

ANTAKYA ROTARY KULÜBÜ



HAFTALIK KULÜP BÜLTENİ

SAYI : 5

TEMMUZ -2018

Rotary



İLHAM KAYNAĞI OLALIM



Gülnaz & Naim HABİP

Antakya Rotary Kulübü
2018 & 2019 Dönem Başkanı

BAŞKANIN MEKTUBU

Sevgili iyi insanlar ve Rotaryen dostlarım, bu hafta toplantımızda GDB. Sayın Rızkullah Yazırlioğlu 'Yaşlanan Erkek Sendromu' ya da bizim bildiğimiz adıyla 'Andropoz' 'u anlatan bir sunum gerçekleştirdi. Son zamanlarda yanlış beslenme, sağlıksız ve kalitesiz yaşamının artması bu ve buna benzer hastalıkları arttırdığını söyleyen Rızkullah Bey daha uzun ve sağlıklı yaşamının sırrının doğru beslenme ve spor olduğunu belirtti. Bu nedenle kendimizi ve çevremizdeki insanları doğru beslenmeye ve spor yapmaya teşvik etmeliyiz.

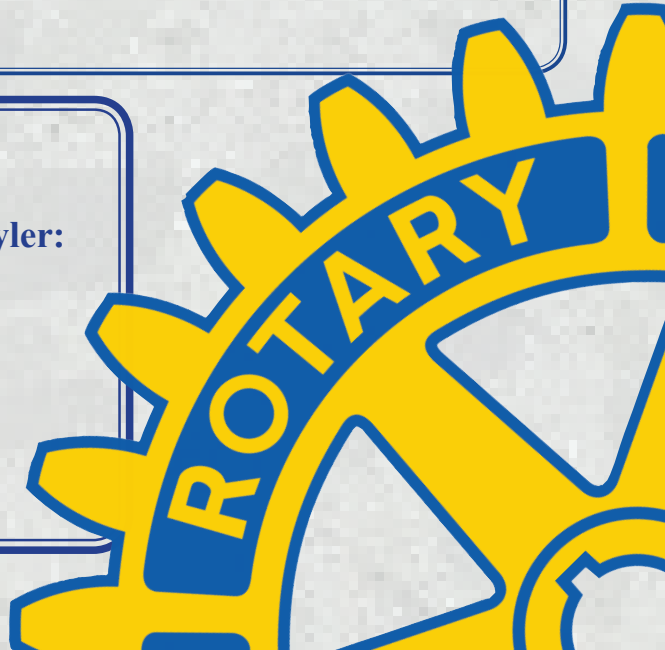
Özellikle günümüzde yoğun teknoloji kullanımının getirdiği hareketsizlik, hızlı ve sağlıksız beslenme sorunları yaşam kalitemizi bozmakta ve beraberinde birçok hastalıklara neden olmaktadır. Bunları önlemekse çoğu zaman bizim elimizdedir. Biraz bilinç, biraz dikkat, sağlıklı yaşam...

Sevgilerimle...

DÖRTLÜ DENEY

“Düşündüğümüz, söylediğimiz veya yaptığımız şeyler:

- 1) Gerçeğe uygun mu?
- 2) İlgililerin tümü için adil mi ?
- 3) İyi niyet ve daha iyi dostluklar sağlayacak mı ?
- 4) İlgililerin tümü için yararlı mı?”





Barry RASSIN
(U.R. Başkanı 2018-19)

N. Altan ARSLAN
(U.R.2430.Bölge Guvernörü 2018-19)

Süleyman ÇOLAKOĞLU
(17.Grup Guvernör Yardımcısı)

Gülnaz HABİP
Başkan

Helda DEVECİ
As Başkan

Sefer KAPLAN
Kulüp Sekreteri

Firuz HARBİYELİ
Kulüp Saymanı

Orhan GÜNAL
G D B

KOMİTELER

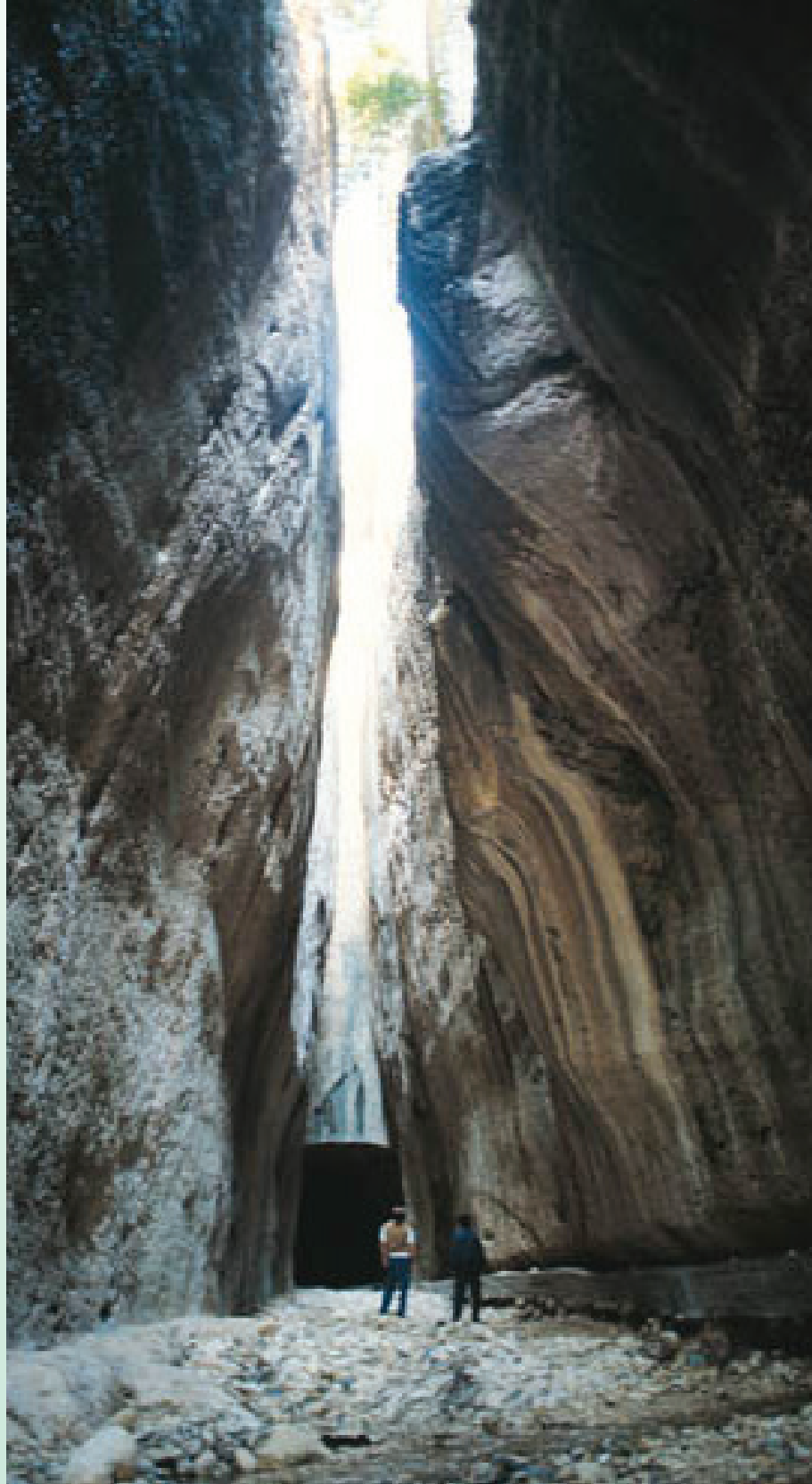
Kulüp Yönetim Komitesi
Rtn. Tevfik PEHLİVAN

Kulüp Üyelik Komitesi
Rtn. Özgür Deniz EMİR

Kulüp Hizmetleri Komitesi
Rtn. Salih ÇOLAKOĞLU
Rtn. Renan HARBİYELİ

Halkla İlişkiler Komitesi
Rtn. Fatin MÜFTÜOĞLU
Rtn. Melis DARAOĞLU

Rotary Vakfı Komitesi
Rtn. Adnan ÖZKAYA



Antakya Rotary Kulübü

Kuruluş Tarihi : 10.03.1986

Kulüp UR No : 28476

Toplantı Günü : Pazartesi

Toplantı Saati : 19.00

Toplantı Yeri : Antakya Şehir Kulübü

Bülteni Hazırlayan: Sait GÜNAL

Adres: Kışlasaray Mah. Saray Cad. Ziverpaşa İşhanı Kat:3 No:29
Telefon : 0326 214 21 50

Antakya/HATAY
E-Posta: ant.rotaryder@hotmail.com



Dönem Toplantı No : 5
Genel Toplantı Sayısı : 1608
Toplantı Tarihi : 30.07.2018



TOPLANTI NOTLARI

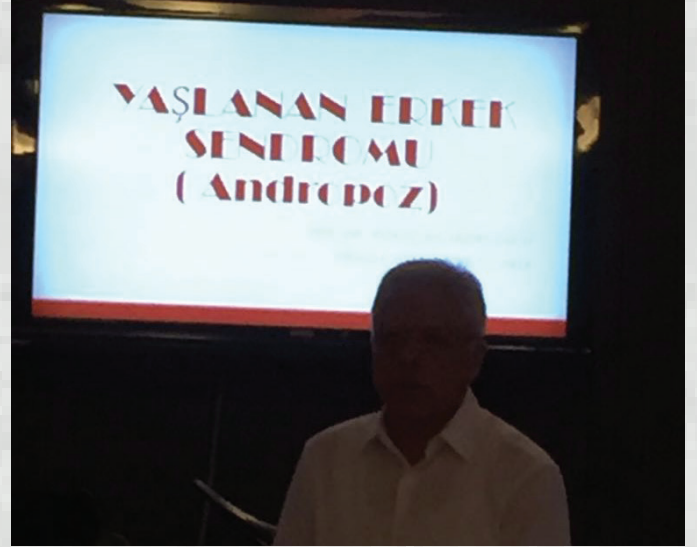
Bu hafta toplantımızda GDB. Sayın Rızkullah Yazırlioğlu 'Yaşlanan Erkek Sendromu' ya da bizim bildiğimiz adıyla Andropoz'u anlatan bir sunum gerçekleştirdi. Bu hastalığın kadınlardaki 'Menopoz' ile karıştırılmaması gerektiğini söyleyen Rızkullah Bey 'Andropoz' kelimesinin biraz magazinsel olduğunu bu nedenle bu rahatsızlığa 'Yaşlanan Erkek Sendromu' demenin daha doğru olduğunu belirtti.

Tanımı; Yaşın ilerlemesi ile birlikte erkeklik hormonu olan testosteronun kandaki seviyesinin azalması ve buna bağlı olarak ortaya çıkan yakınma ve belirtilerin oluşturduğu tabloya yaşlanan erkek sendromu denir.

Testosteron hormonu, genellikle 50 yaşında kanda azalmaya başlar.

Erkeklik hormonu olan testosteron, cinsel faaliyetlerin yanı sıra, erkekte ruh halini düzenler. Cesaret, iyi olma hali, entellektüel aktivite, adaleli ve kıllı vücut yapısı gibi birçok faaliyetin düzenlenmesinde bu hormon etkilidir.

Bu rahatsızlığın belirtileri psikolojik, bedensel ve cinsel olarak ortaya çıkabilir. Yaşlanma ile birlikte testosteron seviyesindeki azalmanın başlama yaşı ve hızı



, kişilere göre değişkenlik gösterir.

Kanda total testosteron düzeyine bakılır. Testosteron hormonu sabah 8 ile 11 saatleri arasında kanda en yüksek düzeydedir. Bu nedenle bu saatler arasında kan testi yapılması önerilir.

Ölçümde testosteronda azalma ve daha önce sözü edilen belirtilerin bir kısmı mevcut ise yaşlanan erkek sendromu tanısı konulur. Kan tahlili ile testosteron miktarı kontrol edilir ve sonuçlara göre eksik olanı yerine koymak yöntemi ile tedavi edilir. Dışardan testosteron verilerek kandaki oran normal seviyeye çıkartılır, dedi.



MUTLU GÜNLERİMİZ



01 Ağustos Resmiye & Hasan ORAL

EVLİLİK YILDÖNÜMLERİ

03 Ağustos Berkcan GAZEL

05 Ağustos Hakan GÜNAL

DOĞUM GÜNLERİ

KUTLU OLSUN