

3. Trakya Aile Hekimliği Kongresi'nin Ardından Behind the 3. Thrace Family Medicine Congress

Yasemin Kılıç ÖZTÜRK

Uzm. Dr., İzmir Tepecik Eğitim Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği, İzmir, Türkiye

Kabul tarihi: 08.11.2013

Temelleri 2001 yılında atılan Trakya Aile Hekimliği Kongresi'nin (TAHEK) üçüncüsü "Obezite, Diyet ve Egzersiz" temalarıyla 31 Ekim - 3 Kasım 2013 tarihleri arasında Edirne'de düzenlendi. Prof. Dr. Nezih Dağdeviren'in kongreye davet mektubu ile başladı katılım heyecanımız. Diğer kongrelerden farklı bir davetti, imece deniliyordu. Çocukluğumuzdan beri duyduğumuz ama belki de kentleşmiş toplumlar içinde yaşama fırsatı bulamadığımız bir şeydi imece. Kongrenin bir parçası olup çekirdek ekip kadar olmasa da bir rolümüz olacaktı belki de... Heyecanlanmıştık. Hummalı bir çalışma başladı. İlk kez bir kongrede çalıştığımız kliniği tanıtmaya fırsatımız olacaktı. Hangi olgular yaptığımız işi daha iyi yansıtır, hangi verileri görmek-bilmek isterler, kimler izin alarak orada bulunabilir, birçok konu vardı düşünülmesi ve özenle planlanması gereken.

Günler birbirini kovalarken izin alabilecekler, sunum yapacaklar, sunulacak veriler, olgular ve konular belirlenmişti. Katılabilecektim. Mutluydum. İzmir Tepecik Eğitim Araştırma Hastanesi Palyatif Bakım Merkezi'nde yatan morbid obez hastaların verilerini sunacaktım. Ama bir grup asistan arkadaşımız vardı ki onlar için heyecan daha büyüktü. İlk kez sözlü sunum yapacak olmanın heyecanını taşımaktaydılar. Birçok ilki hep birlikte Edirne'de yaşayacaktık.

Planlamalar tamamlandı, nasıl gidileceğinden sunumların nasıl olacağına kadar her şey inceliklerle düşünüldü. İmecedeki rolümüzü kusursuz olarak tamamlamak istiyorduk. Hatta kongre sırasında nasıl görüneceğimizi kongreye gelemeyecek arkadaşlarımızla paylaşmak için rutin eğitim saatimizde bir prova bile yaptık, sunumlarımızı acımasızca önce kendimiz eleştirdik. Hazırlıklar tamamlandı. Çok güzel olacaktı.

Büyük gün geldi çattı. Ellerimizde valizlerimiz ve özenle koruduğumuz posterlerle 27 kişilik bir ekip olarak otobüsle yola çıktık. Keyifli, bir o kadar da yorucu 10 saat süren yolculuğun sonucunda Edirne'ye ulaştık. Rotasyonlar sırasında birbiri ile uzun uzun görüşme fırsatı olamayan arkadaşlarımız da birbirlerini

yolda daha iyi tanıyarak kaynaşma fırsatı bulmuşlardı. Edirne'de ilk akşam yemeğimizde bölgeye özgü yaprak ciğer ile tanıştık, dönüşte fark ettiğimiz nokta ise fırsat bulduğumuz hiçbir öğünde bu lezzetten vazgeçemediğimizdi.

Kongrenin ilk günü salonu dolduran yoğun katılım ve ilgi dikkat çekiyordu. Kongrenin ilk oturumu "Sağlıklı Beslenme" konusunun farklı bakış açılarıyla (diyetisyen, klinisyen) tartışıldığı hararetli bir oturumla başladı, deneyimler paylaşıldı. Programın seyri imece ifadesini açıklar nitelikte Türkiye'nin farklı kliniklerinden konularında çok deneyimli hocalarımızın (41 konuşmacı ve oturum başkanı) deneyimlerini paylaşımlarına olanak sağlıyordu. İlk gün sırasıyla Egzersiz ve Sağlık, Metabolik Sendrom ve Obezite ile ilişkili diğer sağlık sorunları tartışıldı. Molalarda kongrenin temasına uygun olarak planlanan taze meyve ve kuruyemiş ikramları ise gözden kaçırılmayacak kadar zarifçe tasarlanmış bir diğer ayrıntıydı.

Kongrenin ikinci günü sabah oturumları ağırlıklı olarak İzmir Tepecik Eğitim Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği'ne ait sunumlardan oluşuyordu. Ekipçe sabahın erken saatlerinde heyecanla kongre merkezine ulaştık. Sunumlar tam da tasarladığımız şekilde keyifle tamamlandı, güzel geribildirimler aldık, ilk kez sözlü sunum yapan arkadaşlarımızın mutluluğuna ortak olduk. Sunumların sonunda bilimin şüphe ile gelişebileceği gerçeğinden yola çıkarak obezite yataklı tedavisini farklı bakış açıları ve fikir paylaşımları ile gözden geçirdik. Obezite yataklı tedavisinin uzun dönem sonuçlarını da paylaşıp birlikte değerlendirebilmek kararı ile oturum tamamlandı. Sonrasında obezitenin geleceğini şekillendirecek "Çocukluk Çağı Obezitesi" üzerinde duruldu.

Böylesi güzel planlanmış bir kongrede sosyal etkinlikler de unutulmamış, düzenleme kurulu Edirne'yi farklı güzellikleriyle keşfetmeyi sağlayacak üç farklı tur planlamıştı. "Adım adım Edirne turu"nda muhteşem camileriyle ünlü Edirne'nin tarihi kalbinde

kültür yürüyüşü; “Lezzet turu”nda ödüllü şeflerin sunumuyla Edirne'nin saray kültürüne gastronomik bir yolculuk yapılırken, “Spor turu” ile aktif yaşam ve egzersize dikkat çekebilmek için Edirne'nin meşhur nehirleri ve Karaağaç'ın doğal güzellikleri arasında sağlıklı bir yaşam için pedal çevirilmesi hedeflenmişti. Kalabalık bir ekip olarak ilk kez Edirne'de bulunan arkadaşlarımız için büyüleyici atmosferi ile Sağlık Müzesini; Selimiye Camiini ve tarihi çarşmayı ziyaret etmek ise Edirne'nin olmazsındandı.

Kongrede ikinci gün öğleden sonra genç bilim insanlarına fikirlerini paylaşma fırsatı tanıyan yarım günlük “Obeziteye genç bakış” oturumları Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi ve Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencileri tarafından yapıldı.

Ve Gala Yemeği... Ekmekçizade Ahmet Paşa Kervansarayı'nın tarihi atmosferinde Prof. Dr. Nezih Dağdeviren'in ifadesiyle imecenin bir parçası olan müzisyen kadronun eşliğinde mükemmel lezzetleriyle Osmanlı mutfağından örnekler... “Ankara'nın Bağları” tınısını duyunca yerinde duramayan Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim

Dalı'ndan gelen arkadaşlarımız... Hekimlerin tıp dışı birçok alanda da ne kadar yetenekli olabileceğini düşündürülen ve tüm katılımcıları kaynaştıran müzikler ve dans figürleri...

Gecenin geç saatlerine dek süren muhteşem Gala Yemeğinin ardından; TAHEK sabahın erken saatlerinde yoğun bir katılımı ile devam etmekteydi. Oturumların son gününde Obezite'de diyetetik, medikal, cerrahi ve integratif yaklaşımlar masaya yatırılırken, Aile Hekimliği'nde Fitoterapi uygulamaları dikkat çeken bir diğer konuydu. Yoğun bilimsel ve sosyal programın sonunda yer almasına karşın Egzersiz Reçeteleme Kursu ise katılımcılar tarafından yoğun ilgi gördü. Kongrede 23'ü sözel bildiri olmak üzere toplamda 67 bildiri yer aldı.

Son gün dönüş yolunda arkadaşlarımızla tartıştığımız ve katılamadığımız için aklımızda kalan bir etkinlik vardı. Kavala Turu... Neyse ki hepimiz Edirne'den aldığımız Kavala kurabiyelerimizi ve Edirne'nin meşhur badem ezmesini valizlerimize koymuştuk bile. Seneye yine katılabilmek ümidiyle yorgun ama mutlu bir haftaya daha başlayacaktık...



Artık yapılması gereken bir görev kalmıştı. Büyük bir tevazu ile TAHEK'i imece olarak tanımlayan; ancak tüm katılımcılarla tek tek ilgilenerek Türk misafirperverliğinin ince bir örneğini sergileyen Prof.Dr. Nezih Dağdeviren, Doç.Dr. Ayşe Çaylan ve Doç.Dr. Serdar Öztora Hocalarımız nezdinde Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı'na teşekkürlerimiz sunmak... Emeği geçen herkese sonsuz teşekkürler...

İletişim:

Uzm. Dr. Yasemin Kılıç Öztürk
İzmir Tepecik eğitim Araştırma Hastanesi
Aile Hekimliği Kliniği, İzmir, Türkiye
Tel: +90.505.4889428
E-mail: dryko38@gmail.com