

KÖTÜ ŞÖHRETİ 'AKLADILAR'

F.Bahçe Olağanüstü Genel Kurulu, Aziz Yıldırım ve 2 yöneticinin "kötü şöhret"ten dolayı üyelikten atılmasını reddetti.

Fenerbahçe'de "kötü şöhret" aklamaları... Olağanüstü Genel Kurul'un ilk gününde Recep Özcan tarafından açılan kötü şöhret nedeniyle Aziz Yıldırım, Şekip Mosturoğlu ve İlhan Ekşioglu'nun F.Bahçe'den uzaklaştırılması talebi oylandı. 3 ismin de üyelik durumlarının devamını sağlayan karar oy birliğiyle alındı. Böylece "kötü şöhret"ten Başkan Yıldırım aklanmış oldu. • SPOR'DA



23 Kanarya'dan yine son dakika tarifesi

F.Bahçe zorlu Bursa deplasmanından 3 puan çıkardı. Maçın başında geriye düşen Kanarya, Webo ve Emenike'yle öne geçti. 90'da bir kez daha yıkılan sarı lacivertliler, Egemen'in son saniye golüyle galibiyete ulaştı. • SPOR'DA

Onun assolist adayı Tarkan



'Alaturka' adlı son albümüyle sessizliğini bozan Umur Akyürek, Bülent Ersoy'un 'Solist yetiştiriyor. Biz önce sanat müziği bilirdik' sözlerine karşı çıktı, en büyük adayını açıkladı: Tarkan'ın yorumu harika, bu müziğe büyük katkı sağlar. Ama o kadar mütevazı bir çocuk ki, 'Benim ne

interpress® AKSAM GÜNLÜK ULUSAL GAZETE İSTANBUL SİYASİ Tarih: 03.11.2013 Sayfa No: 21 Tiraaj: 102886 Sbxcm: 63



AKSAM

TÜRKİYE'NİN GAZETESİ

3 KASIM 2013 PAZAR

50 KURUŞ (KKTC 1.5 TL) www.aksam.com.tr

NORMALLEŞİM MANİFESTOSU



■ **AHMET KAYA SIZISI** Yüreğinde Ahmet Kaya'nın gurbette ölümünü hissetmeyenler, Cem Karaca'nın gurbette hüküm giymesini konusunda sızısı olmayanlar bizi anlayamaz.

■ **İSTİKLAL MARŞI'NDA DUA** İlk Meclis Atatürk'ün iştirak ettiği dualarla açılmışken Marmaray'ın dualarla açılması rahatsız ediyor. Bu ülkenin İstiklal Marşı'nda dua vardır.

■ **TÜRKİYE'DE KUTUPLAŞMA YOK** Türkiye'de bir kutuplaşma bir farklılaşma kesinlikle yoktur. İzmir'de yaşanan cumhuriyet coşkusu da bizim, Marmaray açılışındaki coşku da.

Başbakan Erdoğan, Türkiye'nin sahibinin 76 milyonun tamamı olduğunu belirterek, "Normalleşme yönündeki adımları korku senaryosuna tahvil etmeye çalışıyorlar. Yaşam haklarını kısıtlayarak, baskıları muhafaza ederek uzlaşma olmaz. Baş kapalının da açığın da tercihleri teminatımız altında" dedi.

■ **AŞAĞILAMA DÖNEMİ** Türkiye'nin sahibi 76 milyonun tamamıdır. Büyük bir kibiri sallayarak kendisi dışı aşağılama dönemi kapandı.

■ **TERCİHLER TEMİNATIMIZ** Normal olan dillerin yasası değil, yaşayan her dilin önüne geçilmesidir. Baş kapalıların tercihleri teminatımızdır.

■ **NETİCE ALANA KADAR** İnce ve dışarda yapılan işlere rağmen bu süreci bitiren altın kalır. Nihai netice kadar mücadeleye devam.

DR.

ÖMÜR TEKELİ

Dermatoloji Uzmanı



Her yaşta aynada bir sivilceyle karşılaşabilirsiniz

SİVİLCE tüm insanları doktorları da dahil, bir gün elbet bulan bir ömür törpüsü. Diğer adıyla akne, foliküler kanalda tıkanmaya bağlı olarak gelişen bir cilt hastalığı. En sık ergenlik çağında görülmekle beraber; bebeklikten yaşlılığa kadar her yaşta ortaya çıkabilir. Akne kişileri psikolojik olarak kötü etkilediğinden, neredeyse cilt hastalıklarından en sık başvuru yapılanlarından birisidir. En sık yüz bölgesinde görülür. Yüzde de alın ve yanaklarda daha yoğundur. İkinci olarak sırt ve göğüs bölgesinde gözlenir.

Kalıtımsal yatkınlık, hormonal dengesizlik, aşırı yağlı deri yapısı, stres, kullanılan bazı ilaçlar, yüze yoğun sürülen kapatıcı ya da kremler, kadınlarda polikistik over sendromu denilen; saç dökülmesi, kılınma artışı ile beraber aknenin görüldüğü hormon bozukluğu en sık karşılaşılan sebeplerdir. Çoğu kez "karaciğerimde bir problem mi var" diye gelen hastalar için bu yol gösterici olacaktır. Biz teste dahi nadiren ihtiyaç duyarız, bakmamız ve bir kaç meslek sırrı soruyu hastalarımıza sormamız sıklıkla hangi tip akne olduğunu tanımlamamıza ve tedavi kararımıza yetiyor.

Bu arada, yiyeceklerin (kuruyemiş, yağlı yiyecekler, gazlı içecekler vs...) akneyi artırdığı bilimsel olarak kanıtlanamamıştır. Ancak eğer bu gıdaları yediğinde kişide akne lezyonlarının arttığı gözlemlenirse, bu gıdalardan uzak durulmalıdır. Örneğin benim her fındık yediğimde bir adet sivilcem mutlaka çıkar.

Sivilcenizi sıkımayın bırakın

Tüm hastalarımın duyduğum bu sivilcelemlerini sıkımadan duramadıklarıdır.

Siyah noktalar kişinin kendi tarafından sıkılmamalıdır. Bilinçsizce sıkılan siyah noktalar sonradan kırmızı kabarık akneye dönüşebilir. Mutlaka eğitilmiş bir uzman tarafından cilt bakımı yaptırılmalıdır.

Siyah ve beyaz nokta ağırlıklı akne de salisilik asit içeren yıkama jelleri tonikler, peeling ürünleri tercih edilirken; kırmızı ve sarı kabarıklıklarda glikolik asit ile beraber, pürüvük asit ve laktik asit içeren ürünler kullanılabilir. Kimyasal peeling tedavisi yoğun programda haftada bir; standart programda ise iki haftada bir olmak üzere en az 4 seans uygulama şeklinde yapılır. Hastaya göre fraxel lazerle cilt yenileme ve dermaroller tedavileri veya kombinasyonları oldukça başarılı sonuçlar vermektedir.

ŞEHİT BABALARIN YÜREKLİ KIZLARI

Özgül Halaç Çoban, Özlem Şeker, Ebru Kurt ve Özlem Özdemir... Adana'daki 13 polis merkezinden 4'ünü bu kadınlar yönetiyor. Bu dört kadının ortak özelliği ise, polis olan babalarının görev başında şehit düşmesi.

Kadın amirler, "Her ne kadar yaşanan olaylar duygusal olarak yıpratıcı olsa da soğukkanlı olmaya çalışıyoruz. İster istemez annelik duyguları devreye giriyor. Ancak, her ne olursa olsun duygularımızı ön plana çıkarmadan profesyonelce hareket ediyoruz" dedi. • 18'DE