWEI MatePad Pro 12.2 üst düzey yazılım desteklerini bir araya getiriyor



Yeni HUAWEI MatePad Pro 12.2, Türkiye'de satışa çıkarıldı. Modelin tavsiye edilen satış fiyatı 34 bin 999 lira olarak belirlendi. Markanın bugüne kadarki en gelişmiş tabletlerinden biri olan bu model, özellikle mobil profesyoneller, yaratıcı bireyler, eğitim dünyasının paydaşları ve teknolojiye tutkulu gençler için ideal bir çözüm sunuyor. İş hayatında hız ve esneklik isteyenler için güçlü donanım özelliklerini, yaratıcı projelerde detay ve kontrol arayanlar için ise

üst düzey yazılım desteklerini bir araya getiriyor. HUAWEI MatePad Pro 12.2 inç 2025, teknoloji dünyasında çitayı bir üst seviyeye taşıyan özellikleriyle dikkat çekiyor. Endüstri lideri Tandem OLED ekran, gelişmiş Glide Keyboard, yepyeni GoPaint uygulaması ve ultra duyarlı M-Pencil 3. nesil kalem ile tablet artık sadece bir cihaz değil, üretkenliğin ve hayal gücünün sınırlarını aşan bir deneyim platformu haline geliyor.

70 saat pil ömrü sunan kablosuz kulaklık: JBL Tour One M3

JBL Tour One M3 modeli Türkiye'de satışa sunuldu. Kafa takıp özellikli JBL Spatial Sound, yeni nesil 3D ses teknolojisi, en gelişmiş aktif gürültü engelleme 2.0, akıllı kontrol ve Auracast desteği gibi özellikler kulaklıkta yer alıyor. "Hi-Res Audio" sertifikalı bu kulaklıklar, "LDAC codec" desteği ile standart Bluetooth'a göre 3 kat daha fazla veri aktararak stüdyo kalitesinde ses sunuyor. USB-C ve 3.5mm bağlantı seçeneklerine sahip olan kulaklıkta JBL Spatial 360 özelliği yer alıyor. Bu özellik müzik, film ve oyun modları

için optimize edilmiş gerçekçi ve sarmal (immersive) bir ses deneyimi yaşanmasını sağlıyor. Entegre kafa takıp sistemi, sesleri kafanızın dışında sabit bir noktadan geliyormuş gibi konumlandırarak sinema salonu etkisi yaratıyor. 8 mikrofona "Akıllı ANC 2.0 teknolojisi", çevresel gürültüyü gerçek zamanlı olarak analiz

ederek yüzde 95'e varan engelleme performansı sunuyor. Kulaklığın "Ambient Aware" ve "TalkThru" özellikleri ise dış dünyayla iletişimde kalınmasına olanak tanıyor.



Honda'dan elektrikli kargo bisikleti

resmi açıklamaya göre iki farklı boyutta pazara sunulacak. Büyük boyutlu modelin 295 kg, küçük boyutlu modelin ise 145 kg yük taşıma kapasitesine sahip

Dünyanın en büyük otomobil üreticilerinden Honda, bu sefer büyük bir elektrikli kargo bisikleti hazırladı. Honda tarafından kurulan yeni mikromobilité şirketi Fastport, "eQuad" adı verilen dört tekerlekli elektrikli kargo bisikletiyle dikkat çekti. Kısa mesafeli teslimat ihtiyaçlarına yönelik hazırlanan eQuad,

olacağı belirtiliyor. 20 km/s hıza çıkabildiği açıklanan aracın büyük versiyonu, tam yük altında 37 km pedal destekli menzil vad ediyor. Hızlı batarya değişimine izin veren ürün, ilk aşamada ABD ve Avrupa'da satışa sunulacak. eQuad'ın teslimatlarına ise yıl sonunda başlanacak.

Roborock Saros 10R 108 farklı engeli tanıyor

Roborock Saros 10R modeli Türkiye'de satışa sunuldu. Sadece 7,98 cm'lik ultra ince yapısıyla dikkat çeken robot süpürge gelişmiş yapay zekâ destekli navigasyon sistemi ve yükseklik ayarlı gövdesiyle de göze çarpıyor. Saros 10R, Roborock'un şimdiye kadarki en gelişmiş navigasyon sistemi olan StarSight Otonom Sistem 2.0 ile geliyor. Geleneksel LDS lazer modülleri yerine, 3D ToF sensörler ve AI destekli RGB kamera kullanarak ortamın detaylı bir 3D haritasını çıkarıyor. Bu yeni sistem, LDS'e kıyasla 21 kat daha yüksek örnekleme yaparak, evin içinde daha hassas konumlama ve engel algılama sağlıyor. Ayrıca yapay zekâ algoritmaları sayesinde çorap, oyuncak, kablo gibi 108 farklı engeli tanıyarak çarpışmaları minimuma indiriyor. Saros 10R,

özellikle açıkta kalan kablolar ve girintili çıkıntılı duvarlar gibi temizlikte zorlayıcı alanlarda fark yaratıyor. Yeni geliştirilen VertiBeam teknolojisi, robotun hem yatay hem dikey düzlemleri çok daha geniş bir açıyla algılamasını sağlıyor. Bu sayede, cihaz çevresindeki karmaşık alanlarda daha az çarpışmayla daha etkili temizlik sunuyor.



OPPO Find N5 sağlamlığıyla dayanıklılığıyla çekiyor

OPPO Find N5, 120 bin lira fiyat etiketiyle (16 GB RAM + 512 GB depolamalı sürümü için) Türkiye'de satışa sunuldu. Cihaz hakkında yaptığı açıklamada OPPO Türkiye şunları aktardı: "Kapalı haldeyken yalnızca 8,93 mm kalınlığında ve 229 gram ağırlığında olan OPPO Find N5, Kozmos Halkası adı verilen dikkat çekici tasarımı ile Kozmik Siyah ve Puslu Beyaz olmak üzere iki renk seçeneğiyle zarif ve aerodinamik bir estetik sunuyor. Dünyanın IPX9 sertifikasına sahip ilk katlanabilir telefonu olan OPPO Find N5, yüksek sıcaklıktaki su jetlerine karşı dahi üstün dayanıklılık sunuyor. OPPO'nun geliştirdiği Zırh Kalkanı teknolojisi, gövdeyi önceki nesle göre %30 daha sağlam hale getirirken; kapak ekranı da %20'ye kadar artırılmış

düşme direnci sağlıyor. Yeni nesil Esnek Titanyum Menteşe, önceki modele kıyasla yüzde 26 daha kompakt ve %36 daha dayanıklı bir yapıya sahip. Bu gelişmiş menteşe sistemi, 5. sınıf titanyum alaşımı ve Ultra Yüksek Mukavemetli Çelik (UHSS) gibi ileri düzey malzemelerle üretilerek hem hafiflik hem de dayanıklılık sunuyor. Ayrıca Find N5, TÜV Rheinland tarafından verilen Güvenilir Katlanma Sertifikası ile de dayanıklılığını kanıtlıyor."



Yeni Nissan Leaf tamamen elektrikli altyapıyı temel alıyor

Üçüncü nesil yeni Nissan Leaf, modern tasarımıyla dikkatleri üzerine çekiyor. Tamamen elektrikli altyapıyı temel alan yeni Nissan Leaf, herkese hitap etmeyecek fütüristik bir tasarım çizgisini benimsiyor. Teknik olarak baktığımızda aracın giriş seviyesi versiyonunda 52 kWh batarya ile 174 beygir güç ve 345 Nm tork üreten elektrik motoru bir araya getiriliyor. Üst versiyonda ise 75 kWh kapasiteli batarya ile 214 beygir güç ve 355 Nm tork üreten elektrik

motoru kullanılıyor. 75 kWh bataryalı sürüm için 488 km menzil açıklayan şirket, uygun şarj istasyonlarında modele 14 dakikada 250 km menzil eklenebildiğini ifade ediyor. 2010 yılında piyasaya sürülmesinden bu yana dünya çapında yaklaşık 700 bin Leaf sattığını açıklayan Nissan, yeni versiyonda çift ekranlı modern bir konsola yer veriyor. Vitesler için ayrı ayrı fiziksel tuşlar kullanan şirket, üst versiyonda koltuk kafalığına Bose ses sistemi entegre ediyor.

Yeni Audi Q3 25 bin 600 mikro LED'den oluşan far

Yeni Audi Q3 resmi olarak görülmeye çıkarıldı. Arka tasarımı farklı yorumlar alan yeni Audi Q3, keskin hatların tercih edildiği iddialı bir ön yüze sahip. 25 bin 600 mikro LED'den oluşan Matrix LED far sistemiyle öne çıkan model, şirketin artık standartlaşan çift ekranlı konsol tasarımını benimsiyor. Vites seçicisi direksiyonunun arkasında yer alan araç, en altta 1.5 litrelik turbo destekli benzinli motorla sunuluyor. 148 beygir güç üreten dört silindireli ünite, ihtiyaç olmadığında iki silindire kapatarak yakıt

tasarrufu sağlayabiliyor. Araç ayrıca 261 beygir güç üreten 2.0 litrelik dört silindireli benzinli motor (Quattro sistemiyle) veya 148 beygir güç sunan 2.0 litrelik dizel motorla da alınabilecek. 1.5 litrelik benzinli motor, 25,7 kWh batarya ve elektrik motorunu bir araya getiren Q3 e-hibrid ise 268 beygir güç ve 400 Nm tork üreten. Bu plug-in hibrit versiyon, tamamen elektrikli olarak 120 km yol kat edebiliyor. Yedi vitesli S Tronic şanzımanın kullanıldığı yeni Q3, Avrupa'da 44 bin 600 euro başlangıç fiyatına sahip.



E



HER ŞEYİN BAŞI MERKÜR

Yönetmen: Ali Balcı

Senaryo: Ayşe Balıbey Tanıl

Oyuncular: Sinem Kobal, Seyit Alp Navruz, Devrim Yakut

Türü: Komedi

Platform: Netflix

Her Şeyin Başı Merkür, mesleğini başarıyla yerine getirmeye çalışan genç bir kadının hikâyesini konu ediyor. Elif, gazetecilik bölümünden dereceyle mezun olan genç bir kadındır. Ancak üniversitedeki başarısına rağmen istediği işi bir türlü bulamaz. Bir gazetenin astroloji yazarı olarak işe başlayan Elif, burçlarla bir ilgisi olmasa da mesleğini yapmaya çalışır. Hayran olduğu bir gazeteci ile aynı gazetede çalıştığını öğrendiğinde daha da motive olan Elif, bu sırada kendisini meslektaşı Fırat ile zorlu bir rekabetin içerisinde bulur. Elif hiç beklediği maceralar yaşarken, astroloji onun rehberi olur.

<https://www.youtube.com/watch?v=OkpZ4GhOAY8>



ŞIMARIK

Yönetmen: Onur Ünlü

Senaryo: Onur Ünlü, Murat Dişli

Oyuncular: Kerem Bursin, Ahmet Mümtaz Taylan, Erkan Kolçak Köstendil

Türü: Komedi

Platform: Netflix

Şımarık, babasının verdiği ceza sonucunda kendini 16. yüzyıl Osmanlı İmparatorluğu'nda bulan bir adamın hikâyesini konu ediyor. Mete, zengin bir babanın kurnasız, sorumsuz ve şımarık oğludur. Oğlunun durmak bilmeyen taşkınlıklarından yorulan ve buna bir son vermek isteyen babası, onu sıra dışı bir cezaya çarptırır. Mete, zamanda yolculuk yaptığına inanarak, 16. yüzyıl Osmanlı İmparatorluğu'nda kurmaca bir köye gönderilir ve burada bir seyis olarak yaşamaya zorlanır.

<https://www.youtube.com/watch?v=IOlfXdPz6mw>



DRAM / FİLM KALP BİLİR

Soğukkanlı ve başarıya odaklı zengin bir iş insanı olan Juan Manuel, hayatını değiştiren bir kalp nakli geçirir. Ancak bu sadece tıbbi bir operasyon değildir; Juan Manuel'in iç

dünyasını altüst edecek bir dönüşümün başlangıcıdır. Nakledilen kalbin sahibi, onun tam zıttı bir adamdır. Juan Manuel, bu adamın kim olduğunu merak edip yaşadığı mahalleye gider. Zamanla, onun sadece iyi bir insan değil, çevresine ışık olan, yaşadığı yeri güzelleştirmek için çabalayan biri olduğunu öğrenir. Film, Netflix'te.



DRAM / FİLM AŞK PEŞİNDE BİR YIL

Alex Rose'un annesi onu özel bir göreve gönderdiğinde, Rose'un bu gezinin hayatını değiştireceğinden haberi yoktur. Onun görevi, bir zamanlar umutsuzca deneyimlemek istediği çocukluk hayallerinin listesini tamamlamaktır. Kardeşleri, avukatı ve yakın bir arkadaş grubu tarafından desteklenen Alex, yeni deneyimler ve eski anılarla yüzleşir. Sonunda yolu onu her şeyin başladığı yere, ailesinin evine, kendisine ve hayata tamamen yeni bir bakış açısıyla geri götürür. Film, Netflix'te.





KOMEDİ / FİLM TUR REHBERİ

Tur Rehberi, hiçbir şeyin planlandığı gibi gitmediği bir turda katılımcıları hayatta tutmak için mücadele eden bir tur rehberinin hikâyesini konu ediyor. Genç bir adam olan Ercüment, ölmeye yemin etmiş yaşlı bir tur ekibiyle birlikte yolculuğa çıktığında başına geleceklerden haberdardır. Hayatının en zor yolculuğuna çıkan Ercüment, hiçbir şeyin planlandığı gibi gitmediği turda kendisini beklenmedik olaylar içinde bulur. Film, Netflix'te.



ROMANTİK / DİZİ AŞKI HATIRLA

Evlilik yolunda ilerlerken ayrılık yaşayan ünlü mimar Deniz ile fenomen bir editör olan Güneş, tesadüfen karşılaşmalarının ardından telefonlarına düşen bir mesajın ardından kendilerini hayatlarını değiştirecek bir yolculuğun içinde bulurlar. Bu macerada ikili, ilişkilerindeki eksik parçaların izini sürüp, aşkı hatırlarlar. Hande Erçel, Barış Arduç ve Feyyaz Şerifoğlu'nun başrollerini paylaştığı dizi, Disney+'da.



DRAM / DİZİ YALANCILAR

Geçirdiği gizemli kazada hafızasını yitiren 17 yaşındaki Cadence cevaplar bulmak üzere kazadan bir yıl sonra Martha's Vineyard Koyu'ndaki Kayın Adası'na döner. Seçkin Sinclair ailesinin üç kuşağı özel yaz ütopyalarında bir araya geldiklerinde çocukluk arkadaşları "Yalancılar" ve ilk aşkı Gat dâhil kimse kazadan bahsetmeyince Cadence gerçekleri tek başına ortaya çıkarmak zorunda kalır. Dizi, Prime Video'da.





İshal ve Kusma Durumlarında

Yaz aylarında ishal ve kusma gibi problemler daha sık yaşanabilir. Supplyte® vücudunuzun kaybettiği su ve elektrolitleri geri kazandırarak, içeriğindeki çinko sayesinde ishal süresini kısaltır ve semptomların şiddetini azaltır.¹⁻²



1- www.who.int . Khan, W. U., & Sellen, D. W. (2011, April). Zinc supplementation in the management of diarrhea. University of Toronto, Toronto, Canada. 2- Lukacik, M. et al. (2008). A meta-analysis of the effects of oral zinc in the treatment of acute and persistent diarrhea. Pediatrics, 121(2), 326-336. 3- Sağlık beyanı kullanım kılavuzu 2023.4- Data on file Palatinose™-2024

Supplyte®'ın İçeriği

Elektrolit Çözeltisi: Egzersiz sırasındaki dayanıklılık performansının sürdürülmesine katkıda bulunur.³

Magnezyum: Normal kas fonksiyonuna, yorgunluğun ve bitkinliğin azalmasına katkıda bulunur.³

Çinko: Bağışıklık sisteminin normal fonksiyonuna katkıda bulunur.³

Palatinose: Tamamen sindirilebilir “yavaş salınan” bir karbonhidrattır. Kan şekeri seviyelerinin ani yükselmesini ve düşmesini engellemeye yardımcı olur.⁴

New formula with
palatinose™



*Eczacı Dergisi için hazırlanmıştır.



Atopiye Eğilimli Ciltlerde Kızarıklık, Kaşıntı, Kuruluk olur mu olur; **Dalin Care Olmazsa Olmaz!**



yeni



Tek sürüşte
ciltte nem tutma
özellliği

72 saat*
boyunca
devam eder



kodu okut,
dalin care'i keşfet
f /dalincare

♥ Parfümsüz



Tüm aile için



Seçkin
Eczanelerde!

*Dalin Care Nemlendirici ve Besleyici Bakım Losyonu için geçerlidir.