

PROF. DR. ERKAN TOPUZ'UN POPÜLER YAZILARI KAYNAKÇASI

Bülent Ağaođlu

25.11.2013

Prof Dr. Erkan TOPUZ 1946 yılında İstanbul Yeşilköy'de doğdu. Pertevniyal Lisesi'ni 1964 yılında bitirdi. Aynı yıl İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi'ne girdi.

Prof. Dr. Erkan TOPUZ'un hekimlik görevine başladığı 1970 yılından bugüne kadar geçen süre zarfında yapmış olduğu birçok araştırma ve çalışmaların neticesinde yayınlanmış olan; 400'ün üzerinde yurt dışı makale ve bildiri özeti, 200'ün üzerinde ulusal yayını ve 45'in üzerinde de kitap ve kitap bölümü vardır. Ayrıca, Meme, Akciğer, Gastrointestinal Sistem, Deri Kanseri, Lenf Kanseri, Jinekolojik Tümörler ve Alternatif Tamamlayıcı Tıp ile ilgili gibi birçok yurt içi ve yurt dışı seminer ve kongrelerde başkanlık ve sunumlar yapmıştır. Her yıl düzenlenen İ.Ü. Onkoloji Günleri kongresinde başkan ve konuşmacı olarak görev almaktadır.

Prof. Dr. Erkan TOPUZ, İstanbul Üniversitesi Onkoloji Enstitüsü Müdürlüğü görevini 1994 yılından beri sürdürmüştür. Şuanda EMSEY hastanesi Onkoloji Direktörlüğünü yürütmektedir.

**Akciğer sağlığı için kara turp**– 24 Kasım 2013 Pazar Akciğer kanserinden korunmanın en iyi yolu, sigarayı bırakmak. Uzmanlar ayrıca; zerdeçal ve kara turpun, kanser hücrelerini küçülttüğünü de söylüyor. Turunçgillerin de her zaman kabuklarıyla tüketilmesi öneriliyor

**Hastalıktan korunmanın yolu anti-aging'de**– 22 Kasım 2013 Cuma Yaşlanma, hücrelerin hasar görmesine ve hastalıklara neden oluyor. Anti-aging yöntemi ile yaşlanmayı durdurmak; kanser, Alzheimer, kalp krizi ve felç gibi hastalıklardan koruyor

**Mutfaktaki doğal eczane mantar**– 17 Kasım 2013 Pazar Eski çağlardan beri sofraları süsleyen mantar; tedavi edici özelliğiyle tanınıyor. Antioksidan özelliğiyle bilinen mantarlar, böbrek hastalığı ve kanserin tedavisinde de fazlasıyla etkili

**Şifa dağıtan baharat safran**– 10 Kasım 2013 Pazar Sofraların baş tacı olan safran; Anadolu'da Hititler'den bu yana ilaç olarak kullanılıyor. Safran; obeziteden strese, kalp hastalıklarından kolesterole, kanserden Alzheimer'a pek çok rahatsızlığın tedavisinde etkili

**Şeker sağlığını tehdit ediyor**– 08 Kasım 2013 Cuma Yapılan araştırmalar; şeker tüketiminin meme, prostat, yumurtalık ve pankreas kanseri riskini artırdığını gösteriyor. Şeker, kanserli dokuları besleyerek daha hızlı büyümelerine neden oluyor

**Erkekler için çok faydalı: Saw Palmetto**– 03 Kasım 2013 Pazar Kuzey Amerika kökenli bir bitki olan saw palmetto; bakterileri öldürüyor ve idrar enfeksiyonlarını önüyor. Saw palmetto, prostat kanserinin gelişimini de engelliyor

**Mucize bitki sarımsak kanseri önüyor**– 01 Kasım 2013 Cuma Mutfakların vazgeçilmez yiyeceği sarımsak; enfeksiyondan kalp-damar hastalıklarına kadar her derde deva. Ayrıca meme ve cilt gibi çeşitli kanser türünü önlemede de etkili

**Sağlıklı yaşamın sırrı probiyotikler**– 27 Ekim 2013 Pazar Süt, yoğurt, kefir ve turşunun içinde bulunan probiyotikler; bağışıklık sistemini güçlendirip ömrü uzatıyor. Bu canlı organizmalar; kolon ve meme kanserinden korunmada da etkili oluyor

**Ginseng her derde deva**– 25 Ekim 2013 Cuma Yüzyıllardır gençlik iksiri olarak kullanılan ginseng bitkisinin kansere karşı koruyucu etkisi de bulunuyor. Bitki; diyabet, enfeksiyon ve iktidarsızlık tedavisinde de kullanılıyor

**Fesleğen stresi azaltıp kalbi koruyor**– 20 Ekim 2013 PazarYemeklere lezzet katan fesleğen, insan sağlığını olumlu etkiliyor. Fesleğen tüketiminin; kalp sağlığına, ödemlere, DNA hasarına iyi geldiği biliniyor. Stresle savaşıyor fesleğen, ayrıca kan şekerinin düzenlenmesine de yardımcı oluyor

---

**Nar ve zencefil testis kanserinden koruyor**– 13 Ekim 2013 PazarNadir görülen bir kanser türü olan testis kanseri, son yıllarda gençler arasında hızla yaygınlaşıyor. Bel ağrısı ve bulantı gibi belirtileri olan hastalıktan korunmak için zencefil ve nar takviyesi kullanılmalı

**Kilolularda kanser riski çok yüksek**– 11 Ekim 2013 CumaKansere neden olduğu kanıtlanan obezite, doğal beslenme zincirinin bozulmasıyla hızla yaygınlaştı. Otlanmayan hayvanların ürettiği süt, yoğurt, yumurta gibi gıdalar kilo aldırıyor

**Geç iyileşen yaralar için atkuyruğu otu**– 06 Ekim 2013 PazarAtkuyruğu otunun faydaları saymakla bitmiyor. Geç iyileşen yaraların tedavisinde kullanılan atkuyruğu otu, idrar söktürüyor. Halk arasında tüberküloz tedavisinde de kullanılan bu ot, böbrek kumlarını dökmekte de faydalıdır

**Akdeniz mutfağı ile sağlıklı kalın**– 04 Ekim 2013 CumaSebze–meyve, zeytinyağı ve balık tüketimine dayalı Akdeniz diyeti; kanser, şeker ve kalp hastalıklarından koruyor. Zeytinyağı; kemik erimesi ve ülserle karşı da etkili

**Her derde deva bir meyve akai çileği**– 29 Eylül 2013 PazarGüçlü bir antioksidan olan akai çileği; Alzheimer ve Parkinson gibi hastalıkların tedavisinde etkili. Akai çileği özleri, ayrıca kolon kanserini önüyor

**Yumurtalık kanseri ve tedavisi**– 27 Eylül 2013 CumaYumurtalık kanserinde erken teşhis hayat kurtarıyor. Tanıda, klasik yöntemlerin yanı sıra yeni yöntemlerin de kullanılması öneriliyor

**Formda kalmak kanserden koruyor**– 22 Eylül 2013 PazarFazla kilolu olmak, meme kanserine yakalanma riskini artırıyor. Uzmanlar; sağlıklı beslenmenin ve kilo vermenin, kadınları meme kanserinden koruduğunu söylüyor

**Yaş ilerledikçe meme kanseri riski artıyor!**– 20 Eylül 2013 CumaKadınlarda görülen kanser vakalarının yüzde 30'unu oluşturan meme kanseri; ileri yaşlarda daha sık görülüyor. 75 yaşındaki bir kadın, 25 yaşındakinden 40 kat daha fazla risk taşıyor

---

**Zeytin yaprağı özü kanserden koruyor**– 15 Eylül 2013 Pazar Zeytin ve zeytinden elde edilen ürünler; sağlıklı hücreleri şekere bağlı hasardan koruyarak, kanserin önlenmesine yardımcı oluyor. Zeytin yaprağı özü, kan şekeri ve kan basıncının düşürülmesinde de etkili oluyor

**Koenzim Q 10 tüm kanser türleriyle savaşıyor!**– 13 Eylül 2013 Cuma Metabolizmayı besleyen bir enzim olan Koenzim Q10, kanser tedavisinde yeni bir dönem başlattı. Sağlıklı hücreleri koruyan Koenzim Q10, kemoterapinin olumsuz etkilerini de en aza indiriyor

---

**tamamlayıcı terapiler gerçekten yararlı mı?**– 08 Eylül 2013 Pazar Kanserli hastalara umut olarak sunulan birçok alternatif terapi, henüz araştırma aşamasında. Bitkisel tedavi, C vitamini yüklemesi ve detoksterapisi gibi bazı yöntemlerin faydaları, halen bilimsel açıdan kanıtlanamadı

**Tartışılan kanser terapileri**– 06 Eylül 2013 Cuma Oksijen ve kıkırdak tedavisi gibi alternatif kanser tedavileriyle ilgili tartışmalar devam ediyor. Bu yöntemlerin aslında faydalı olmadığını savunan birçok uzman var...

**Kansere karşı alternatif tedaviler**– 01 Eylül 2013 Pazar Kanser tedavisinde alternatif yöntemlerden de faydalanılıyor. Ancak yararlı olduğu iddia edilen birçok tedavi, henüz bilimsel olarak ispatlanamadı

**Metformin ve prostat kanseri**– 30 Ağustos 2013 Cuma Araştırmalar; diyabette kullanılan metforminin, prostat kanserini önlediğini gösteriyor. Uzmanlara göre; metformin sayesinde kansere bağlı ölümler artık azalacak

**Kanserliler; gribe karşı dikkat!**– 25 Ağustos 2013 Pazar Akciğer kanseri hastalarının tedavi sonrası grip olmamaları gerekiyor. Grip; hastaların bağışıklık sistemini çökertiyor ve hastalığın yeniden ortaya çıkmasına neden olabiliyor

**Kanserde antioksidanın önemi**– 23 Ağustos 2013 Cuma Akciğer kanseri hastalarında, radyasyon tedavisinin yan etkilerine bağlı olarak zatürre görülebiliyor. Antioksidanlar ise hastaları yan etkilerden koruyor ve ömürlerini uzatıyor

**Soğan akciğer kanserinin düşmanı**– 18 Ağustos 2013 Pazar Tüm kanser ölümlerinin üçte birini oluşturan akciğer kanserinden korunmak için yapılması gereken ilk şey; sigarayı bırakmak. Domates, soğan ve elma tüketmek de yarar sağlıyor

---

**Cilt kanserine karşı eğrelti otu özü!**– 16 Ağustos 2013 Cuma Ozon tabakasının delinmesi nedeniyle son 40 yıl içinde cilt kanseri vakalarında artış oldu. Araştırmalar; takviye olarak alınacak eğrelti otu özlerinin, cildi güneş ışınlarından dokuz kat koruduğunu ortaya çıkardı

**Halsizliğe karşı masaj ve müzik terapisi**– 11 Ağustos 2013 Pazar Kemoterapi ve radyoterapi gören hastalarda yaygın olan halsizliğe karşı masaj ve müzik terapisi ile akupunktur öneriliyor. Meditasyon ve yoga da hastanın uyku kalitesini artırıyor

**Kanser hastalarında halsizlik**– 09 Ağustos 2013 Cuma Kanser tedavisinin yan etkileri, hastalarda iştahsızlık ve halsizliğe neden olabiliyor. Gingseng'in halsizliğe iyi geldiği söyleniyor ama araştırmalar, bu iddiayı desteklemiyor. B12 ve folik asit takviyesi ise yarar sağlıyor

---

**Prostat kanserinde besin desteğinin hayati önemi var**– 04 Ağustos 2013 Pazar Prostat kanserinin erken safhasında olan hastalarla yapılan çalışmalara göre; selenyum içeren besinler ile soya ve keten tohumu gibi bitkiler, kanserin yayılmasını önüyor

**Az yağlı besinler prostat kanserinden koruyor!**– 02 Ağustos 2013 Cuma Düşük yağ oranlı besinler tüketmek ve sebze–meyve ağırlıklı beslenmek, prostat kanseri riskini azaltıyor. Çalışmalar; selenyum, E vitamini ve likopen içeren gıdaların da kanserli hücrelerin büyümesini engellediğini ortaya koyuyor

**Kansere karşı sanat**– 28 Temmuz 2013 Pazar Her yaştan kanser hastasına uygulanabilen sanat ve müzik terapisi; tedavi sürecinin olumsuz etkilerini en aza indiriyor. Fiziksel ve ruhsal iyileşme sağlayan bu terapiler, vücudu rahatlatarak ağrıları azaltıyor

**Kanserle mücadelede beş duyuyu kullanın**– 26 Temmuz 2013 Cuma Tat alma, görme, koku alma, işitme ve dokunma duyuları; kanserin negatif etkileriyle mücadelede önemli rol oynuyor. Bu duyuların bir arada kullanılması, stresi azaltarak iyileşmeyi artırıyor

**Kanser hastaları için önerilen popüler diyetler**– 21 Temmuz 2013 Pazar Kanser hastalarına önerilen pek çok popüler beslenme diyetinin; ek besinlerle desteklenmesi lazım. Bu diyetleri uygulamadan önce mutlaka bir uzmana danışmak gerekir

---

**Pırasa ve soğan ile kanserden korunun!**– 19 Temmuz 2013 CumaPırasa, soğan ve elma kabuğunda bulunan kuersitin; kanser riskini azaltıyor. Yeşil yapraklı sebzelerde bulunan E vitamini ise tümör oluşumunu engelliyor

**Kanserle savaşılan bir hormon: Melatonin**– 14 Temmuz 2013 PazarYapılan araştırmalar; uyku sırasında üretilen melatonin hormonunun kanser tedavisinde yararlı olduğunu gösteriyor. Melatoninin özellikle beyin tümörleri ile meme ve prostat kanserinde fayda sağladığına yönelik veriler bulunuyor

**Kansere karşı bol bol domates tüketin**– 12 Temmuz 2013 CumaDomatesin içinde bol miktarda bulunan likopen ile keten tohumu, beta-karoten ve alfa-lipoik asit gibi birtakım takviyeler; kanser riskini azaltıyor

**Sebze-meyve yiyin ve az yağlı süt için**– 07 Temmuz 2013 PazarYüksek oranda doymuş yağ tüketimi, meme kanseri riskini artırır. Kansere karşı sebze ve meyve ağırlıklı diyet önerilir. Süt ürünlerinin ise düşük yağlı olanlarının tercih edilmesi gerekir

**Enginar yaprağı ömrü uzatıyor**– 05 Temmuz 2013 Cumaİnsan vücuduna sayısız faydası olan enginar, kolesterolden diyabete kadar birçok hastalıkla mücadele ediyor. Kanserin yayılmasını önleyen bu sebze, ömrün uzamasına da yardımcı oluyor

---

**Antioksidanlar alkolün zararlarından koruyor**– 30 Haziran 2013 PazarAşırı alkol tüketimi, kanser riskini artırıyor. Nar ekstresi, üzüm çekirdeği, quersetin, silmarin gibi antioksidanlar ise bu riski büyük ölçülerde azaltıyor

**Aşırı alkol tüketimi kanser riskini artırır**– 28 Haziran 2013 CumaAlkol alındığında oluşan asetaldehit; hücrelerin DNA yapısını bozuyor ve kansere neden olabiliyor. Bu nedenle haftalık alkol tüketimi 12 kadehi geçmemeli

**Kansere karşı Metmorfin!**– 23 Haziran 2013 PazarDiyabet tedavisinde sıkça kullanılan Metformin; hücrelere etki ederek kansere yakalanma riskini yüzde 54 oranında azaltıyor

**Zeytin yaprağı özü kanserden koruyor**– 21 Haziran 2013 CumaDoğal bir antioksidan olan zeytinyağı ve zeytin yaprağı özleri; kansere yakalanma riskini azaltıyor. Kalp ve damar sağlığını koruyan zeytinyağı, tansiyonu da düzenliyor

**Radyoaktif hasarı engelliyen besinler**– 16 Haziran 2013 PazarCT taraması yaptırmanız gerekiyorsa, maruz kalacağınız radyasyondan; biberiye, meyan kökü ve ginseng gibi antioksidan içeren besinler tüketerek korunabilirsiniz

**Bitki özleri radyasyona karşı koruyor**– 14 Haziran 2013 CumaDoğal bitki özleri, radyasyona maruz kalan hücrelerdeki hasarı azaltarak iyileşmeye yardımcı oluyor. Zerdeçal, sarımsak ve zencefil; DNA'yı radyasyondan koruyor...

**Radyasyona karşı antioksidan koruma**– 09 Haziran 2013 PazarAntioksidan içrikli besinler, radyasyonun tetiklediği kanserlerde risk oranını düşürüyor. CT taraması yaptırmadan önce, yeşil çay ve soya fasulyesi gibi doğal besinlere ağırlık verin

**Gereksiz radyasyondan kaçınmalı**– 07 Haziran 2013 CumaTıbbi görüntülemede kullanılan X ışınları, yeni kanser vakalarına neden olabiliyor. Sağlıklı kişilerin bu ışınlardan uzak durması gerekiyor

**Radyasyonun en azı bile güvenli değil**– 02 Haziran 2013 PazarBilgisayarlıtomografide kullanılan radyasyonun, hiçbir miktarının güvenli olmadığı belirtiliyor. Dr. John W. Gofman, en düşük seviyedeki radyasyonun bile kansere neden olabildiğini savunuyor

**Aşırı radyasyon yüklenmesi kanser vakalarını artırıyor**– 31 Mayıs 2013 CumaSon 30 yılda kullanımı yaklaşık 25 kat artan CT taraması, yani bilgisayarlı tomografi; sanılandan dört kat daha fazla radyasyon yayıyor. Hücrelerin mutasyona uğramasına neden olan radyasyon; kansere yol açabiliyor

---

**Çocuklar tomografi cihazına girmesin**– 26 Mayıs 2013 PazarRadyasyonun tıbbi kullanımına dikkat edilmelidir. Çocuklara, çok gerekmedikçe bilgisayarlı tomografilerde tarama yapılmamalı. Kadınlar ise mamografi yerine termografiye talep edebilirler

**Kimyasallara karşı bol bol brokoli yiyin!**– 24 Mayıs 2013 CumaToksinleri vücuttan atan enzimler iyi çalışmıyorsa; şampuanlar, böcek ilaçları, araçlardan çıkan gazlar kansere davetiye çıkarıyor. Brokoli ve turp yiyerek kimyasalların zararlı etkilerinden korunabilirsiniz

---



**Kolon kanserine karşı elma yiyin-** 19 Mayıs 2013 Pazar Kolon kanserinden korunmak için; elma mutlaka kabuğuyla yenmeli, günde yarım kilo ev yoğurdu tüketilmeli. Gün aşırı 1 gram da kalsiyum alınmalı

**Kabızlık ve ishale dikkat-** 17 Mayıs 2013 Cuma Kalın bağırsak kanserinden korunmak için; 50 yaşından sonra herkes beş yılda bir kolonoskopi, yılda bir kez ise rektal muayane ve gaitada gizli kan testi yaptırmalı

**Akciğer kanserine karşı hindi eti-** 12 Mayıs 2013 Pazar Son çalışmalara göre; genellikle 50-70 yaş grubunda rastlanan akciğer kanseri, 40 yaşın altındaki hastalarda da görülmeye başladı

**Prostat kanseri için yeni tedaviler-** 10 Mayıs 2013 Cuma Prostat kanseri; en çok ölüme neden olan ikinci kanser türü olsa da, erken teşhis edildiğinde tam olarak tedavi edilebiliyor. Yeni nesil tedaviler; hastaların ömrünü 10 yılı aşkın süreyle uzatıyor

**Meditasyon ömrü uzatıp yaşam kalitesini artırır-** 05 Mayıs 2013 Pazar Doğu kültürlerinde önemli bir yere sahip olan meditasyon; modern tıpta tamamlayıcı tedavi olarak kullanılıyor. Ağrıları azaltmaya ve bağışıklık sistemini güçlendirmeye yardımcı olan bu teknik; kanser hastalarının yaşam süresini uzatıyor

**Yoga ile yaşam enerjisi kazanın-** 03 Mayıs 2013 Cuma Hindu felsefesinde önemli bir yeri olan yoga tekniğine, artık modern tıpta da sıkça başvuruluyor. Zihin ve vücut arasında denge kurmayı hedefleyen bu yöntem; kanser, kalp hastalıkları, astım ve diyabet gibi birçok hastalıkta yardımcı tedavi unsuru olarak kabul ediliyor

**Kanseri kahkaha atarak yenin!-** 28 Nisan 2013 Pazar Gülmek; kan dolaşımını ve solunumu düzenlerken bağışıklık sistemini de güçlendiriyor. Uzmanlar, gülmenin; bu mucizevi etkileri sayesinde kanser hastalarının yaşam kalitesini artırdığını söylüyor

**Anti-kanser tedavileri-** 26 Nisan 2013 Cuma Kanser tedavisi uygulanan hastaların ruhsal durumu da tedavinin başarısında önemli rol oynuyor. Bioenerji, dans terapisi ve ruhani yöntemler; hastayı rahatlatıp ağrıyı azaltıyor

---

**Kanserin yan etkilerini azaltıyor-** 21 Nisan 2013 Pazar Binlerce yıldır tıpta tamamlayıcı unsur olarak kullanılan aromaterapiyle; hoş kokulu yağlar aracılığıyla iyileşme sağlanması amaçlanıyor. Bu

teknik; kemoterapi gören hastaların bulantı, ağrı gibi şikayetlerini hafifletirken bağıışıklık sisteminin güçlenmesine yardımcı oluyor

**Tamamlayıcı tedaviler**– 19 Nisan 2013 Cuma Geleneksel tıpta binlerce yıldır kullanılan akupunktur, yoga ve aromaterapi gibi tedavi yöntemleri; kanser hastalarının ağrı, bulantı ve yorgunluk gibi sorunlarının giderilmesine yardımcı oluyor

**Kansere karşı Boswellia**– 14 Nisan 2013 Pazar Uzun yıllardır geleneksel tıpta kullanılan Boswellia bitkisi; kanserli hücrelerin çoğalmasını önüyor. Hindistan ile Afrika kıtasında yetişen bu bitki; kalp ve beyin üzerindeki iyileştirici etkisiyle de büyük öneme sahip

**Meyve özünün koruyucu etkisi**– 12 Nisan 2013 Cuma Acaiberry, çilek ve yaban mersini gibi meyveler; kanserle savaşta giderek daha çok önem kazanıyor. Antioksidan etkiye sahip bu meyveler; kansere neden olan serbest radikallere karşı vücudu koruyor

**Kansere karşı safran**– 07 Nisan 2013 Pazar Geleneksel tıpta yüzyıllardır kullanılan bir bitki olan safran; tümörlerin yok edilmesine yardımcı oluyor, kanser ilaçlarının yan etkilerini azaltıyor

**Karnın içine kemoterapi yaşamı uzatıyor**– 05 Nisan 2013 Cuma Yumurtalık kanserlerinde tercih edilen karnın içi kemoterapi yöntemi, hastaların yaşam süresini uzatıyor. Bu tedavide, yüksek dozda ilaç direkt olarak kanserli hücrelerin üzerine uygulanıyor

**Kansere karşı kereviz**– 31 Mart 2013 Pazar Akdeniz kökenli bir sebze olan kereviz; mucizevi içeriği sayesinde yumurtalık, prostat ve pankreas gibi birçok kanser türüyle savaşıyor. Kansere karşı; kerevizin yaprakları, tohumu ve sapının taze olarak tüketilmesi tavsiye ediliyor

**Günde 4 fincan kahve her tür hastalığa deva oluyor**– 29 Mart 2013 Cuma Düzenli kahve tüketimi; meme kanseri riskini yüzde 57, diyabet riskini ise yüzde 67 oranında azaltıyor, kalp-damar hastalıklarından ve Parkinson'dan koruyor

**Kanserde yeni umut anti-aging**– 24 Mart 2013 Pazar Yaşlanma sürecinde hücrelerdeki hasarın artması; vücudu kansere açık hale getiriyor. Bu süreci durdurup yaşam süresini daha da uzatmanın yolunu arayan uzmanlara göre; kanser tedavisinde gelecek anti-aging'te!

**Her altı kişiden biri cilt kanseri tehdidi altında**– 22 Mart 2013 Cuma Son yıllarda yükselişe geçen cilt kanseri, her altı kişiden birinin sağlığını tehdit ediyor. Bu kanser türüne; özellikle baş, yüz ve kollar gibi, vücudun güneş gören bölgelerinde rastlanıyor

**Kansere karşı sinameki ve cascara- 17 Mart 2013 Pazar**Kabızlık tedavisinde kullanılan sinameki ve cascara gibi doğal laksatifler, kanser karşıtı etkilere de sahip. Henüz konuyla ilgili yeterli veri bulunmasa da, doğal laksatiflerkemoterapide yardımcı unsur olarak sıkça kullanılıyor

**Kemoterapide Koenzim Q10 etkisi- 15 Mart 2013 Cuma**Vücutta doğal olarak bulunan bir enzim olan Koenzim Q10, bağıışıklığı güçlendirerek kanserle savaşıyor. Ayrıca, kemoterapinin ağır yan etkilerinin azaltılmasına yardımcı oluyor

**Kanserle mücadelede mantarın önemi artıyor- 10 Mart 2013 Pazar**Son 10 yılda yürütülen tıbbi çalışmalar; mantarın kanserle mücadelede mucizevi etkilere sahip olduğunu gösteriyor. Bu bitki; içeriğindeki polisakkaritler sayesinde hem tümör oluşumunu engelliyor, hem de bağıışıklık sistemini güçlendiriyor

**Aspirin kanser riskini yüzde 20 düşürüyor- 08 Mart 2013 Cuma**Her gün düşük dozda alınan Aspirin, kanser türlerine karşı koruyucu etki sağlıyor. 55 yaş ve üzerindeki kişilerde maksimum etkiyi gösteren ilaç; kansere yakalanma riskini yüzde 20 oranında azaltıyor

**Sigara tiryakileri köri tüketsin!- 01 Mart 2013 Cuma**Akciğer kanseri riskini artıran sigaranın yarattığı hasardan korunmak için, köri baharatını sofranızdan eksik etmeyin. Köri, toksinlerin vücuttan daha hızlı atılmasına yardımcı olur

**Aşırı alkol kanser riskini artırır!- 24 Şubat 2013 Pazar**Aşırı miktarda alkol tüketmek, hücrelerin yapısında değişikliğe neden olarak birçok kanser türüne yakalanma riskini artırıyor. Uzmanlar; alkol alımının haftada 12-15 kadehi geçmemesini öneriyor

**Kansere karşı sekiz bitkiden oluşan karışım- 22 Şubat 2013 Cuma**Çinli bir bilim insanının geliştirdiği PC-SPEs, prostat kanserini önlemek ve tedavi etmek için kullanılan bitkisel bir karışım. Ürünün içinde; ginseng, meyan kökü ve krizantem gibi sekiz şifalı bitki bulunuyor

**Prostat kanserine karşı balık tüketin- 17 Şubat 2013 Pazar**Prostat kanseri, 55 yaşın üzerindeki erkeklerde sıkça görülen bir kanser türü. Yüksek risk grubundaki kişilerin, bu hastalıktan korunmak için kırmızı etten uzak durması ve haftada en az beş kez balık tüketmesi gerekiyor

---

**Kanser tedavisinde ruhsal ihtiyaçlar da önem taşıyor**– 15 Şubat 2013 Cuma Kanser tedavisinde, hastanın yaşam konforunu bozan sorunların giderilmesi de tedavinin hedefleri arasındadır. Bunun için, hastanın ruhsal ihtiyaçları ön planda tutulur

**Kaliteli gece uykusu, kanserden korur**– 10 Şubat 2013 Pazar Sağlıklı ve zinde bir vücut için gerekli olan düzenli uyku; kanserden korunmada da önemli bir rol oynuyor. Yeterli ve kesintisiz bir gece uykusu; bağışıklık sistemini harekete geçirerek hücrelerin dayanıklılığını artırıyor...

---

**Sigaryayı bırakma yolları**– 08 Şubat 2013 Cuma Uzmanlar, başta akciğer kanseri olmak üzere tüm kanser türlerinden korunmak için sigaryayı bir kerede bırakmanın şart olduğunu söylüyor

**Kansere karşı savaşta duanın gücü**– 03 Şubat 2013 Pazar Stresten uzak durmak; anti-kanser kişiliğini geliştirmek için en önemli adımlardan biridir. Zihni dinginleştirmek, meditasyon yapmak ya da dua etmek sizi güçlü kılar

**Kanserle mücadelede en etkili silah iyimserlik**– 01 Şubat 2013 Cuma Kanser riskini azaltmak için anti-kanser kişiliğinizi geliştirmelisiniz. Bunun için de iyimser olmalı, kendi kendinizle konuşmalı ve doğru sorular sormayı öğrenmeniz gerek

**Kanserle savaşta pozitif bakış açısının gücü**– 27 Ocak 2013 Pazar Uzmanlar, kanserli hastaların; geriye kalan yaşam sürelerini düşünmek yerine pozitif beklentiler içinde olmasını öneriyor. Olumlu bir bakış açısına sahip olmak, bu hastalıkla savaşta önemli rol oynuyor

**Sporsuz yaşam pankreas kanseri riskini artırıyor**– 25 Ocak 2013 Cuma Pankreas kanserine neden olan çevresel faktörlere karşı, günlük yaşamda basit önlemler almak mümkün. Sigaryayı bırakmak, düzenli spor yapmak ve sebze-meyve ağırlıklı beslenmek bu önlemlerden birkaçı

**Kanser karşıtı günlük plan**– 20 Ocak 2013 Pazar Kanserden maksimum ölçüde korunmak için günlük rutininizde küçük değişiklikler yapabilirsiniz. Gün içinde 15 dakikalık sağlık molaları vermek, dua etmek ve sosyal ilişkilerde bulunmak; yapabileceklerinizden sadece birkaçı

**Doğal kanser savaşçıları**– 18 Ocak 2013 Cuma Yüksek kolon kanseri riski taşıyan kişilerin, Hint safranı ve zencefil içeren yiyecekleri bolca tüketmesi tavsiye ediliyor. Her gün yeşil çay içmek de kanser riskini azaltıyor

---

**Kansere karşı elma ve yeşil çay- 13 Ocak 2013 Pazar**Kolon kanserinden korunmak için elma, baklagiller, buğday gibi lif ağırlıklı gıdalar tüketilmeli. Ayrıca yüksek miktarda et ve şeker gibi besin maddelerinden uzak durmak da kanser riskini azaltıyor

**Kolon kanserine karşı özel adımlar- 11 Ocak 2013 Cuma**Kolon kanseri; yaşam biçimi ile yakından ilişkilidir. Bu hastalıktan korunmak için meyve, sebze tüketmeye özen gösterin. Ayrıca yapılan araştırmalar; düzenli egzersizin kanser riskini yüzde 50 azalttığını göstermektedir

**Prostat kanserine karşı domates ve balık tüketin- 06 Ocak 2013 Pazar**Domatese rengini veren likopen; serbest radikallerin vücuttan atılmasını kolaylaştırarak prostat kanserinden korur. Balıkta bol miktarda bulunan Omega 3 de tümörün büyümesini önler

---

**Kellerin prostat kanseri olma riski daha fazla- 04 Ocak 2013 Cuma**4 bin erkeği kapsayan araştırmaya göre; kelliğin görüldüğü erkeklerde, prostat kanserine yakalanma riski yüzde 50 daha fazla. Bu erkekler; meyve-sebze tüketmeli, E vitamini ve likopen bakımından zengin besinler yemeli

**Meme kanserine karşı soya- 30 Aralık 2012 Pazar**Meme kanserinden korunmada beslenmenin önemi büyüktür. Yüksek ateşte kızartılan ya da ızgara yapılan et, kanser riskini artırır. Araştırmalar; keten tohumu ve soyanın ise kansere karşı koruma sağladığını gösteriyor

**Gece vardiyasına dikkat- 28 Aralık 2012 Cuma**Meme kanseri riskini azaltmak için; balık, sebze ve baklagil tüketmeye özen gösterin. Emziren kadınlarda ise meme kanserinin gelişme olasılığı düşüktür. Ayrıca çalışma saatlerinize dikkat edin; gece vardiyası kanser riskini artırır

**Meme kanseri riskini azaltmak elinizde!- 23 Aralık 2012 Pazar**İstatistikler; her 7-8 kadından birinin meme kanseri riski taşıdığını gösteriyor. Ailesinde kanser hikayesi olanlar, geç doğum yapanlar ve 50 yaş üstü kadınlar; rutin kontrollerini aksatmamalı...

**Akciğer kanserine karşı koruyucu besin diyeti- 21 Aralık 2012 Cuma**Besin değeri yüksek bir diyet; çevresel zehirler ve sigara dumanının neden olduğu akciğer kanserinden korunmaya yardımcı oluyor, detoks özelliğiyle zehirlerin atılmasını sağlıyor

---

**Sigarayı bırakmak en etkili korunma-** 16 Aralık 2012 Pazar Akciğer kanseri; tüm kanser türleri arasında en önlenebilir olanıdır. Hastalıktan korunmanın en basit yolu; sigara içmemektir! Eğer sigara içiyorsanız bırakmak için her şeyi yapın

**Kanser tedavisi-** 14 Aralık 2012 Cuma Kanserle mücadelede; güçlü bir bağışıklık sistemine sahip olmak gerekir. Antioksidan ve bağışıklık işlevini destekleyen gıdalar tüketmek, kansere karşı direnci artırır

**Her hastalığın doğal savaşçısı: Nar-** 09 Aralık 2012 Pazar Kış aylarının en sevilen meyvelerinden nar, insan sağlığı için mucizevi özellikler taşıyor. Nar; damar sertliği, kanser ve diyabet gibi hastalıklara karşı savaşta önemli rol oynuyor

**Kansere karşı Reiki-** 07 Aralık 2012 Cuma Bazı sağlık sorunlarının ve günlük yaşamın yarattığı stresi yenmek için, Asya tıbbının sunduğu QiGong, TaiChi ve Reiki gibi enerji egzersizlerine başvurabilirsiniz

**Tedavide akupunktur desteği-** 02 Aralık 2012 Pazar Akupunktur, kanser tedavisinde vücuttaki enerji kanallarını güçlendirmek için kullanılıyor. Aynı zamanda, kemoterapi ve anestezi kaynaklı mide bulantılarını da hafifletiyor

---

**Kanser tedavisine Çin tıbbının katkısı-** 30 Kasım 2012 Cuma Binlerce yıldır var olan geleneksel Çin tıbbı, hastalıklara karşı enerji analizi yapıyor ve vücuttaki dengesizliklere çözüm buluyor. Çin tıbbında, akupunktur, reiki, masaj gibi uygulamalarla bitkilere başvuruluyor

**Suyun şifalı gücü kansere karşı da etkili-** 25 Kasım 2012 Pazar Uzmanlar; bağışıklık sistemini güçlendiren hidroterapiyi kanser hastaları için de öneriyor. Günde 8 bardak sıvı olarak ve sık sık duş yaparak kanserle savaşmak mümkün

**Kanserle savaşta duaların gücü!**- 23 Kasım 2012 Cuma Kanserle mücadelede, meditasyon ve duanın manevi gücünün etkisi bilimsel olarak da kanıtlanmıştır. Yapılan bilimsel araştırmalar; yaraların iyileşme hızlarının arttığını, guatr ve tümör boyutlarının değiştiğini gözler önüne sermiştir

---

**Kansere karşı yoga- 18 Kasım 2012 Pazar**Kanserle savaşta, tıbbi tedaviye destek olarak zihnin iyileştirici gücünü harekete geçiren yöntemler de kullanılıyor. Çeşitli metotlarla, vücudun tümörleri bir savaşçı gibi yendiği hayal edilip rahatlama sağlanıyor

**Cerrahi sonrası takviye gıda şart- 16 Kasım 2012 Cuma**Kanser tedavisinde cerrahi operasyon geçiren kişilerin, iyileşmenin hızlanması için yüksek kalitede beslenmesi gerekiyor. Protein, A ve C vitaminleri ile magnezyum içeren besinler, hasarlı dokunun tamirine, yeni damar oluşumuna ve enfeksiyonla savaşmaya yardım ediyor

**Müzik kanser tedavisinde ağrıları azaltıyor- 11 Kasım 2012 Pazar**Kanserle mücadelede; müzik de alternatif bir tedavi yöntemi olarak kullanılabilir. Ameliyat sırasında müzik dinletilen birçok hastanın daha az ağrı kesici kullandığı gözlenmiştir

**Kanser ameliyatları ve lazer!- 09 Kasım 2012 Cuma**Cerrahların kanser ameliyatlarında tercih ettiği yöntemlerden biri olan lazer; meme, kolon, vajina ve rahim ağzı gibi kanserlerde kullanılıyor. Ameliyat ve iyileşme süresini kısaltan lazer; hastaları da rahatlatıyor

**Probiyotikler bağıışıklığı kuvvetlendiriyor- 04 Kasım 2012 Pazar**Sağlığımız için önem taşıyan yararlı bakteriler olan probiyotikler, birçok kanser türünün önlenmesine yardımcı oluyor. Yoğurt ve kefir gibi süt ürünlerini tüketerek, probiyotiklerin bağıışıklık artırıcı, toksin yükünü azaltıcı ve tümör karşıtı etkilerinden faydalanmak mümkün

**Yeşil çay mucizesi- 02 Kasım 2012 Cuma**Yeşil çay, içeriğindeki anti-oksidan maddelerle kansere karşı etkili bir koruma sağlıyor. Birçok kanser türüne karşı, yemeklerden 20 dakika önce veya iki saat sonra yeşil çay içilmesi tavsiye ediliyor

**Turuncu ve sarı gıdaları bol tüketin- 28 Ekim 2012 Pazar**Gıdalara sarı, turuncu ve kırmızı rengini veren karotenler hem akciğer hem de derikanserine karşı koruma sağlar. E ve C vitaminiyle birlikte alınan selenyum da bağıışıklık sistemini güçlendirir, enfeksiyonlara karşı direnç sağlar

---

**Antioksidan, mineral ve vitamin takviyesi yapın!- 26 Ekim 2012 Cuma**Yeterli miktarda antioksidan içeren multi-vitamin ve mineral preparatları, kanser riskini minimuma indirir. Besin destekleri; enzim sisteminin düzgün çalışmasına yardım eder, hücre hasarını engeller, yaşlanma etkilerini geciktirir. Ayrıca kanserin dışındaki kronik hastalıklara karşı da korur

---

**Lifli besinler vücudu toksinlerden arındırır-** 21 Ekim 2012 Pazar Vücutta toksik maddelerin atılması, kanser riskini azaltıyor. Sebze, meyve ve baklagillerin içinde bulunan lifler; hem vücudu toksinlerden arındırıyor, hem kolesterolü düşürüyor

**Kansere karşı az tuz, çok potasyum!**- 19 Ekim 2012 Cuma Yüksek sodyum ve düşük potasyum içeren bir beslenme diyeti; hem yüksek tansiyon riski taşıyor, hem de kolon kanseri başta olmak üzere birçok kanser türünü tetikleyebiliyor. Şekerli gıdalar ise kanserin nüksetme riskini artırıyor

**Haftada iki kez somon-** 14 Ekim 2012 Pazar Omega 3 yağ asitleri bakımından zengin olan bir diyet, aralarında kanser, kalp, diyabetin de bulunduğu 60'tan fazla hastalıktan koruyor. Somon balığı gibi soğuk deniz balıklarından haftada iki kez tüketmeniz yeterlidir. Eğer yemiyorsanız, balık yağı kapsülü de alabilirsiniz

**Bu gıdalara dikkat!**- 12 Ekim 2012 Cuma Besinlerin bozulmasını önleyen nitrat ve nitritler, kanseri tetikliyor. Bu maddeler; sosis, pastırma, jambon gibi işleme tabi tutulmuş etlerde bulunuyor. Ayda 12 tane sosis yiyen çocuklarda lösemi riski 10 kat, haftada bir kez sosis yiyenlerde beyin tümörü riski iki kat artıyor

**Besinlerin faydaları renklerinde saklı-** 07 Ekim 2012 Pazar Meyve ve sebzelere sarı, kırmızı, yeşil gibi renkleri veren pigmentler, aynı zamanda güçlü kanser karşıtı etkiler gösteriyor. Başta karoten ve flavonoid olmak üzere bu pigmentler, tümörlerle savaşıyor ve bağışıklığı güçlendiriyor

**'Gökkuşaağı' renginde gıdalar kanserden koruyor-** 05 Ekim 2012 Cuma Sebze ve meyvelerin içerdiği birçok madde kansere karşı koruma sağlıyor. Sarı, mor, kırmızı, yeşil gibi gökkuşaağı renklerindeki besinler vücuda yararlı bileşimler içeriyor

**Kanserli hücrelere turuncgil kalkanı-** 30 Eylül 2012 Pazar Turuncgillerin kabuk ve posalarından elde edilen modifiyeturuncgilpektini (MCP), kanser hücrelerinin kümelenme gücünü bloke ediyor, vücudun diğer bölgelerine yayılma riskini azaltıyor

**Maitake mantarı-** 28 Eylül 2012 Cuma Bağışıklık artırıcı bileşenler içeren bir mantar türü olan Maitake mantarı, sağlıklı hücrelerin korunması, bağışıklığın güçlenmesi ve kanserin yayılmasının önlenmesinde önemli rol oynuyor

**Kansere karşı elma kabuğu-** 23 Eylül 2012 Pazar Flavonoid ailesine mensup olan kuersetin; akciğer kanseri riskini yüzde 51, mide kanserine yakalanma riskini ise yüzde 80 azaltıyor. Elma kabuğu ve pırasada bol miktarda bulunan madde, kolesterolü de düşürüyor



**Polyerga proteini kansere karşı-** 21 Eylül 2012 Cuma Domuz dalağından elde edilen 'polyerga' ekstresi; meme ve kolon kanserli hastalarda yarar sağlıyor. Yapılan bir çalışmada; dört ay boyunca 'polyerga' enjekte edilen kanserli hastaların iştahlarının arttığı, ağrılarının azaldığı ve tümörlerinin küçüldüğü gözlenmiş

**Doğal enzimler yaşam süresini artırıyor-** 16 Eylül 2012 Pazar Papatya, ananas, ve soyada bulunan proteolitik enzimler; kanser hastalarının yaşam süresini uzatıyor. Yapılan araştırmalar; 11 hastadan 9'unun yaşamının bir yıl uzadığını ortaya koydu

**Ananas, papatya ve tırtıl kansere karşı-** 14 Eylül 2012 Cuma Doğal ürünlerin; kanserle savaşta etkili olduğu biliniyor. Süper sekiz denilen bu doğal ürünlerden biri proteolitik enzimler. Ananas, papatya, soya ve tırtılda bulunan bu enzimler, kanserle mücadelede destekleyici güç veriyor ve yaşam kalitesini artırıyor

**Ağrılar için E ve A vitamini-** 09 Eylül 2012 Pazar Bazı kanser türlerinde uygulanan radyasyon tedavisi sırasında A ve E vitamini alınmalı. Bu vitaminler iltihaplanma riskini ve ağrıları azaltıp yaşam kalitesini artırıyor

**Işın tedavisini esneyerek kolaylaştırın-** 07 Eylül 2012 Cuma Lenfoma ve prostat kanserinde uygulanan radyasyon tedavisi; kanserli hücreleri küçültüyor. Tedavi sürecinde hastaların çalışma saatlerini azaltmaları, bol bol uyumaları, yoga ve esneme egzersizleri yapmaları tavsiye ediliyor

**Kanser tedavisinde alternatif tıp riski-** 02 Eylül 2012 Pazar Tamamlayıcı ve alternatif tıba olan ilgi her geçen gün artıyor. Ancak tedavi amaçlı bitkiler, reçeteli ilaçlarla kullanıldığında olumsuz etkiler yaratabiliyor. ABD'de her yıl 100 bin kişi bu yüzden hayatını kaybediyor

**Kansere karşı yeşil çay-** 31 Ağustos 2012 Cuma Meyve ve sebzelere renk veren flavonoid bakımından zengin üzüm çekirdeği, 50 yaş altındakilerin kalbini korur. Yeşil çay ise kanser riski taşıyanlar için tavsiye ediliyor

**Sofranızı renklendirin-** 26 Ağustos 2012 Pazar Vücutta antioksidana dönüşen karoten açısından zengin sarı, kırmızı ve turuncu renkli gıdalarla beslenin. Böylece akciğer, deri, rahim ve rahim ağzı kanserlerinden korunun

**Kanserle mücadelede antioksidan şart-** 24 Ağustos 2012 Cuma Bağımsızlık sistemini güçlendiren antioksidanlar hücrelerin zarar görmesini de önler. C ve E vitaminleri kanser riskini azaltırken, tümör karşıtı etkiler sağlamaktadır. Selenyum ise enfeksiyonlara karşı en etkili silahlardan biridir

**Danışmadan asla vitamin kullanmayın-** 19 Ağustos 2012 Pazar Vitaminler ve mineraller vücut sağlığı için gereklidir. Ancak tek başına kullanılması istenen etkiyi sağlamaz. Vitamin ve mineral alırken doğru şekilde beslenirseniz kanser riskini de önlersiniz. Ayrıca vitamin almadan mutlaka doktorunuza danışmalısınız

---

**Kahve cilt kanseri riskini azaltıyor-** 17 Ağustos 2012 Cuma Yapılan araştırmalar; kahvenin içinde bulunan kafeinin, cilt kanserine yakalanma riskini yüzde 13-18 oranında azalttığını gösteriyor. Kahve prostat kanserine de engel oluyor

**Birçok hastalığın çaresi: Safran-** 12 Ağustos 2012 Pazar Hititler'den beri Anadolu'da ilaç olarak kullanılan, mutfakların vazgeçilmez baharatı safran; yüksek tansiyondan solunum sistemi şikayetlerine ve Alzheimer'a kadar birçok hastalığa çare olabiliyor

**Kemoterapi ile oluşan ağız yaralarını iyileştiriyor!**- 10 Ağustos 2012 Cuma Glutamin, kasların yapımı ve tamiri için gerekli bir amino asittir. Karaciğerden amonyak gibi zehirli atıkların atılmasında, sinir sistemi sağlığının korunmasında görevlidir. Glutamin gargaraları ise kemoterapi nedeniyle oluşan ağız yaralarını iyileştirebilir

**Sarımsak altı farklı tümör ile savaşıyor-** 05 Ağustos 2012 Pazar Mutfakların vazgeçilmez yiyeceği sarımsak; her derde deva. Araştırmalar sarımsağın göğüs, yemek borusu, prostat, kolon, cilt ve mide kaynaklı tümörlerin oluşmasını ve gelişmesini engellediğini gösteriyor

**Meme kanserinden deve dikenini ile korunun-** 03 Ağustos 2012 Cuma Anadolu'da kendi halinde yetişen deve dikenini; içinde barındırdığı silmarin maddesi sayesinde karaciğere çok faydalı. Bu bitki ayrıca over ve meme kanserinin durdurulmasında etkili

**Huş mucizesi-** 29 Temmuz 2012 Pazar Huş ağacındaki betulinik asit, AIDS'e yol açan HIV'nin yayılmasını ve kanserli hücrelerin büyümesini engelliyor. İdrar yolları rahatsızlıklarında da yarar sağlıyor

---

**Uzun ve sağlıklı bir yaşam için karnosin desteği**– 27 Temmuz 2012 Cuma Kırmızı et ve tavuk eti gibi hayvansal gıdaların içinde bulunan karnosin maddesi kanserden koruyor. Bu yararlı madde ayrıca vücudu yeniliyor, kan damarlarını, böbrekleri ve kalp kasını koruyor, obezite riskini azaltıyor ve yaşam ömrünü uzatıyor

**Hangi mantar türü neye iyi gelir?**– 22 Temmuz 2012 Pazar Mantarlar, farklı kanser türlerini iyileştiriyor. 'Raishi' adıyla bilinen mantar mide kanserinde hücre çoğalmasını engelliyor, kolon kanserine iyi geliyor; 'Cordyceps' türü mantar ise karaciğer ve prostat kanserlerini önüyor

**Kansere karşı mantar**– 20 Temmuz 2012 Cuma Türkiye'de pek fazla tüketilmeyen ancak Batı'da oldukça popüler olan mantarın, tıptaki yararları saymakla bitmiyor. Kolesterolü düşürüyor, tümörü eritiyor; kanser, şeker ve böbrek hastalıklarının tedavisinde önemli rol oynuyor

**Domates ve nar suyu kaserden korur!**– 15 Temmuz 2012 Pazar Cilt kanserinden korunmanın en etkili yolu; güneşe 09.30–17.00 arasında çıkmamak. Nar suyu, domates, havuç ve yeşil çay gibi gıdalar da kanserden koruyucu özellikleriyle dikkat çekiyor

---

**Aşırı kozmetik kanser nedeni**– 13 Temmuz 2012 Cuma Dünyada her yıl 3 milyon kişi cilt kanserine yakalanıyor. Petrol ürünleri kullanılan kozmetik maddeleri, saç boyaları ve sigara cilt kanseri riskini artırıyor. Ayrıca mavi gözlüler ve açık renkliler, siyah ırka göre daha riskli gruptalar...

**Atkuyruğu otu ve meyan kökü**– 08 Temmuz 2012 Pazar Meyan kökü ve at kuyruğu otunun faydaları saymakla bitmiyor. Meyan kökü bronşit, prostat ve mide ülserine iyi gelirken, genellikle idrar söktürücü olarak kullanılan atkuyruğu otu ise zor iyileşen yaralar için tercih ediliyor

**Tüm kanserlerde riski azaltıyor**– 06 Temmuz 2012 Cuma Dünyada bilinen en eski bitkisel ilaçlardan ginseng; hem gençlik toniği, hem de tüm kanserlere karşı koruyucu olarak kullanılıyor

**Aspirin cilt kanseri riskini azaltıyor**– 01 Temmuz 2012 Pazar Yeni bir araştırmaya göre aspirin gibi bazı antiinflamatuarlar cilt kanseri riskini azaltıyor. Bu ilaçları yedi yıl boyunca düzenli kullananlarda ise ölümcül deri kanseri riski yüzde 46 düşüyor

**Yaşlanmayı geciktiren kürler**– 29 Haziran 2012 Cuma Balık yağı, DHEA, Koenzim Q10, krom, Omega 3, bromelain, kurkumin, brokoli ve ısırgan kökü ekstresi ile D3 vitamini içeren kürler yaşlanma sürecini yavaşlatır, kanserden de korur

---

**Ananas zayıflatıyor– 24 Haziran 2012 Pazar**Ananastan elde edilen ve beş tane proteolitik enzim içeren bir karışım olan 'bromelain', sindirim bozukluğundan kansere kadar birçok rahatsızlığın ilacı

**Vücudun doğal güç kaynağı ekinezya– 22 Haziran 2012 Cuma**Ekinezya, yüzyıllardır insanlara sağlık vâdediyor. Kızılderililer'in daha çok diş ağrısı ve yılan sokmalarına karşı kullandığı ekinezya, günümüzde vücudu güçlendirmek için ve gribe karşı kullanılıyor

**Bağırsak sağlığında faydalı bir bitki– 17 Haziran 2012 Pazar**Dulavrat otunda bulunan inülin liflerinin kolon mukozası üzerinde olumlu etkileri vardır. İnülin, kolondaki faydalı bakterilerin çoğalmasını sağlar

**Ağız yarasına karşı: Papatya– 15 Haziran 2012 Cuma**Papatya; kanser hastalarında kemoterapi sırasında görülen ağız yaralarının oluşma riskini azaltıyor, derideki yaraları iyileştiriyor. Sindirim sistemi hastalıklarında yarar sağlıyor

**Menopoza ve kansere kızıl yonca tedavisi– 10 Haziran 2012 Pazar**Kızıl yonca bitkisinin yararları saymakla bitmiyor. Kadınlarda rahim kanseri ve menopoz, erkeklerde ise prostat kanseri tedavisinde önemli rol oynuyor

---

**Mide kanserine soğanlı tedavi!– 08 Haziran 2012 Cuma**Mide, kolon ve meme kanserinin tedavisinde ve sonrasında etkili olan kuarsetin; soğan, sarımsak, elma ve çayda bol miktar bulunuyor. Bu gıdaların sıkça tüketilmesi öneriliyor

**Rahim kanserinde bitki çayı mucizesi– 03 Haziran 2012 Pazar**Orta yaşlı kadınlarda görülen rahim (endometrium) kanserinde; kemoterapi ve radyoterapi esnasında düşük doz zencefil, rezene, papatya ve nar çiçeği çayı hastalığın iyileşmesine katkı sağlıyor

**Doğanın yeşil mucizesi: Fesleğen– 27 Mayıs 2012 Pazar**Akdeniz mutfağında bol bol tüketilen ve yemeklere lezzet katan fesleğen, insan sağlığını da olumlu etkiliyor. Fesleğen tüketiminin; kalp sağlığına, ödemlere, DNA hasarına iyi geldiği, gündelik stresle bile savaştığı biliniyor

**Kanser tedavisinde etkili savaşçı– 25 Mayıs 2012 Cuma**Vücutta doğal olarak bulunan bir enzim türü olan Koenzim Q10, yapılan araştırmalara göre kanserle mücadelede önemli bir rol oynuyor.

Birçok hastalığa iyi gelen Koenzim Q10, özellikle kemoterapi tedavisinin yarattığı sıkıntıları hafifletmede etkili

**Mide için elma suyu ve yoğurt**– 20 Mayıs 2012 Pazar Cerrahi müdahale uygulanan mide kanseri hastalarına destek tedavi olarak; zeytinyağı, elma suyu, yoğurt ve peynir yemeleri öneriliyor. Şeker, esmer şeker ve beyaz undan ise kesinlikle uzak durmalılar

**Tuzlu gıdalar kanser nedeni**– 18 Mayıs 2012 Cuma Bilinen en eski kanser türlerinden biri olan mide kanserine; 40 yaş üzerinde sıklıkla rastlanıyor. Beslenme alışkanlığı ile yakından ilgili olan mide kanserini aşırı tuzlu yiyecekler, koyu çay, tütsülenmiş besinler ve sigara kullanımı tetikliyor

**Yaşam kalitesini artıran meyve: Sawpalmetto**– 13 Mayıs 2012 Pazar Doğal bir koruyucu olan sawpalmetto; erkeklerde yaşam kalitesini yüzde 50 artırıyor. Prostat büyümesini engelleyen meyve; prostat kanseriyle mücadelede etkili. Ayrıca idrar akıntılarını da önüyor

**Amazonlar'dan gelen mucize: Akai çileği**– 11 Mayıs 2012 Cuma Güçlü bir antioksidan olan akai; önemli bir kanser savaşçısı. Alzheimer ve Parkinson gibi nörolojik bozuklukların tedavisinde de etkili

**Kanser tedavisi için doğadan destek alın!**– 06 Mayıs 2012 Pazar Her türlü derde derman olan bitkiler; kanser hastalığının tedavisinde de kullanılıyor. Organik çilek; tümörleri iyileştiriyor, papatya çayı ve yeşil çay bağışıklık sistemini güçlendiriyor, elma enfeksiyonu önüyor

**Kanserde enfeksiyon riski çok büyük!**– 04 Mayıs 2012 Cuma Çağın en önemli hastalıklarından kanser, vücuttaki bağışıklık sistemini çökertip enfeksiyonlara neden oluyor. Hastaların yüzde 50'si enfeksiyondan ölüyor

---

**Akdeniz diyetinin bilinmeyen sırları**– 29 Nisan 2012 Pazar Sebze–meyve, zeytinyağı ve balık tüketimine dayalı Akdeniz diyeti; kanser, şeker ve kalp hastalıklarından koruyor. Zeytinyağı, kalp krizi riskini önlemede aspirin kadar etkili... Balıkta bulunan Omega 3 yağ asitleri de damarların tıkanmasına engel oluyor

**Her derde deva bir meyve: Elma**– 27 Nisan 2012 Cuma Yapılan araştırmalar; elmanın birçok hastalığa iyi geldiğini gözler önüne seriyor. Elma; ölüme sebebiyet veren genleri azaltıyor, kalp–

damar ve şeker hastalığında yarar sağlıyor. Öte yandan özellikle kabuğu da kanserin yayılmasını engelliyor

**Uzun ömrün sırrı: Probiyotikler**– 22 Nisan 2012 Pazar Süt, yoğurt ve turşunun içinde bulunan probiyotikler; kolon ve göğüs kanserinden korunmada çok etkili. Bu organizmalar, bağışıklık sistemini güçlendiriyor, bağırsağı zararlı maddelerden de arındırıyor

**Mucize yaratan baharat: Zerdeçal**– 20 Nisan 2012 Cuma Meme kanserine neden olan hücreleri yüzde 75 oranında bloke eden zerdeçal; karaciğer kanserinin metastaz yapmasını da yüzde 70 oranında engelliyor. Bağışıklık sistemini güçlendiren baharat, Alzheimer'ı da önlüyor

**Kolon kanserine karşı elma ve zerdeçal**– 15 Nisan 2012 Pazar Kolon kanserine karşı; elmayı kabuğuyla birlikte yemeli, günde bir kaşık zerdeçal ve yarım kilo ev yoğurdu tüketmelisiniz. Her gün 80 gram aspirin alınması da hastalığa yakalanma riskini azaltıyor

**Polipi olana yılda bir kolonoskopi şart**– 13 Nisan 2012 Cuma Polipi olanlar, kolon kanserinde yüksek risk grubu içindedir. Bu hastaların yılda bir kez, polipleri kaybolduysa üç yılda bir kolonoskopi yaptırması gerekiyor!

**Prostat kanserine umut: Boswellia**– 08 Nisan 2012 Pazar Afrika'da birçok hastalığın tedavisinde kullanılan boswellia bitkisi; prostat kanserinde de olumlu sonuçlar veriyor. Bitki ayrıca iltihap ve iyi huylu prostat büyümesi gibi diğer prostat sorunlarında da yarar sağlıyor

**Kansere doğal silah resveratrol**– 06 Nisan 2012 Cuma Bitkilerin; enfeksiyon, stres ya da radyasyona tepki olarak ürettiği resveratrol, kanserin yayılmasını önlüyor. Alzheimer, felç ve diyabet tedavisinde de başarılı sonuç veriyor

**Aspirin kanser riskini azaltır**– 01 Nisan 2012 Pazar 20 yıldan beri sürdürülen araştırmalar, Aspirin ile ilgili çok önemli bir gerçeği daha ortaya çıkardı. Düzenli Aspirin kullananların; akciğer, yemek borusu, kolon ve prostat kanserlerine yakalanma risklerinin büyük ölçüde azaldığı belirlendi

**40 yaşından sonra yılda bir kez kontrol şart**– 30 Mart 2012 Cuma Gelişmiş ülke kadınlarının korkulu rüyası olan meme kanseri, erken teşhis edildiği takdirde üstesinden gelinebilen bir hastalık. Düzenli kontrol yaptırmak hayat kurtarır!

**Meme kanserini teşhis ederken önce biyopsi!**– 25 Mart 2012 Pazar Meme kanseri hastasına uygulanacak tedaviyi belirlemeden önce hastalığın evresi ve metastaz olup olmadığı araştırılmalıdır. Tru-Cut ya da cerrahi biyopsi, tedavi planı için onkoloğa yol gösterecektir

**Meme kanseri gelişmiş ülke hastalığı!**– 23 Mart 2012 Cuma Az gelişmiş ülkeler ve Asya'da daha az görülen meme kanseri, gelişmiş ülkelerdeki kadınların ise korkulu rüyası oluyor. Mamografi uygulaması yaygınlaştıkça erken teşhis de artıyor

**Obezite ile diyabet riski nar sayesinde azalıyor**– 18 Mart 2012 Pazar Narın suyu da, çekirdekleri de, çiçeği de, kanser ve diyabetle mücadelede etkin rol oynuyor. İçeriğinde bulunan faydalı bitkisel kimyasallar nedeniyle nar; pek çok bilimsel araştırmanın merkezinde duruyor

**Nar suyu hastalıkların düşmanı**– 16 Mart 2012 Cuma 'Çarşıdan aldım bir tane, eve geldim bin tane' bilmece sinin cevabı olan nar, hastalıklarla mücadele ederken en büyük silahlarımızdan biri oluyor. Bu meyve; kanserden koruyor, kalp ve damarlara iyi geliyor, diyabet riskini de düşürüyor

**Ameliyat kararı**– 11 Mart 2012 Pazar Kadir İnanır'ın ciğerinden alınan iyi huylu tümör, akciğer kanserini tekrar gündeme getirdi. Bu tip vakalarda, doktorların ortak çalışma yapması ve ameliyat kararında onkolog imzası da gerekiyor

**Akciğer kanseri yükselişe geçiyor**– 09 Mart 2012 Cuma Tüm dünyada görülme sıklığı en fazla kanser türü olan akciğer kanserinin en önemli nedeni sigaradır! Sigara dumanını derin derin içlerine çekenler kansere davetiye çıkarmaktadır. Hastalığa yakalanma riski pasif içiciler için de geçerlidir

**Diyabet ilacı kansere karşı**– 04 Mart 2012 Pazar Şeker hastalarının, diğer insanlara göre her kanser türünde yüzde 41 oranında riske sahip olduğu öne sürülüyor. Metformin içeren şeker hastalığı ilaçlarının ise kanserden korunmada etkili olduğu biliniyor

**Şekere dikkat!**– 26 Şubat 2012 Pazar Dünya genelinde şeker tüketimi giderek artıyor ve kanser türlerindeki yükselişin nedenleri arasında tatlı gıdaların büyük rolü olduğu biliniyor. İnsülin seviyesinin hızlı yükselişleri kansere zemin hazırlıyor

**Kahve keyfiyle kansere karşı direnç kazanın**– 24 Şubat 2012 Cuma Kadınlarda meme, erkeklerde prostat kanserine önlem olarak kahve içmek gerekiyor! Pek çok bilimsel araştırma, diyabete karşı koruyucu olan kahvenin düzenli içildiğinde karaciğer kanseriyle savaşta da etkili rol oynadığını ortaya çıkardı

**Çocuk kanserlerinde asıl suçlu çevre- 19 Şubat 2012 Pazar**Tüm dünyada artış gösteren çocuk kanseri vakalarının önüne geçmek için onları çevre kirliliğinden uzak tutmak gerekiyor. Doğal olmayan gıdalar hastalığın fitilini ateşliyor!

---

**Kanser tedavisinin olmazsa olmazı su- 17 Şubat 2012 Cuma**Kemoterapi gören kanser hastaları için suyun önemi büyüktür. Su içince mide bulantıları ve kusmaları azalır. Susuz kaldıkları dönemlerde ise tuz-şeker karışımı su takviyesi ile acil müdahale gerekebilir

**Kemoterapi sonrası daha fazla sıvı alın- 12 Şubat 2012 Pazar**Kanser tedavisi gören hastalar için su çok büyük bir ihtiyaçtır. Kemoterapi sonrası oluşacak bulantıyı önlemenin en etkili yolu; sıvı tüketimini artırmak ve toksinleri kısa sürede atabilmektir

**Kanser için protein- 10 Şubat 2012 Cuma**Kırmızı et, balık ve süt gibi protein depoları, kanserliler için hayati önem taşır. İnek sütünden elde edilen peynir suyu proteini ise, bağışıklığın güçlenmesinde rol oynar

**Kanserle savaşan iyi beslenmeli- 05 Şubat 2012 Pazar**Yapılan araştırmalara göre; kanser hastalarında ölümlerin yüzde 40'ı hastalıktan değil; kas kitlesinde aşırı kayıplara neden olan beslenme yetersizliğindedir. Sağlıklı beslenen hastalar özellikle enfeksiyonlara karşı çok daha dirençlidir

**Kanserle savaşırken natürel tıbbı yok saymayın- 03 Şubat 2012 Cuma**Kanser tedavisinde natürel tıptan destek alınmasında fayda olduğunu savunuyoruz. Hastalar bu konuda istekli olduğunu doktora söylemeli

**Kanser tedavisi görürken çalışmak doğru mu?- 29 Ocak 2012 Pazar**Tedavi sürecinde hayattan kopmamak ve iş arkadaşlarıyla iletişim içinde olmak isteyen kanser hastalarının, kendilerini mikroplardan koruması ve hijyene özen göstermesi gerekir

**Gidilecek doğru yolu hislerinize sorun- 27 Ocak 2012 Cuma**Kanser tedavisine hazırlık süreci hasta için zorlayıcı olabilir. Karar verme aşamasında tüm duygularınıza kulak vermeniz gerekir

**Karar alma stratejileri- 22 Ocak 2012 Pazar**Hastaların kanser tedavisine başlamadan önce birkaç farklı uzmandan görüş alması normaldir. Alınacak kararın sonucundan tam olarak emin olamamak ise kişilerin kafasını karıştırmaktadır

---



**Tedavi türünü seçmek yorucu bir süreç-** 15 Ocak 2012 PazarKanseri yenmek için hangi tedaviyi almanız gerektiğine, doktorunuza danışarak karar verin. Kemoterapi ya da ameliyat seçeneklerinin olası yarar ve zarar oranlarını inceleyin!

**Kanserle mücadelede kullanılan yöntemler-** 13 Ocak 2012 CumaKişiyi özel kanser tedavisi bazı türler için kullanılıyor ama genele yayılması için biraz daha zaman gerekiyor. Operasyon, radyoterapi ve kemoterapi ise kanserle mücadele için uygulanan geleneksel tedavi çeşitleridir

---

**Nar ve C vitamini hastalıktan koruyor-** 06 Ocak 2012 CumaEnder görülen bir kanser türü olan testis kanseri, son yıllarda gençleri etkisi altına alıyor. Bel ağrısı ve kilo kaybı ile belirti veren hastalıktan korunmakta narın rolü büyük...

**'Üzüm gebeliği' kansere kadar gidiyor-** 30 Aralık 2011 CumaHamilelikte; rahim içinin üzüm tanesi gibi içi sıvı dolu yapılarla dolması 'üzüm gebeliği' olarak tanımlanıyor. Bu anormal gebeliğin ardında kanser bile yatabiliyor

**Nar ve çayla cildiniz için önlem alın-** 28 Aralık 2011 ÇarşambaSon yıllarda daha sık rastlanan cilt kanserine yakalanmak istemiyorsanız, önleminizi erkenden almalısınız. Bunun için de yine bitkilerin yardımına başvurabilirsiniz. Birçok hastalığın oluşmasını engellemede yardımcı olan nar ve Türklerin bolca tükettiği çay; cilt kanserinin oluşmasına engel olabilir

**Silikonlu memede kanser riski-** 23 Aralık 2011 CumaEstetik amaçlı yapılan meme silikonları plastik kökenli olduğu için tehlikelidir, kanser riskini artırabilir. Öte yandan silikon implantı çok deneyimli bir cerrah tarafından takılmalıdır. Aksi takdirde içeride mikro tümörler unutulabilir!

**Vücudun en büyük düşmanı: Alkol-** 21 Aralık 2011 ÇarşambaBirçokları için kötü gün dostu gibi görülen alkol; kanser için davetiye çıkarıyor. Son yıllarda yapılan birçok araştırma da bu kanıyı destekliyor. Alkolün zararlı etkilerine karşı antioksidan bakımından zengin sebzeler ve meyveler yememiz öneriliyor

**Çevre kirlendikçe lenfoma artıyor-** 16 Aralık 2011 CumaHava, su ve topraktaki kirlenme kanser türleri arasında en çok Hodgkin dışı lenfomaları tetikliyor. Bu hastalığın risk faktörleri arasında çevre kirliliği ve fastfood tarzı beslenme başı çekiyor

---

**Kanser riskinizi kendiniz ölçün– 09 Aralık 2011 Cuma**Kanserden korunmak için öncelikle riskleri belirlemek gerekir. Diyet, yaşam tarzı ve zararlı maddelere maruz kalmak gibi çevresel risk faktörlerinin kanser türleri üzerindeki etkisi şaka değil

**Aşırı kırmızı et tüketimi kanser riskini artırır– 07 Aralık 2011 Çarşamba**Çağın hastalığı kanserden korunmak aslında mümkün! Kırmızı eti az tüketmek gibi alacağınız bazı küçük önlemler, kanser riskini azaltmayı sağlar

**Enginar, hazımsızlık ve kanser düşmanı– 02 Aralık 2011 Cuma**Semt pazarlarında "Enginar giren eve doktor girmiyor" sloganıyla satılan enginar; pek çok bilimsel araştırmaya konu olmuştur. Kanser türlerinin önlenmesinde etkin rol oynayan bu sebze, kalp ve mide sağlığını da korur

## BİLİMSEL YAZILARI

KAYNAK: <http://www.turkmedline.net/>

<input type="checkbox"/>	1	<b><u>AKCİĞER KANSERİNDE HEMATOLOJİK PARAMETRELER</u></b> <i>MURAT SERİLMEZ, HİLAL OĞUZ SOYDİNG, HAKAN ÇAMLICA, ERKAN TOPUZ, DERYA DURANYILDIZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2010;25(3):87-92</a>
<input type="checkbox"/>	2	<b><u>SİSPLATİN BAZLI KEMOTERAPİNİN NEDEN OLDUĞU ERKEN VE GEÇ EMEZİS PROFİLAKSİNİNDE DİAZEPAMIN STANDART ANTIEMETİK TEDAVİYE KATKISI</u></b> <i>PINAR SAİP, HALUK ONAT, KAZIM UYGUN, CUMHUR DEMİR, TAFLAN SALEPÇİ, NEŞE GÜNEY, MERT BAŞARAN, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2005;20(2):67-72</a>
<input type="checkbox"/>	3	<b><u>MALİGN MELANOM VE SURVİVİN</u></b> <i>HİLAL OĞUZ, DERYA DURANYILDIZ, HAKAN ÇAMLICA, FARUK TAŞ, VİLDAN YASASEVER, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2005;20(1):27-29</a>
<input type="checkbox"/>	4	<b><u>MALİGN MELANOMALI HASTALARDA SERUM BCL-2 DÜZEYLERİ</u></b> <i>DERYA DURANYILDIZ, HİLAL OĞUZ, HAKAN ÇAMLICA, FARUK TAŞ, VİLDAN YASASEVER, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2004;19(4):131-133</a>
<input type="checkbox"/>	5	<b><u>METASTATİK MALİGN MELANOMDA IL-6'NİN YERİ</u></b> <i>TIBBİ BİYOLOG HİLAL OĞUZ, DERYA DURANYILDIZ, HAKAN ÇAMLICA, FARUK TAŞ, VİLDAN YASASEVER, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2004;19(3):83-86</a>
<input type="checkbox"/>	6	<b><u>İSTANBUL ÜNİVERSİTESİ ONKOLOJİ ENSTİTÜSÜ'NÜN İKİ YILLIK ÇEKİM ALANLARI</u></b> <i>HAKAN ÇAMLICA, RIAN DIŞÇI, ERKAN TOPUZ</i>

		<a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2006;21(4):191-195</a>
<input type="checkbox"/>	7	<a href="#">MEME KANSERİ CERRAHİ TEDAVİSİNİN UZUN DÖNEM SONUÇLARI</a> <i>HASAN KARANLIK, VAHİT ÖZMEN, OKTAR ASOĞLU, ABDULLAH İÇCİ, MUSTAFA KEÇER, SITKI TUZLALI, MAHMUT MÜSLÜMANOĞLU, IŞIK ASLAY, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Meme Sağlığı Dergisi 2006;2(2):89-95</a>
<input type="checkbox"/>	8	<a href="#">İNTRAVENÖZ KEMOTERAPİDE PORT-KATETER SİSTEMLERİN AVANTAJLARI</a> <i>SIDIKA KURUL, TÜLAY AYDIN, ADNAN AYDINER, SEVİL İNANÇ, HALUK ONAT, EMİN DARENDELİLER, CEMALETTİN TOPUZLU, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1995;10(3):20-23</a>
<input type="checkbox"/>	9	<a href="#">METASTATİK VE LOKAL İLERİ KOLOREKTAL KANSERDE FOLİNİK ASİT VE 5-FU KOMBİNASYONU</a> <i>HALUK ONAT, ADNAN YÖNEY, FARUK AYKAN, NAKİYE ÖZTÜRK, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1995;10(1):24-26</a>
<input type="checkbox"/>	10	<a href="#">PACLİTAXEL'İN KLİNİK UYGULAMADAKİ ETKİLİLİĞİ VE TOKSİSİTESİ</a> <i>ERKAN TOPUZ, PINAR SAİP, ADNAN AYDINER, MAKTAV DİNÇER, FARUK AYKAN, SEVİL İNANÇ, HALUK ONAT</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1994;9(3-4):50-53</a>
<input type="checkbox"/>	11	<a href="#">LOKAL İLERİ SERVİKS KANSERİNDE NEOADJUVANT KEMOTERAPİ</a> <i>NAKİYE ÖZTÜRK, IŞIK ASLAY, GÖKHAN TÖRE, ERKAN TOPUZ, MURAT BAŞ, ADNAN AYDINER</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1993;8(3-4):1433-1436</a>
<input type="checkbox"/>	12	<a href="#">KEMOTERAPİ UYGULANAN MİDE KANSERLİ OLGULARIN PROGNOZU TÜMÖR DİFERANSİYASYONUNUN ETKİSİ</a> <i>ERKAN TOPUZ, KORAY DİNÇOL, FERHUNDE DİZDAROĞLU, HALUK ONAT, OSMAN ALDEMİR, GÖKHAN TÖRE, AHMET KİZİR, MÜNİR KINAY</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1986;1(3-4):159-162</a>
<input type="checkbox"/>	13	<a href="#">EWİNG SARKOMASINDA TEDAVİ: KEMOTERAPİ İLE VE KEMOTERAPİSİZ LOKAL IŞIN TEDAVİSİ GÖRMÜŞ 72 OLGUNUN RETROSPEKTİF DEĞERLENDİRMESİ</a> <i>NIJJAD BİLGE, MÜNİR KINAY, ERKAN TOPUZ, NURETTİN UNUR, EMİN DARENDELİLER</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1986;1(1):15-21</a>
<input type="checkbox"/>	14	<a href="#">EPİTELYAL OVER TÜMÖRLERİNDE TEK İLAÇ VE KOMBİNE TEDAVİNİN KARŞILAŞTIRILMASI</a> <i>ERKAN TOPUZ, NAKİYE ÖZTÜRK, IŞIK ASLAY, GÖKHAN TÖRE, HALUK ONAT</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1991;6(1-2):1135-1139</a>
<input type="checkbox"/>	15	<a href="#">MEME KANSERİNDE KLİNİK VE PATOLOJİK DEĞERLENDİRMENİN TEDAVİ SEÇİMİ VE PROGNOZ AÇISINDAN ÖNEMİ</a> <i>IŞIK ASLAY, GÖKHAN TÖRE, NIJJAD BİLGE, AHMET KİZİR, ERKAN TOPUZ, NAKİYE ÖZTÜRK</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1989;4(1-2-3):766-773</a>
<input type="checkbox"/>	16	<a href="#">METASTATİK MEME KANSERİNİN KURTARMA TEDAVİSİNDE MİTOMİSİN-C VE VİNBİLASTİN KOMBİNASYONU</a> <i>KAZIM UYGUN, PINAR SAİP, FARUK TAŞ, ADNAN AYDINER, CUMHUR DEMİR, TAFLAN SALEPÇİ, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2000;15(3):112-115</a>
<input type="checkbox"/>	17	<a href="#">PRİMER OVER SARKOMU (DÖRT VAKA SUNUMU )</a> <i>M BAŞ, N ÖZTÜRK, EMİN DARENDELİLER, IŞIK ASLAY, GÖKHAN TÖRE, ERKAN TOPUZ, G ERSEVEN, G H ŞAHİN</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2000;15(2):92-96</a>

<input type="checkbox"/>	18	<u>OVER GRANÜLOZA HÜCRELİ TÜMÖR: 32 HASTA GENEL ÖZELLİKLERİ VE PROGNOSTİK FAKTÖRLERİ</u> <i>SEVGİ ÖZDEN, PINAR SAİP, MAKTAV DİNÇER, NAKİYE ÖZTÜRK, IŞIK ASLAY, ERKAN TOPUZ, GÖKHAN TÖRE</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 2000;15(2):72-76</a>
<input type="checkbox"/>	19	<u>MEME KANSERLİ HASTALARDA MASTEKTOMİ İLE RADYOTERAPİ ARASI SÜRENİN LOKAL KONTROL VE SAĞ KALIMA ETKİSİ</u> <i>NACİYE ÖZŞEKER, MAKTAV DİNÇER, IŞIK ASLAY, ERKAN TOPUZ, NAKİYE ÖZTÜRK, RIAN DIŞÇI, GÖKHAN TÖRE</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1999;14(4):189-194</a>
<input type="checkbox"/>	20	<u>UTERUS SARKOMLARI: ADJUVAN TEDAVİLERİN PROGNOZA ETKİSİ</u> <i>MAKTAV DİNÇER, ERHAN BERRAK, IŞIK ASLAY, SEDEN Ö KÜÇÜCÜK, ERKAN TOPUZ, GÖKHAN TÖRE</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1999;14(4):182-188</a>
<input type="checkbox"/>	21	<u>SINIRLI EVRELİ KÜÇÜK HÜCRELİ AKCİĞER KANSERİNDE TEDAVİ SONUÇLARI VE RADYOTERAPİNİN YERİ</u> <i>ETHEM NEZİH ORAL, AHMET KIZIR, SEDEN ÖZBİLEN, MEHMET ASLAN, AHMET KARADENİZ, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1999;14(2):70-71</a>
<input type="checkbox"/>	22	<u>REKTUM KANSERLERİNDE POSTOPERATİF ADJUVAN TEDAVİ SONUÇLARI VE PROGNOSTİK FAKTÖRLER</u> <i>ETHEM NEZİH ORAL, ESRA KAYTAN, AHMET KARADENİZ, AHMET KIZIR, FARUK AYKAN, RIAN DIŞÇI, HAKAN ÇAMLICA, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1998;13(4):152-158</a>
<input type="checkbox"/>	23	<u>İNVAZİV TİMOMADA TEDAVİ VE PROGNOZ</u> <i>FULYA YAMAN, ETHEM NEZİH ORAL, AHMET NAFİZ KARADENİZ, AHMET KIZIR, ADNAN AYDINER, ESRA KAYTAN, RASİM MERAL, RIAN DIŞÇI, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1998;13(2):73-77</a>
<input type="checkbox"/>	24	<u>ALTI SAATLİK PAKLİTAKSEL İNFÜZYONU SIRASINDAKİ EKG VE KAN BASINCI DEĞİŞİKLİKLERİ</u> <i>MERT BAŞARAN, PINAR SAİP, OKAN ERDOĞAN, ADNAN AYDINER, FARUK TAŞ, KAZIM UYGUN, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1998;13(1):10-12</a>
<input type="checkbox"/>	25	<u>UZAK ORGAN METASTAZI YAPMAMIŞ İLERİ EVRE (PATOLOJİK EVRE IV) SUPRAGLOTTİK LARENKS KANSERLERİNDE KOMBİNE TEDAVİ YAKLAŞIMI</u> <i>AHMET NAZİF KARADENİZ, ETHEM NAZİF ORAL, NERMİN BAŞERER, OSMAN ALDEMİR, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1997;12(1):36-43</a>
<input type="checkbox"/>	26	<u>METASTATİK MEME KANSERİNDE SİSPLATİN, FLUOROURASİL VE FOLİNİK ASİT KOMBİNASYONU</u> <i>PINAR SAİP, ERKAN TOPUZ, ADNAN AYDINER, TAFLAN SALEPÇİ, SEVİL İNANÇ, FARUK TAŞ, CUMHUR DEMİR</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1996;11(3):15-17</a>
<input type="checkbox"/>	27	<u>KEMOTERAPİ ÖNCESİ GM-CSF UYGULAMASININ KEMİK İLİĞİNİ KORUYUCU ETKİSİ</u>

		<i>HALUK ONAT, SEVİL İNANÇ, PINAR SAİP, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1996;11(3):6-8</a>
<input type="checkbox"/>	28	<a href="#">FLUOROURASİL KARDİYOTOKSİSİTESİ VE PIHTILAŞMA PARAMETLERİ İLE KARDİYOTOKSİSİTESİNİN İLİŞKİSİ</a> <i>E İNANÇ SEVİL, HALUK ONAT, K ADALET, VİLDAN YASASEVER, DERYA KARALOĞLU, NEJAT DALAY, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1996;11(1):6-13</a>
<input type="checkbox"/>	29	<a href="#">SİTOSTATİK EKSTRAVAZASYONUNA BAĞLI YARALANMALARDA TEDAVİ SEÇENEKLERİ</a> <i>SIDIKA KURUL, SİNAN N KESİM, ADNAN, UZUNİSMAİL, SEVİL İNANÇ, NAKİYE ÖZTÜRK, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Çağdaş Cerrahi Dergisi (Logos) 1995;9(1):38-42</a>
<input type="checkbox"/>	30	<a href="#">MEME KANSERİNDE PRİMER KEMOTERAPİ</a> <i>PINAR SAİP, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Ulusal Cerrahi Dergisi 1995;11(5):340-348</a>
<input type="checkbox"/>	31	<a href="#">1988-2000 DÖNEMİNDE İ.Ü. ONKOLOJİ ENSTİTÜSÜNE BAŞVURAN 34095 KANSERLİ HASTADA DEMOGRAFİK ÖZELLİKLER VE TÜMÖR YERLEŞİM YERİ DEĞİŞKENLERİNİN İNCELENMESİ</a> <i>RİAN DİŞÇİ, HAKAN ÇAMLICA, ADNAN AYDINER, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Ulusal Cerrahi Dergisi 2001;17(5):292-299</a>
<input type="checkbox"/>	32	<a href="#">LOKAL İLERİ MEME KANSERİNDE TEDAVİ SONUÇLARI</a> <i>MAKTAV DİNÇER, NİJAD BİLGE, IŞIK ASLAY, A AYDINER, GÖKHAN TÖRE, ERKAN TOPUZ, METİN ÜNAL, NURCAN ERTÜRK</i> <a href="#">Türk Onkoloji Dergisi 1994;9(1):1481-1485</a>
<input type="checkbox"/>	33	<a href="#">CLINICAL USEFULNESS OF SERUM ASSAYS OF CARCINOEMBRYONIC ANTIGEN AND BETA 2-MICROGLOBULIN IN THE DIAGNOSIS AND DISCRIMINATION OF METASTASIS OF LUNG CANCER</a> <i>FARUK TAŞ, ADNAN AYDINER, VİLDAN YASASEVER, RİAN DİŞÇİ, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Turkish Journal of Cancer 2000;30(4):148-154</a>
<input type="checkbox"/>	34	<a href="#">THE EFFECT OF ONDANSETRON AND DOMPERIDON AS ANTIEMETICS IN BREAST CANCER PATIENTS RECEIVING CYCLOPHOSPHAMIDE, EPIRUBICIN AND FLUOROURACIL DURING THREE SUBSEQUENT COURSES</a> <i>PINAR SAİP, HALUK ONAT, SEVİL E İNANÇ, ERKAN TOPUZ, RİAN DİŞÇİ</i> <a href="#">Turkish Journal of Cancer 1997;27(1):27-36</a>
<input type="checkbox"/>	35	<a href="#">PREVENTION OF CHEMOTHERAPY-INDUCED EMESIS IN PATIENTS WITH GERM CELL TUMORS RECEIVING MULTIPLE-DAY CISPLATIN-BASED CHEMOTHERAPY: EFFICACY AND TOLERABILITY OF TROPISERTRON</a> <i>HALUK ONAT, SEVİL E İNANÇ, PINAR SAİP, ERKAN TOPUZ</i> <a href="#">Turkish Journal of Cancer 1996;26(4):159-164</a>