

# Balkanlar gerçeği her platformda anlatılmalı

Türk Gençlik Vakfı'nda bir konferans veren Av. Seyhan Türkkan, "Balkanlar gerçeği kulak ardı edildiği sürece, milyonlarca insanın çektiği acılar tarihte kalmadı, bir millet o topraklarda yok ediliyor" dedi

Türk Gençlik Vakfı'nda Balkanlar ve Bulgaristan konulu bir konferans veren Balkan Türkleri Dayanışma ve Kültür Derneği Genel Başkanı Av. Seyhan Türkkan, "Balkanlar'daki gelişmelere Türkiye hiç bir zaman seyirci kalmaz" dedi. Balkan coğrafyasında Türkler'in bir asırı aşkın süredir kültürel soykırımı uğradığını, Bulgaristan'da, Bosna'da yaşananların Balkanlar gerçeğini tüm çıplaklığıyla ortaya koyduğunu söyledi. Bulgaristan'da Türkler'e karşı ayrımcılığın kalktığını zannedenlerin yanıldığını dile getiren Av. Seyhan Türkkan, "Bulgaristan Türkler'e silah zoruyla taktığı Bulgar adlarını nüfus kayıtlarından silmekte direniyor. Şimdi de 1989'da sınır dışı ettiği insanların oy hakkını elinden alıyor" dedi. Arnavutluk'ta "Ben Türk'üm" diyenlerin oranının hızla düştüğünü, Bulgaristan'da da Müslüman Türk kültürünün genç kuşaklara aktarılması konusunda büyük sıkıntılar yaşandığını dile getiren Türkkan, "Balkanlar'da Türk milleti ve tarihi mirası yok olma tehlikesiyle karşı karşıya" diye konuştu.



Av. Seyhan Türkkan, Ahmet Arvasi tarafından kurulan Türk Gençlik Vakfı'nda üniversite öğretim görevlileri, öğrenciler ve ailelerinden oluşan katılımcı grubuna bir konferans verdi. Dr. Ali Satan, konferansın ardından Av. Seyhan Türkkan'a günün anısına bir ebru çalışması hediye etti.

## Erkeği yöneten hormonlar

Hormonlar erkeğin hayat akışını belirler. Sağlıklı bir dış görünüşte, kiloların kontrolünde ve ruhsal dengenin sağlanmasında hep hormonların parmağı var. Cinsel iktidar ya da iktidarsızlık da hormonların elinde...

Hormon seviyesi düştüğünde erkeğin yataktaki cinsel performansı da sekteye uğruyor. Araştırmalara göre kadınlar, hormon seviyesi yüksek erkekleri daha çekici buluyorlar. Çekici bulunan erkeklerin ortak özellikleri var: omuzları geniş, karın derin ve düz. Kas geliştirici özelliği bulunan testosteron, omuzların gelişimini ve yağ eritici özelliği ile de erkeklerin göbek bağlamasını engelliyor. Kadınlar testosteron seviyesi yüksek erkekleri, doğacak çocuklarına baba olmak için biçilmiş kaftan olarak görüyorlar.

Testosteron, kadınları çeken hormon olarak biliniyor. Testosteron cinsel arzuyu ateşliyor ve iktidar gücünü artırıyor.

Vücuttaki testosteron seviyesi düştüğünde erkeklerde kadınların menopoz döneminde olduğu gibi çeşitli şikayetler görülüyor: sıcak basması, uykusuzluk, ruhsal sorunlar, cinsel arzu ve performansın düşmesi gibi.. Bu gibi durumlarda hormon tabletleriyle takviye yapmak yerine ürolojik muayene yaptırmaları tavsiye ediliyor. Etkin bir ereksiyon için en uygun ilaç doktorun belirlemesi gerekiyor. Çünkü bu ilaç sadece ereksiyonda rol oynamıyor; orgazm sırasında da salgılanan azot monoksit, kalp damarlarının daha iyi kanla beslenmesini sağlıyor. Bu nedenle, düzenli ve tatmin edici seks, kalp krizi geçirme riskini de azaltıyor. Haftada üç kez yapılan cinsel ilişkinin bunun için yeterli olduğu saptanmıştır.

Testosteron dışında, erkeğin yaşantısını belirleyen başka hormonlar da var-androjenler. Bütün erkeklik hormonlarının (androjenlerin) andropoz döneminde (45-50 yaş itibarıyla) seviyelerinde bir düşüş olur ama hiçbir zaman bu seviye ileri yaşta bile sıfır olmaz. Bu dönemde cinsel fonksiyonlarının gerilemesi yanında, cinsel arzu ve zihinsel fonksiyonlarda da düşme görülür. Andropozla bağlı problemlerin artmasıyla birlikte geliştirilen tedavi yöntemleri de her geçen gün insanların dikkatini çekiyor. Türkiye'de 45 ile 70 yaş arası erkeklerin % 50-55'inde cinsel sorun olduğu, ancak doktora başvurmadıkları için bu rakamların oldukça az olduğu tahmin edilmektedir.. Elbette yaştan bağımsız olarak genetik bozukluklar, şişmanlık, çeşitli hormonal, damarsal ve sinirsel hastalıklar; alkol, sigara, stres, kandaki erkeklik hormonlarının düşmesine sebep oluyor. Androjenler,%90'ı testislerden, %10'u böbrek üstü bezlerinden salgılanan ve vücutta değişik oranlarda biyolojik etki gösteren hormonlardır. Etkileri daha anne kamındayken başlar ve çocuğun dış cinsel organlarının gelişmesini sağlar.

Ergenlik döneminde gelişmeyi etkiler ve daha sonraki yıllarda da cinsel arzu, ereksiyon ve sperm yapımı gibi üremeye yönelik fonksiyonlarını sürdürürler. Ereksiyon (penisin sertleşmesi) mekanizmasının her basamağında rol alırlar. Özellikle gece ereksiyonlarının ve seksüel davranışları düzenler, kas kemik, inir sistemi, rostat, kemik iliği gibi organlarda da etki yaparak osteoporoz ve kas gücüne olumlu etki ederler. Tüm yaşam boyunca etkili olurlar. Ayrıca bu hormonların kan hücrelerinin yapımında düzenleyici etkileri de kanıtlanmıştır. Sonuç olarak: her geçen gün bu hormonların eksikliğinde takviye gereksinimi duyulduğu ve önümüzdeki yıllarda bu gereksinimin artacağı tahmin edilmektedir. Bu sebeple; şikayet durumunda doktora başvurmak yerinde olur.

Sağlıcakla...

## SAĞLIK



Zekiye YILMAZ

zekiyeilmaz69@yahoo.com

## DUYURU

# KONUTUMU İSTİYORUM

1991 yılında Devlet Bakanlığı'nın 1989'da Türkiye'ye gelen Bulgaristanlı Türkler'i konut sahibi yapmak üzere topladığı 2.5 milyonların düşük bir faizle geri ödenmesi için çıkarılan kanunun yürütmesi durdurulmuştur. Daha önce de bu konuda çalışmalar yapan Balkan Türkleri Dayanışma ve Kültür Derneği **KONUTUMU İSTİYORUM** kampanyası başlatmıştır. Bu kampanya çerçevesinde konutunu ya da ödediği paranın gerçek karşılığı ile uğradığı zararı almak için hukuk mücadelesi başlatılacaktır. Kampanyanın ayrıntıları ile ilgili olarak genel merkezimiz ve şubelerimizde bilgilendirme toplantıları devam etmektedir. Kamuoyuna duyurulur.

Bilgi için Tel: 0212 511 27 11