



## KAYSERİ'DE 'SÜPER' GALA

■ FUTBOL heyecanı süper bir derbiyle başlıyor. Galatasaray ile Fenerbahçe, yeni sezon öncesi TFF Süper Kupa'daki derbide bugün Kadir Has Stadı'nda 20.30'da karşı karşıya gelecek. İki takım bu kupada ikinci kez rakip olacak. • SPOR'DA



## O çanta, Jennifer için tasarlanmış

interpress AKŞAM GÜNLÜK ULUSAL GAZETE İSTANBUL SİYASİ Tanın: 11.08.2013 Sayfa No: 17 Tiraaj: 106036 SızCm: 79

# AKŞAM

TÜRKİYE'NİN GAZETESİ 11 AĞUSTOS 2013 PAZAR 50 KURUŞ (KTKC 1.5 TL)

### TÜRK ASKERİ LÜBNAN'DAN ÇEKİLİYOR



## Beyrut'ta seferberlik

■ LÜBNAN yönetimi, önceki gün Beyrut'ta kaçırılan iki Türk pilotun bulunması için seferberlik ilan etti. Türkiye'nin Beyrut Büyükelçisi İnan Özyıldız'la görüşen İçişleri Bakanı Şerbet "Türk vatandaşlarını koruyacağız" dedi. Akpınar ve Ağca'nın sağlık durumlarının iyi olduğu ve ayrı yerlerde tutulduğu iddia edildi. Bu arada, Türkiye'nin BM'ye bağlı Lübnan Barış Gücü'ndeki askerlerini çekeceği açıklandı. BM sözcüsü, kararın pilotların kaçırılmasından önce alındığını söyledi. • 14'TE

### OBAMA'DAN PUTİN'E SERT MESAJ



## Sınıfın arkasında oturan çocuk gibi

■ ABD Başkanı Obama, telekulak skandalını ortaya çıkaran eski CIA çalışanı Snowden'a geçici sığınma veren Rusya Devlet Başkanı Putin için, "Bazen sınıfın arkasında oturan canı sıkılmış bir çocuk gibi davranıyor. Medvedev döneminde temeli atılan olumlu ivme, Putin'in iktidara dönmesiyle frene bastı. Rusya'da Amerika karşıtlığı hortladı" dedi. • 10'DA

## Mısır'da şimdi de medya darbesi

■ DARBE karşıtı protestoların sürdüğü Mısır'da, ordu-dan sonra şimdi de medya patronları devreye girdi. Üç büyük medya patronunun istihbarat teşkilatı Muhaberat'ın eski başkanı Muvafi'yi cumhurbaşkanlığı koltuğuna oturtmak istediği öne sürüldü. • 10'DA

### 12 EYLÜL'DE DİYARBAKIR'DAKİ İŞKENCELERİ

# CESETLER YETİŞEMİY

'Diyarbakır Cezaevi'nde işkence gördüm' diyen BDP'li Gültan Kış olan CHP Muğla Milletvekili Prof. Nurettin Demir, "İşkence gören Hanım'la karşılaşmışımdır. 15-16 yaşındaki çocukların otopsi

#### CENAZELER VERİLİRKEN PAZARLIK YAPILIRDI

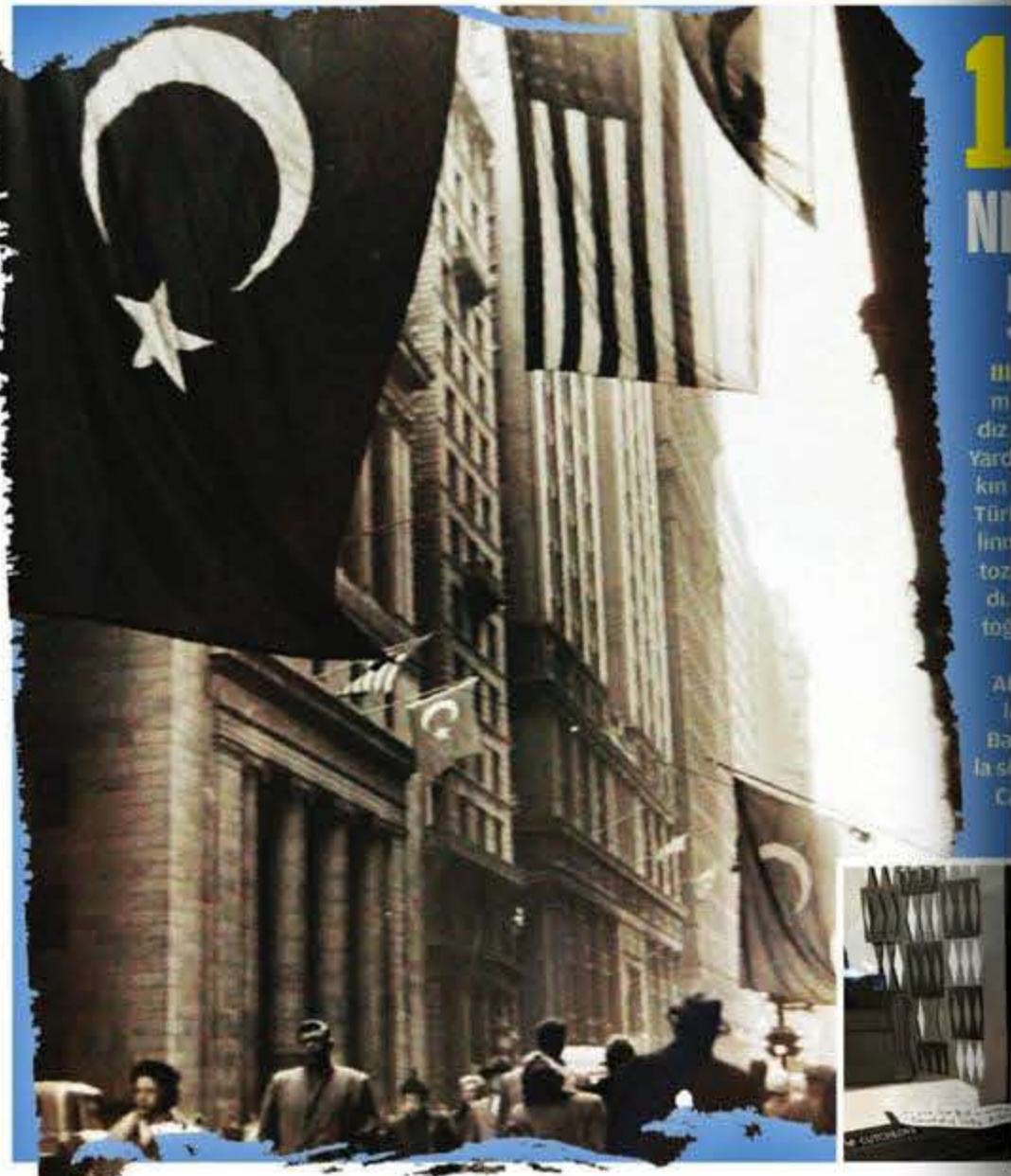
■ 12 Eylül'ü 'Hayatımın en acı dönemi'di' diyerek özetleyen Demir, "Otopsilere girip çıkıyor, cesetlere otopsiye yetiştiriyorlardık. Her gün çatışmada ölen 15-16 yaşındaki gençlerin otopsisine giriyorduk. Yakınlarına cenazeleri verilirken pazarlık yapılırdı. 'Sessiz sedasız cesedi gömeceksen verelim, eğer tören falan yapacaksan vermeyiz cenazeleri' diyorlardı. Bir de 'cesetleri sabaha karşı gömün' derlerdi" dedi.

#### OĞLUNA İŞKENCE İÇİN ANNEVİ ALDILAR

■ DEMİR, "Atatürk'ten de, İstiklal Marşı'na nefret ettirdiler insanları. Bir ana-oğuldu. Oğluna işkence etmek için 70 yaşındaki annesini de cezaevine almışlardı. Saatleri. İnanılmaz çığlıklar. Öğrenci yangın çıkmış bir koşuşturma. 16-17 olmuş. Sabah komutan geldiğinde dedi 'Bu çocukların bir kısmı öldü. Diğer GATA'ya gönderelim yoksa ölürler' dedi. tan, 'ölsünler, gitsinler' dedi" diye konuş



### YILDIZ SARAYI ARŞİVİNDEN İLK KEZ AKŞAM İÇİN



### Dermatoloji Uzmanı

## Güneş yanıklarına karşı ne yapmalı?

Yaz aylarına rastlayan bayram tatillerinin değeri paha biçilemez; çoğumuza çocukluğunu hatırlatıyor, ailemizle kendimizi en yakın deniz kıyılarında attığımız yolculuklarımızı. Aynı zamanda henüz güneşten koruyucunun yaygınlaşmadığı, tatilimizin ilk günlerinde yanıklarımızın, omuzlarımızın, sırtımızın neredeyse istisnasız hassaslaşmış ve yandı. Sonraki yıllarda güneşe azar azar çıkıp derimizi güneşe alıştırmak kendimizi korumayı öğrendiğimiz yıllardı onlar.

Vücudumuzda güneş yanıkları oluştuğundan sonra tek derdimiz bu yanıkların vücudumuza verdiği acıdan kurtulmak. Bu yüzden de aklımıza gelen ya da daha önceden duyduğumuz her yolu deneriz. Şunu bilmeliyiz ki, eğer güneş yanığımız gerçekten ciddi boyutta acı veriyorsa, derimizde su dolu kabarcıklar oluşmuşsa, kendimizi halsiz, bayılacak gibi hissediyorsak, ateşimiz çıkmış ise mutlaka bir doktora başvurmalıyız.

Öncelikle şunu söyleyebilirim ki bol bol su içmelisiniz. Su içmek hiç anlamadan kaybettığınız suyu geri almanızı sağlayacaktır. İlık bir duşla vücudunuzdaki güneş yanığı olan bölgeleriniz rahatlayacak.

Ayrıca bir bez arasına (gazlı bez ya da annelerimizin tülbendi bu iş için idealdir) buz parçaları koyarak da soğuk kompres şeklinde yanık bölgelere uygulama yapabilirsiniz.

■ Genişçe bir bezi de soğuk suyla yıkayarak güneş yanığı olan bölgeye koyabilirsiniz.

■ Kaynamış dolapta soğutulmuş suyla temiz bir gazlı bezi ıslatarak günde 4 kez 15'er dk bekleterek oldukça etkili bir yanık bakımı yapabilirsiniz. Bir de doktora başvurulduğunda yanık için reçete ettiğimiz ilaçlar arasında sıklıkla kortizonlu kremler vardır. X Güneşin altında kaldıysanız ve vücudunuzda yanıklar oluştuysa başka ağrı kesiciler kullanabilirsiniz ama kanı sulandırdığı için kesinlikle aspirin içmemelisiniz.

### Ağır yağlı ürünler sürmeyin

Özellikle çok yağlı ve hassas yanıklarda kimyasal filtre içeren güneşten koruyucular sürülmemeli. Bunlar sürülerek tekrar güneşe çıkmayı düşünmeyin bile, bir süre üzerinize tişörtünüzü giyerek gölge ve serin bir yerde iyileşmeyi beklemekte fayda var.

Güneş yanıklarına uygulanabilecek bir bitkisel çözüm de salatalık. Salatalık dilimlenerek güneşten yanmış olan bölgeye uygulanırsa az da olsa fayda sağlayacak, bölgede oluşan yanma hissini azaltacaktır.

omur.tekeli@gmail.com