



KEPAN

www.kepan.org.tr

Bülten

İLK ÖĞRENCİ KONGREMİZ 18-19 MART 2016'DA ANKARA'DA

Sevgili Öğrencilerimiz,

Bu yıl sizlerle birlikte bir ilki daha yaşayacağız... "Klinik Nutrisyon" bilincinin fakülte eğitimi sırasında oluşmasına katkıda bulunmak amacıyla **18 - 19 Mart 2016** tarihlerinde bir öğrenci kongresi planladık.

Hastane malnütriyonunun yol açtığı tıbbi ve ekonomik sorunların büyüklüğü, tüm dünyaca kabul edilen ve ayrıca sağlık harcamalarının kontrol altına alınabilmesi global projeler üretilen bir konudur. Böylesi önemli bir sorunda hekimlerin farkındalığının artırılabilmesi ve hastaların rutin olarak nutrisyonel açıdan değerlendirilmesinin yaygınlaşması, ancak tıp fakültesi eğitimi aşamasında konunun öneminin daha net anlaşılmasıyla mümkün olabilir.

Malnütriyonun önemi, nasıl tanınacağı, hastaya olan etkilerinin neler olacağı ve ülkemiz için maliyetine özellikle odaklanılan bu toplantıda, ağırlıklı olarak sizlerin katıldığı interaktif bir planlama yapılmıştır. Ayrıca nutrisyonla ilgili kafamızı karıştıran bir çok sorunun cevabını da bu toplantıda hep birlikte vereceğiz.

Oldukça sembolik bir kayıt ücreti ile gerçekleştirilecek olan bu toplantının finansman desteğini biz karşılıyoruz. Cuma akşamı hep birlikte güzel bir yemek yemek, cumartesi öğleden sonra güzel bir Ankara turu yapmak hepimize çok iyi gelecek.

Sevgili öğrencilerimiz, **18-19 Mart 2016** tarihinde Gazi Üniversitesi Rektörlük toplantı salonunda yapılacak olan kongremizde sizleri aramızda göreceğimiz olmanın heyecanını şimdiden hissediyoruz. Ankara'da buluşmak üzere,

Sevgilerimle

Prof.Dr. Sadık Kılıçturgay
KEPAN Başkanı



KONGRE PROGRAMI

18 Mart 2016 - Cuma

10:15 - 10:30	AÇILIŞ - Sadık KILIÇTURGAY - KEPAN Derneği Başkanı
10:30 - 12:15	PANEL 1 - NE KADAR FARKINDAYIZ? Oturum Başkanları: Cengiz Bekir DEMİREL - Sadık KILIÇTURGAY - Malnütriyon ve önemi: Tıbbi ve mali boyutlar / Sadık KILIÇTURGAY - Malnütriyonu nasıl tanırız? (Olgu sunumları eşliğinde - Erişkin) / Meltem HALİL - Malnütriyonu nasıl tanırız? (Olgu sunumları eşliğinde - Pedyatrik) / Tülay ERKAN
12:15 - 12:30	ÖĞRENCİ SUNUMLARI - 1 - Hastamda malnütriyonu nasıl tanımlayabildim ? / Tıp Öğr. Seçil İrem ARIK
12:30 - 13:30	ÖĞLE YEMEĞİ
13:30 - 14:00	KONFERANS Oturum Başkanı: Osman ABBASOĞLU - Nutrisyon Tedavisinde Temel Prensipler ve Ekip Çalışmasının Önemi / Haldun GÜNDOĞDU
14:00 - 15:30	PANEL 2 - ADIM ADIM KLİNİK NÜTRİSYON Oturum Başkanları: Kubilay DEMİRAĞ - Neslişah RAKICIOĞLU - Ağzıdan Beslenme / Perim TÜRKER - Tüple Beslenme / Sedat BOYACIOĞLU - Damardan Beslenme / Hülya SUNGURTEKİN
15:30 - 16:00	KAHVE ARASI
16:00 - 17:30	ÖĞRENCİ SUNUMLARI - 2 (OLGU DİSEKSİYONU 1) Oturum Başkanları: Zekeriya ÜLGER - Pinar SARKUT - Yaşlı Hastada Klinik Nutrisyon Uygulamaları / Gazi Üniv. Tıp Öğr. Seçil İrem ARIK, Dyt. Öğr. İ.Zeynep YOLCUOĞLU, Dyt. Öğr. Sevilay ÇAKMAK - Cerrahide Klinik Nutrisyon Uygulamaları / Uludağ Üniv. Tıp Öğr. Murat ŞEN, Tıp Öğr. Emran Sunay KERİM, Dyt. Zehra GEZER, Hems. Adife KOÇ
17:30 - 18:00	SÖYLEŞİ - Örnek Hekim / Osman ABBASOĞLU
18:30 - 20:30	AKŞAM YEMEĞİ (Gazi Üniv. Kültür Merkezi)

19 Mart 2016, Cumartesi

09:00 - 10:00	PANEL 3 - BESLENME - HASTALIK İLİŞKİSİ: GENÇLİKTE NASIL BESLENELİM? Oturum Başkanları: Seher DEMİREK - Muhittin TAYFUR - Beslenme - Kanser / Derya HOPANCI BIÇAKLI - Beslenme - Demans / Zekeriya ÜLGER - Beslenme - Kalp/damar hastalıkları / Hilal YILDIRAN
10:00 - 11:20	ÖĞRENCİ SUNUMLARI - 3 (OLGU DİSEKSİYONU 2) Oturum Başkanları: Kubilay DEMİRAĞ - Osman ABBASOĞLU - Onkolojide ve Yoğun Bakımda Klinik Nutrisyon Uygulamaları / Ege Üniversitesi Tıp Öğr. Uğur MENGENCELİ Tıp Öğr. İlkeç KURTULMUŞ Dyt. Öğr. Cansu TEKE Dyt. Öğr. Özge HACIARİFOĞLU - (Pankreatik, İBH'da) Klinik Nutrisyon Uygulamaları / Hacettepe Üniversitesi Tıp Öğr. Süleyman YILDIZAL Tıp Öğr. Eda DÖLEK Dyt. Merve AYDIN Hems. Kezban AKÇAY
11:20 - 11:40	KAHVE ARASI
11:40 - 13:00	PANEL 4 - BESLENMEDE KAFAMIZI KARIŞTIRANLAR Oturum Başkanları: Nevin ŞANLIER - Kutay DEMİRKAN - Spor ve beslenme (Vitaminler, protein suplemanları, vs) / Pelin BİLGİÇ - Yeme alışkanlıkları ve sağlığa etkisi / Ömer ULUOĞLU - Popüler diyetler / Özge KÜÇÜKERDÖNMEZ - Nutrisyon ürünlerinin akılcı kullanımı ? / Kutay DEMİRKAN
13:15	ÖĞLE YEMEĞİ VE SOSYAL PROGRAM - Anıtkabir ziyareti - Etnografya Müzesi - İlk Meclis - Ankara Kalesi - Anadolu Medeniyetleri Müzesi

Gerçekleşen Toplantılar...

KEPAN Türkiye Kamu Hastaneleri Kurumu'nun Eğitiminde Eczacılarla Buluştu.

T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Kamu Hastaneleri Kurumu Stok Takip ve Analiz Daire Başkanlığı tarafından 14-19 Aralık 2015 tarihlerinde Antalya'da düzenlenen ve Türkiye genelinden 650 eczacının katılımı ile gerçekleştirilen "Hastane Eczacılığı Hizmetleri" konulu hizmet içi eğitim programında KEPAN Yönetim Kurulu Başkanı Prof. Dr. Sadık Kılıçturgay tarafından "Malnütrisyon ve Nütrisyonun Önemi" ile "Enteral Nütrisyon ve Ürünler" başlıklı sunular ve KEPAN Yönetim Kurulu Üyesi Prof. Dr. Hülya Sungurtekin tarafından "Parenteral Nütrisyon ve Ürünler" başlıklı sunum büyük ilgiyle dinlendi.



KEPAN Türkiye Diyetisyenler Derneği (TDD) yeni başkanını ziyaret etti...

KEPAN Derneği Yönetim kurulu , TDD yeni başkanı Prof.Dr. Muhittin Tayfur'u ve yönetim kurulu üyelerini tebrik etmek amacıyla bir ziyaret gerçekleştirdi. Ortak amaca hizmet eden iki dernek olan KEPAN ve TDD'nin ilişkilerinin ve işbirliğinin önemini vurgulandığı ziyarette Sn. Muhittin Tayfur'a ve TDD'nin çok değerli yönetim kurulu üyelerine gösterdikleri misafirperlik, içtenlik ve nezaket için çok teşekkür ediyor, birlikte nütrisyonla ilgili daha güçlü ve anlamlı işlere imza atacağımıza inanıyoruz.



A.S.P.E.N. 2016 Austin'de düzenlendi

16-19 Ocak tarihleri arasında gerçekleştirilen Amerikan Parenteral ve Enteral Nütrisyon kongresi özellikle Metabolomik, lipidomik ve Mikrobiyom konusundaki araştırmalar ile dikkat çekiciydi. Aynı zamanda ASPEN Yoğun Bakım Kılavuzu ilk kez kongre katılımcılarına sunuldu.



2016 yılı plan ve hedeflerini konuşmak amacıyla ONCA grubu ile toplandı...

18 Şubat Perşembe günü Ankara AİFD Ofiste yapılan toplantıda diyetisyen grubunun çalışmaya daha etkili ve aktif katılımının sağlanması gerektiği görüşü paylaşıldı. Bu amaçla diyetisyenlere performans getirisini sağlamak için gerekli görüşmelerde bulunulması kararlaştırıldı. NRS2002 taramasının tüm hastaneleri kapsamı için çalışılması ve 6 üniversite hastanesinde de bu çalışma kapsamında pilot uygulamanın başlatılması planlandı. "Ulusal Beslenme Günü" ile ilgili verilerin Temmuz ayına kadar değerlendirilerek sonuçların paylaşılacağı duyuruldu.



27-28 Şubat tarihlerinde Nütrisyon Akademisi gerçekleştirildi

Eczacıbaşı ve Abbott sponsorluğunda gerçekleştirilen ve 23 hocanın bilimsel destek verdiği toplantıda Onkoloji, Geriatri ve Nöroloji alanlarında nütrisyon eğitimi verildi. Toplamda 120 kişinin katıldığı toplantı oldukça verimli geçti.



Duyurular...

2 Nisan 2016'da gerçekleştirilecek olan LLL'i unutmayın...



MODÜLLER

- T18: Yoğun Bakım Hastalarında Nutrisyon Desteği (Yeni Versiyon)
- T17: Periooperatif Dönemde Beslenme (Yeni Versiyon)
- T10: Çocukluk Çağında Nutrisyon Desteği (Yeni Versiyon)

- T9: Parenteral Nutrisyona Yaklaşım
- T23: Obezitede Nutrisyon (Yeni Versiyon)
- T36: Yaşlılıkta Beslenme



10. KEPAN Kongresi web sitemiz yayında...

29 Mart - 2 Nisan 2017'de Antalya Belek Titanic Deluxe Hotel'de buluşuyoruz !!! Web sitemizi ziyaret ediniz. www.kepan2017.org



Web'deki kitap satışından haberiniz var, değil mi?

"Klinik Nutrisyonun Temelleri" kitabını satın almak istiyorsanız web sayfamızı ziyaret ediniz.



Broşürlerimizin dağıtımına başlandı...

Hasta bekleme odalarında kullanılmak üzere Onkoloji, Nöroloji, Geriatri ve Çocuk hastalar için beslenme broşürleri hazırlandı ve dağıtımına başlandı.



Lütfen üyelik bilgilerinizi güncelleyiniz.

KEPAN bültenini size ulaştırabilmemiz için adres bilgilerinizin güncellenmesi gerekmektedir.



Bilimsel çalışmalarını desteklemeye devam ediyoruz...

Detaylar için KEPAN dernek web sitemizi (www.kepan.org.tr) ziyaret ediniz.



Yeni üyelerimiz

Serpil Büyükdemir

Burcu Kelleci

Burcu Ateş

Yasemin Şahdalaman

Nurten Özen

İbrahim Kırhan

Büşra Canbaz

Gülce Devenciler

Gökçen Ural

Hasibe Kazancı

Esra Uzaslan

Simge Kuralay

Merve Yılmaz

Nuray Uslu Kızıllıkan

Gül Kayalı Kalmaz

Burcu Kurban

Duygu Sevim

Merve Keçicier

Begüm Şenbay

Tuğba Küçük

Rukiye Kart

Leyla Baran

Obezite bir malnütrisyonudur

Dr. Dyt. Sinem METİN - Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Beslenme ve Diyetetik Bölümü Öğretim Görevlisi

Malnütrisyon; dokuların temel gereksinimi olan enerji, protein ya da diğer besin öğelerinin yetersiz, fazla ya da dengesiz tüketimi sonucunda vücutta yapısal değişikliklere, organlarda fonksiyon bozukluklarına ve klinik yetersizliklere neden olan durum olarak tanımlanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü malnütrisyonun tüm formlarının ciddi nütrisyonel eksikliklere yol açarak tüm yaş gruplarında hastalık, ölüm oranı ve hastalıkların maliyetini arttırdığını bildirmiştir. Günümüzde ise malnütrisyon ve obezitenin birbirini tetiklediği bildirilmekte hatta gelişmiş ülkelerde obezite, malnütrisyonun en sık görülen formu olarak tanımlanmaktadır.

Beslenme durumu sayısız etmeden etkilenmektedir. Tüketilen besinlerin fazla olması her zaman günlük besin ögesi gereksinimlerinin karşılandığı anlamına gelmemektedir. Burada besine ve konakçıya özgü bazı etmenlerin değerlendirilmesi gerekmektedir. Besine özgü etmenler; besinin kimyasal formu, toprak özellikleri, yetiştirilen coğrafya, diyet matris yapısı, besin öğelerinin diğer bileşenlerle etkileşimi, besin hazırlama ve pişirme teknikleri gibi konulardır. Konak ile ilişkili etmenler ise; mide asidi, hidroklorik asit, intrinsek faktör salınımında azalma, gastrointestinal cerrahi işlem, bağırsak mukoza geçirgenliğinde değişiklik gibi bağırsak emilimini etkileyen etmenlerin yanı sıra genel beslenme durumu, yaş, cinsiyet, vücut ağırlığı, ırk, genetik etmenler, fizyolojik durum (gebe, emzikli, ergen vb.), patolojik durum (enfeksiyon, cerrahi işlem, yanık vb.) gibi sistemik etmenlerdir.

Ekonomik kalkınma ve kentleşmenin küresel boyutta artışı ile birlikte yetersiz ve aşırı beslenme birikmeliği, “paradoksal ya da ikili yük” olarak da adlandırılmaktadır. Besin seçimi ve pişirme tekniklerindeki hataların yanı sıra besin içeriğindeki değişimin de bu sonuca zemin hazırladığı belirtilmektedir. Yapılan bir araştırmada, Amerika Birleşik Devletleri Tarım Bakanlığı (USDA) besin bileşimleri kayıtları 1950 ve 1999 yıllarında karşılaştırılmış ve 1999 yılında yetiştirilen sebze ve meyvelerin 1950 yılındaki aynı besinlere göre kalsiyum, demir ve C vitamini içeriklerinin sırasıyla %16, %15 ve %20 daha az olduğu saptanmıştır.

Şeker, alkol, yağ içeriği yüksek, elzem besin öğelerinden fakir, işlenmiş ürünlerden zengin olan Batı tipi beslenme; başta obezite olmak üzere ateroskleroz, bozulmuş immünite, enfeksiyonlar, alerjiler, kanser ve birçok kronik hastalığa zemin hazırlamaktadır. Obezitede besin tüketiminde yetersizlik olmaması ve çeşitli besin kaynaklarına sınırsızca ulaşımına rağmen paradoksal eksiklikler uzuz, kalitesiz, enerji içeriği yoğun, besin ögesi içeriği düşük besin tüketiminin, elzem besin öğeleri ihtiyacını karşılamadığını desteklemektedir. Diğer yandan obezite; besin öğelerinin emilim, metabolizma ve atım süreçlerinde değişikliğe yol açabilmekte ve böylece biyoyararlanımı etkileyebilmektedir.

Obez bireylerde mikro besin ögesi eksikliklerinin yüksek olduğu bildirilmektedir. En sık görülen mikro besin ögesi yetersizliklerinden D vitamini yetersizliğine %57-94 sıklığında rastlanmaktadır. İsviçre’te yürütülen bir çalışmada obez çocuklarda yağ tüketiminin normal ağırlıktaki çocuklardan daha az, sükröz tüketiminin ise daha fazla olduğu ayrıca D vitamini, demir, omega-3 yağ asitlerinin ise diyetle yetersiz alındığı saptanmıştır.

D vitamini eksikliği beden kütle indeksi ve sistolik kan basıncı ile pozitif, HDL-kolesterol ile negatif ilişkili bulunmuştur. Başka bir çalışmada ise hafif şişman ve obez bireylerde tiyamin, A, C, D vitaminleri ve kalsiyum, magnezyum, potasyum, selenyum yetersizlikleri saptanmıştır. Bir diğer çalışmada bariyatrik cerrahi aday bireylerde plazma demir, çinko, kalsiyum, fosfor, B12 vitamini ve D vitamini yetersiz olduğu bildirilmiştir.

Normal ağırlık ve yağsız doku külesine sahip bireylerde yağ dokuları, adiponektin gibi insülin direnci ve ateroskleroza karşı koruyucu hormonları salgılayan adipositler içerirler. Bu dokular aynı zamanda yemek sonrasında substratları depolamak için yeterli depo kapasitesine sahiptirler. Böylece karaciğer, pankreas ve kaslar gibi anahtar metabolik organlar lipit yükü ve ektopek lipit depolanmasından korunmuş olur. Tersine mikro besin öğeleri eksikliklerine sahip obez bireylerde adipoz doku metabolik komplikasyonlar ve sağlık sorunlarına yol açmaktadır.

Özetle katabolik durumdaki obez hastalar da tıpkı zayıf hastalar gibi malnütrisyonla maruz kalabilirler. Bu nedenle obez hastalar izlenmeli ve uygun nütrisyon desteği verilmelidir. Ancak besin desteği verilen hastalarda bile mikro besin öğelerinin düzeylerinin aynı kaldığı ya da daha da azaldığı bildirilmiştir. Bu çelişkili durum sindirim sistemi engelleme işlevinin, bağırsak mikrobiyotasının bozulması ve artmış metabolik taleple açıklanmaktadır. Aminoasit ve nörotransmitter yokluğuna bağlı iştah ve doyunluk durumunu düzenleyen “feed back” mekanizmalarındaki bozulma da bu durumdan sorumlu tutulmaktadır. Bu yüzden, obez bireylerde besin desteği tek başına çözüm olamamakta, ağırlık kaybı ile biyoyararlanım mekanizmasında iyileşme amaçlanmaktadır. Ağırlık kaybı hedeflenirken zaten eksik olan mikro besin ögesi düzeyini kötüleştirmemek için diyet içeriğinin dikkatle düzenlenmesi, hastaların uygun aralıklarla izlenmesi ve hastaya en uygun nütrisyonel desteğin verilmesi önemlidir.

Kaynaklar:

Gebler L, Charuvastra M, Silver D. Nutritional deficiencies associated with obesity. *J Obes Weight Loss Ther* 2015; 5: 2.

Kaidar-Person O, Person B, Szomstein S, Rosenthal R.J. Nutritional deficiencies in morbidly obese patients: A new form of malnutrition? *Obesity Surgery* 2008; 18(8): 1028-34.

Gibson RS. The role of diet- and host-related factors in nutrient bioavailability and thus in nutrient-based dietary requirement estimates. *Food Nutr Bull.* 2007;28(1):S77-100.

Davis DR, Epp MD, Riordan HD. Changes in USDA food composition data for 43 garden crops, 1950 to 1999. *J Am Coll Nutr* 2004; 23(6):669-82.

Smotkin-Tangorra M, Purushothaman R, Gupta A, Nejadi G, Anhalt H, Ten S. Prevalence of vitamin D insufficiency in obese children and adolescents. *J Pediatr Endocrinol Metab* 2007; 20(7): 817-23.

Sanchez A, Rojas P, Basfifer K, et al. Micronutrient deficiencies in morbidly obese women prior to bariatric surgery. *Obesity Surgery* 2016; 26(2): 361-8.

World Health Organisation. Challenges. <http://www.who.int/nutrition/challenges/en>