

## Civan Erbay'la , 5.000 yıllık 'Çin Tıbbı' nı söyleştik

### Röportaj:Cavit TEMÜRTÜRKAN

**Kısaca sizi tanıyabilir miyiz?**  
İsmim Civan Erbay 1970 Sivas doğumluyum. İlk orta ve liseyi Sivas'ta bitirdikten sonra hemşire okuluna devam ettim. Mezun olduktan sonra İzmir'de Özel bir hastahane hemşirelik yaptım 1990 yılında evlenerek İsviçre'ye geldim. Sağlık alanında çalışmaya devam ettim. Muttenz'de 1.5 yıl kadar hemşire yardımcılığı yaptım daha sonra diploma çevirip hemşire olarak çalışmaya başladım.

**Akupunktur Nedir, okuyucularımızı bu konu hakkında kısaca bilgilendirir misiniz?**  
Akupunktur Dünya sağlık örgütü (WHO) tarafından kabul edilmiş, desteklenen bir tedavi şeklidir. Latince acus-igne, punctura - bastırma yani iğne batırma anlamına gelir. Fakat günümüzde Akupunktur tedavisinde tek aracı iğne değildir. Doğru bir şekilde bulunan noktalar laser ışını ile uyarılınca, laser akupunktur yapmış oluruz ya da Akupressör ile uyarılınca, yine iğne gibi sıkıca verici bir etki yaratacaktır. Akupunkturda nokta seçimi önemlidir, uyarı farklı şekillerde olabilir. Akupunktur bir çok hastalığın tedavisinde kullanılan, etkili ve bilimsel bir tedavi yöntemidir.

Çin'de 5000 yıl önce bulunarak başlanan tedavi yöntemi, günümüz modern Tıbbın içinde gittikçe yaygınlaşan bilimsel bir tedavi yöntemi olmuştur. Tedavi sırasında genel vücut, kulak, baş ve ellere akupunktur uygulanabilir. Bunlar tek başına veya kombine olarak kullanılabilir. Yan etkisiz ve ilaçsız bir tedavidir.

**Akupunktur Tedavisinde en sık karşılaştığınız sorular nelerdir?**  
Evet en çok karşılaştığım sorular, 'İğneler acıtır mı? Yan etkisi nedir, iğneler neden yapılır?' Birincisi iğnelere korkmamıza gerek yok, bir çok kişi (özellikle erkekler) iğne sözcüğünden çok ürkerler ancak genellikle insanlar tedaviden sonra, önce endişeye rağmen iğnelere çok az hissettikleri için şaşırırlar. Akupunktur iğneleri çok incedir ve iyi bir teknikle uygulandığından ağrı hissedilmez.

Yan etkisine gelince, Hayır, Çünkü dışardan herhangi bir ilaç veya madde verilmez. Sadece vücudun kendi hormon ve enzimleri yoluyla ve sinirsel iletişim yoluyla etkileşim gösterir. Bazıları vücudun bu şekilde uyarılmasının da yan etki oluşturabileceğini söylese de bugüne kadar bilinen ve yayınlanan, Tıbbi literatüre geçen bir vak'a yoktur. İğneleri neden yapılıyor? Günümüzde yaygın olarak çelik iğneler kullanılmaya rağmen altın

ve gümüş iğneler kullanılır. Her hasta için yeni, steril iğneler açılır ve o iğneler hastaya ait olur, her seansa için tek kullanımlık iğnelere vardır.

**Hastalarınıza Tedaviyi hangi sıklıkla yapıyorsunuz?**  
Her bir tedaviye seans denir, bir seans 30-45 dakika arasındadır. 10-15 seans'lık tedavilerin toplamına ise kür denir. Seanslar hastanın ve hastalığın durumuna göre her gün veya haftada 2-3 kez veya haftada 1 kez olarak uygulanır.

**Tedavi sürecine başlarken neler yapılır?**  
Önce doktor ile şikayetlerinizin hakkında detaylı bir konuşma yapılacak ve muayene olacaktır. Ancak farklı olarak 'Çin tıbbı' gereği olan muayene de yapılacaktır. Bunlar kulak deteksiyonu, nabız teşhisi ve dil teşhisi'dir. Muayenelerden sonra eğer gerekirse tetkikler istenilecek ve teşhis konulduktan sonra tedavi planlanacaktır.

**Akupunktur tedavisinin herkese iyi geldiğini söyleye bilirmisiniz?**  
Herkese uygulanabilir ve doğru teşhis'de konulursa da tabii ki, herkese iyi gelir. Ancak genellikle yapmak gerekirse de, %10-20 kadar insana etkili olmayabilir. Buna 5-8 seans'lık bir tedaviden

sonra karar verilebilir ve tedavi sonlandırılır.

**Peki bu tedaviyi çocuklara da uygulayabiliyor musunuz?**  
Tabii ki uyguluyoruz, fakat çocuklara iğne kullanılmayacağı için lazer ile akupunktur yapıyoruz. Yani lazer ışınları ile noktasal tedavi uygulanıyor. Yaşı biraz daha büyük çocuklarda, eğer iğne tedavisini tolere edebiliyorsa iğne kullanılabilir. Çocuklar talizde, kanama bozukluğu olan ve iğne batırılması sakıncalı olan hastalarda da lazerle tedavi yapılabilir.

**Akupunktur tedavisinde en çok hangi hastalıkların tedavisini yapıyorsunuz?**  
Baş ağrısı ve migren, kronik ve bel ağrıları (bütün kas ağrıları) bahar nezlesi, yorgunluk ve iştahsızlık, bağımlıklar (sigara, alkol, uyuşturucu çeşitleri) Uyku problemleri, kilo sorunları kadın hastalıkları (hamilelik ve doğumu kolaylaştırıcı tedbirler), Kulak çınlaması, ciit hastalıkları, gri-bal enfeksiyonları, kalp ve dolaşım sistemi bozukluklarını ve kulak- burun- boğaz hastalıklarını tedavi ediyoruz.

**İnsanların Alternatif Tıp hakkında yeterince bilgileri olduğunu söyleyebilir misiniz?**  
Yeterince tanıtılmadığı ve bu 5000 yıllık tedavi hakkında yeterince bilgiye sahip olduklarını san-



miyorum. Ama insanlarımız kesinlikle bu konu hakkında bilgi edinmeler ve alternatif tıpa güvenmeler. Aşağıdaki kontak adres ve telefonumuzdan bize ulaşip her türlü referans alabilirler.

**ADRES: Amtshaus Str. 324143 DORNACH**  
Tel / Faks : 061 701 52 25

## ROJİN ve Onur AKIN'la 10 Mayıs 2008'de 'arkadaş Şenliği'nde Lengnau'da buluşuyoruz.

**ROJİN**

Mardinli bir baba Suriyeli bir annenin kızı olarak Adana da doğdu beş çocuğu. Ailesinin ortancısıdır... Bu ülkede yaşayan birçok çocuk gibi yüksüllük içinde geçen trajik bir yaşamı vardır... İlk ve orta öğrenimini Adana da tamamladı sonrasında Adana Belediye Konservatu'na devam etti. Ailesinin karşı koymasına rağmen sanatla bağını koparmadı. Dört yıl boyunca gittiği karate kursları ona savunma ve denge öğrettiği kadar arada amatörce müzikle uğraşarak, şan dersleri alıyordu... 1990 yılında Ankara Devlet Konservatu'na girdi aynı yıl Erlangen Tiyatro Festivaline katıldı. Tazive adlı oyun ile, bölümü iyi derece ile bitirdi öğrenimini tamamladıktan sonra Ankara Devlet Tiyatrosunda çalışmaya başladı. Yurt dışında çocuk ve gençlik ty-



Rojin

atrosu yaptı. İlk albümünün sözleşmesini 1996 yılında yaptı ancak 2000 yılında Albüm tamamlandı. Bu müzik piyasasının getirdiği aksiliklerden biriydi, dört yıllık süre ona fazlasıyla zaman kaybettirmişti. İlk albümü "Ya hep Ya hiç" 2000 yılında çıktı ve ilgi görek büyük ses getirdi. Bunun ardından profesyonel ve uluslararası bir firma olan Sony Müzik ile anlaştı. Böylece Kürçe bir projenin ilk single ve ilk uluslararası arena da kabul görürlüğü gerçekleşmiş oldu. Bu, başta kendisi olmak üzere Kürt ve etnik müzik adına sevindirici bir gelişmeydi. İkinci albümü olan "S1" adlı single 2003 yılında çıktı büyük kabul görek birçok yere ulaştı. Doğu Beyazıt Festivali'nde söylediği bir Kürçe ezgi yüzünden DGM (Devlet Güvenlik Mahkemesi) tarafından hakkında giyabi tutulma kararı çıkarıldı. Karara direndi, herhangi bir suç işlemediğini dile getirerek teslim olmayacağını haykırdı. Bu süre zarfında yeni albüm çalışmaları devam ediyordu. 2005 yılının 19 Nisan da Son albümü "Janı/Sızır" çıktı. "Janı/Sızır" albümü ortaya çıkardığı ilişkiler ve içerik bakımından oldukça ses getirdi. Zira albümde 9'u Kürçe, 6'sı Türkçe olmak üzere 15 parça seslendirilmişti. Bestesi Arca Dinçkiyan'a ait, bir Sezen Aksu klasiği olan "Vazgeçtim", Hakkı Bulut'un "İkimiz Bir Fidanız", Melike Demirağ'ın "Arkadaş" ve Loreena Mc Kennitt'in "Tango To Evoro" adlı parçalarını Kürçe olarak yorumladı. Albümün bir diğer özelliği de, neredeyse yarıya yakınını kendi söz ve bestelerinden oluşmasıdır. Yeni albüm sanat yaşamına ciddi bir ivme kazandırdı. Bir çok yazılı ve görsel basın kuruluşu ile albüm üzerine söyleşiler yaptı. 12 Nisan

2005 tarihinde 32. si yapılan müzik alanında en önemli Halk Oylaması ile ödül sahiplerinin belirlendiği Altın Kelebek, En İyi Halk (etnik) müziği ödülünü aldı. Ödül tarihinde, ilk kez Kürçe müzik yapan bir sanatçıya verilmiştir. Alanında eğitimi ve çok yönlü olan sanatçı, Konservatuari bitirdikten sonra Adana Devlet Tiyatrosunda bir firma onun rol almıştır daha sonra Ankara Devlet Tiyatrosunda yine birçok oyunda rol almış İngiltere de çocuk ve gençlik tiyatrosu yapmıştır. Yaklaşık bir yıl orada kaldıktan Sonra Türkiye'ye dönmüştür...



Onur Akın

### ONUR AKIN

Onur Akın 6 Mart 1967 yılında Bitlis'in şirin bir ilçesi olan Ahlat'ta dünyaya geldi. Öğretmen bir babanın ve ev hanımı bir annenin altıncı ve son çocuğudur. Köy Enstitüsü mezunu olan babasının tayini nedeniyle İstanbul'a yerleşmişlerdir. İlkokul: Paşabağçe İlkokulu Ortaokul: Paşabağçe Ortaokulu Lise: Paşabağçe Ferit İnal Lisesi Üniversite: İstanbul Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Gazetecilik ve Halkla İlişkiler bölümü Onur Akın bütün bu dönemlerinde müzikle iç içe yaşamıştır. Aile bireylerinin müzige olan yakınlığı yaşamında yon çizmştir. Okul sıralarındaki müzik çalışmaları üniversite yıllarında GRUP BARAN'ın oluşumuna etkendir. 1987 yılında kurduğu grubun, 1989'da ilk albümü YEDİVEREN dinleyicileri bulmuştur. Vedat Türkal'nın 1944 yılında yazdığı BEKLE BİZ! İSTANBUL adlı şiir Onur Akın'ın bestesi ve yorumuyla, kendi alanında gelecek yıllara yürüyen bir klasik eser olmuştur. Yıl 1991. Onur Akın, GRUP BARAN'la ikinci ve son albümleri olan KUYTUDA BAŞAK'ı yayınladı ve bundan sonra müzik çalışmalarına tek başına devam etti. Yine aynı yıl öğrencilik yıllarında yol arkadaşı Hanife Sevim artık hayat arkadaşısıydı. 1993'te "Seni İstanbul Yapmalı" (Gözlerimde Bulut), 1995'te "Nereye Eyz Güzel İnsanlar" adlı albümleri yayınlandı. Ah canım kızım Eylül Oy benim kızım Eylül Yıl 1995. Ressasın Hanife Sevim Akın ve müzisyen Onur Akın'ın kızıları Eylül Türkü Akın, 1994'tü 1995'e bağlayan yılbaşı gecesi, bütün yıl dönümlerinin en güzel hediyesi olarak merhaba der anesine ve babasına. 1997 yılında "Aşk Bize Küstü" adlı albümü yayınlandı Yıl 1999. Onur Akın "Asi ve Mavi" adlı albümünü

dinleyicileriyle paylaştı. 2000 yılı sonlarında yine hayatın bütün renklerini içinde taşıyan bir albüm olan "Ey Hayat" dinleyicileriyle buluştu. Anadolu'dan aldığı bütün kültürel birikimi tüketmeden, yeniden ve kendi kimliğiyle üretmek, tekrar Anadolu kültür mirasına sunan Onur Akın diğer albümlerinde olduğu gibi yepyeni besteleriyle dinleyicileriyle yeni bir buluşma noktası hazırladı. Aşka yazılacak bütün yaşamların kıyısında özenle seçilmiş şiirler ve bestelerden oluşan son buluşma noktası "Seni Aşka Yazmalı" adlı albümdür. Onur Akın son albümünü uzun yıllardır düşündüğü, her alanda onun hayata, sanata bakışını yansıttık, üretimleriyle müzigin ve sanatın yozlaştırıldığı bu yabancılığa ve kırılma çağında kayallarda bir avuç toprağa tutunup direnen küçük bir incir ağacının duyarlılığını, dirençliliğini taşıyacak Eylül Müziği kurmuştur. Grup Baran sürecinden bugüne yurtiçinde ve yurtdışında verdiği konserlerle, samimi ve dürüst bir paylaşımı yaşadığı ve ülkenin her yerinde onu yalnız bırakmayan dinleyicileriyle birlikte, Seni Aşka Yazmalı adlı albümün konserlerine devam edecek ve bu incir ağacını yaşatacaktır.

**Gün geçede bilirmiş/Ve hasret sevdada/ Dağlar dize gelirmiş /İnatla yürüdükçe/Yeter ki umut olsun/Yeniden dermanlar doğursun/Umut olsun Olmaz değildir hiçbir şey....**

SIMYAGAYRIMENKULDEN SATILIK DAİRELER- ARSALAR VE ARAZİLER	Yatırım için Antalya merkez ve ilçelerinden istenilen her bölgeden uygun fiyatlara yatırımlik arsalar mevcuttur.
TR TEL: 00 90 537 463 13 03 00 90 537 205 42 43 BASEL : 00 41 61 683 51 71 00 41 79 320 53 75	
<b>Konyaaltı, Toros mahallesi, Sağlık Müd. Arkası, 5M Migrosa 500 metre, denize 450 metre, 2. Kat, 3+1, 132 metrekare, asansörlü, uydu antenli, güneşli, granit merdivenler, G.B.K. cepheli, iç yapımı full, sıfır daire. 170.000YTL</b>	<b>KEMER-ÇAMYUYA; 1488 metrekare, imarlı tapulu, denize 300 metre, Kemer-Çamyuva yoluna cephe. 400.000.-YTL</b>
<b>Konyaaltı, Dublex, giriş kan, 3+1, 180 metrekare, içi full yapı, 130.000Euro</b>	<b>KEMER-GÖYNÜK; Kemer-Göynük yoluna cephe, Göynük merkezde, ticari arsa, 1400 metrekare. 450.000.YTL</b>
<b>Konyaaltı, dublex 2. Kat, 2+1, 180 metrekare, içi full yapı, 130.000 euro</b>	<b>KONYAALTI-HURMA mahallesinde imarlı, 1064 metre kare konut arsası. Fiyatı: 400.000.-YTL</b>
<b>Konyaaltı, Canse sitesi, 3. Kat, 3+1, 145 metrekare, G.B.K. cepheli, Ana cadde üzeri, içi full yapı, denize 10 dk, 140.000.-YTL</b>	<b>ANTALYA MERKEZ, Yeşilbayır Kuzeykentte kalan imarlı 14 adet konut arsası saltık. Arsaların toplam metrahi: 5490 metrekare. FİYATI: 450.000.-YTL</b>
<b>Konyaaltı, Üncalı, 5. Kat, 3+1, 150 metrekare, iç yapımı full, yıl sonu teslim, G.B.K.D cepheli, sıfır daire. 130.000.-YTL</b>	<b>KORKUTELİ MERKEZDE imarlı 16 adet yayla arsası, tanesi: 35.000 YTL. Arsalar 350 metrekare ile 500 metrekare arası değişmektedir.</b>
<b>Konyaaltı, Üncalı, 8. Kat, 3+1, 150 metrekare, yıl sonu teslim, G.B.K.D cepheli, iç yapımı full, 120.000.-YTL</b>	<b>Meydan Kavşağı, 2 Adet sıfır daire, 1. kat, farklı cephelerde, 3+1, 145 metrekare, içi full yapım. 120.000.-YTL</b>
<b>Konyaaltı, Üncalı, Site içi, G.B.K.D cepheli, iç yapımı full, sıfır daire (6 Adet daire). Adet fiyatı: 130.000.-YTL</b>	<b>Lara-Güzeloba, 4. Kat, 3+1, 165 metrekare, site içi, iç yapımı full, Denize 500 metre, G.D.K cepheli. 165.000.-YTL</b>
<b>Kırcami, Bina, 3+1, 170 metrekare, asansörlü, uydu antenli, güneşli, granit merdivenler, G.B.K cepheli, iç yapımı full, sıfır daire. 175.000-200.000.YTL</b>	<b>Lara-Güzeloba, 1. Kat, 3+1, 165 metrekare, site içi, iç yapımı full, 500 metre G.B.K cepheli. 150.000.-YTL.</b>
<b>Bahçeli, 5 katlı binanın 4. katı, 2 adet birleştirilmiş daire (160+160) metrekare, istenirse ayrılanabilir. G.B.K.D cepheli. 300.000.-YTL.</b>	<b>Demirgöl (DUBLEX), Üst Kat, 145 metrekare, 3+1, iç yapımı full, D.G.K cepheli. 120.000.-YTL</b>
<b>Meydan Kavşağı, (Meydan Polikliniğinin arkası), içi full yapım, 6 Adet sıfır daire, 3+1, Giriş Katlar: 110 metrekare, orta katlar: 140 metrekare, Giriş ve Çatı Kat: 115.000.-YTL, Orta Kat: 130.000.-YTL</b>	<b>Barış mah. 8 oda, mustakil, tıplex, 300 metre bahçe içerisinde, 450 metrekare, şömine, 3 banyo, G.K.D cephe, yerler laminat, super lux daire, gün ışık, karton pier tavan, 60 metrekare teras, barbekülü, 350.000.-YTL.</b>
<b>Meydan Kavşağı, 2 Adet sıfır daire, 3. kat, farklı cephelerde, 3+1, 145 metrekare, içi full yapım. 130.000.-YTL</b>	

## Bläsiring GmbH

### Früchte & Gemüse Halle

Bläsiring 86 - CH-4057 Basel

Tel.: +41 61 683 17 70 Fax: +41 61 683 17 71

# Neueröffnung



## Qualität, aber günstig!

**Etlerimiz HELAL kesimdir**

**ÖFFNUNGSZEITEN**  
Montag - Samstag 08:30 bis 20:00  
Sonntag Geschlossen

**Etlerimiz HELAL kesimdir**

## FAMILIE PAMUK

## FAMILIE YAKIN