

*Sağlığımı*

*8.95 Liraya*

*Satıyorum!*

*Mehmet Günata*

# **Sağlığımı 8.95 Liraya Satıyorum**

Mehmet GÜNATA

## **Kapak Tasarımı**

Alican SOFU

## **Mizanpaj**

Enes BAŞAK

1. Basım, Aralık 2014

SAGE Yayınları

## **Baskı ve Cilt:**

SAGE YAYINCILIK VE MATBAACILIK

Kazım Karabekir Cad. Kùltür Çarşısı Kat: 2

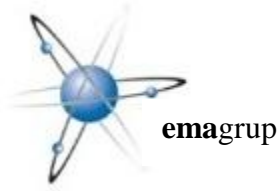
No: 7/101-102-103

İskitler/Ankara

Tel.: 0312 314 00 02/05

bilgi@bizimdijital.com

‘‘Söylesene adamım? Kimim ben? Şah uğruna vazgeçmeyi göze aldığım basit bir piyon mu?’’





## Önsöz

“Tıp fakültesinden arada bir doktor çıkar” sözünü muhtemelen duymayan kalmamıştır. Tıp mezunu olduktan sonra sanatçı, oyuncu, yazar vb. meslek dışında tamamen farklı bir iş ile yaşamını sürdürenler ile hem mesleğini hem de beraberinde yine çok farklı dallarda uğraş verenler için kullanılan bir cümledir. Hatta bazen bu cümleyi kendime de yakıştırırım, çünkü uğraş verdiğim birçok alanı gören kişiler “Hocam nasıl bu kadar vakit ayırabiliyorsunuz?” dediklerinde, uzmanlığım olan Nükleer Tıp’ı hobi olarak yaptığımı ifade ediyorum, yarı şaka yarı ciddi. Ben o sözü biraz uzatmak ve farklı bir anlamda yorumlamak istiyorum, şöyle ki; “Tıp fakültesinden arada bir doktor, nadiren de hekim çıkar”.

“Doktor” ile “hekim”i farklı tanımlamayı uygun görürüm genelde, çünkü bana göre doktor; mesai saatleri ya da nöbetlerinde hastalarına hizmet sunan tıp mezunu meslek erbabıdır. Hekim ise; hastalarına sağlık hizmeti sunmanın yanında mesleğine ve meslektaşına da sahip çıkan tıp mezunu meslek erbabıdır. Yani hekim olmak için önce mesleğini sevmek şart, ardından insanı sevmek ve meslektaşını korumak, sahip çıkmak gereklidir.

Tıp fakültesi öğrencilerine hitap ederken her zaman “genç meslektaşım” tabirini kullanmayı tercih ediyorum. Tıp hamuru ile yoğrulurken bizleri örnek alan bizlere olan takdirlerini dile getiren bu arkadaşlarımız da biliyorum ki mesleğe başladıklarında örnek birer hekim olarak yollarına devam edecektir. Değerli kardeşim *Mehmet Günata* da hekim olarak tanımlayabileceğim, öğrencilik yıllarının zorluğu yanında daha çok erken bir zamanda mesleğin yükünü omuzlarına almış, tıp okumanın sadece oturup ders çalışmak olmadığı bilincine varmış, gerek bilimsel çalışmaları gerek bilimsel yayınları takibi gerekse de literatür kaynaklara dayandırarak hazırladığı sağlık yazıları ile gerçek manada örnek teşkil eden genç bir meslektaşımıdır. Bu kitabın içeriğindeki tüm yazıları keyifle okuyacağımıza

inaniyorum. Dikkat çeken önemli bir özellik ise kitap içerik olarak herkesin anlayabileceği sade bir dille yazılmıştır.

Gelişen internet teknolojisi ile arttan bilgi kirliliğinin de önüne geçmek adına yazdığı yazıları hele ki sağlık alanında yazılan yazıları bilimsel verilere dayandırarak yazan bu genç meslektaşım umut ediyorum ki bu alanda yazı yazdığını zannederek kulaktan dolma bilgileri kopyala-yapıştır formatı ile kaleme alan kişilere de örnek olacaktır. Sağlıkla ilgili herhangi bir uzmanlığı olmayan adı daha çok magazin gündemi ile ön plana çıkan kişilerin dahi sağlık alanında yazı yazdığı şu günlerde bu kitabın ve içeriğinin önemi kat ve kat artmaktadır. Kendine has üslubu ile yazılarına akıcılık da sağlayan Günata'nın bu kitabı bir seri olarak çıkaracağını temenni ediyor, sağlık yayın camiasına böyle bir yayın kazandırdığı için kendisini kutluyorum.

Uzm. Dr. Fatih BATI

Nükleer Tıp Uzmanı

## İçindekiler

Biyografi	9
1-Sağlığımı 8.95 Liraya Satıyorum!	11
2-Muck	13
3-Hayat Sarılmayla Değişir	15
4-Geleceğin İçin Donunu Kontrol Et	18
5-Akıllı Yaratıklar Hasta Mı Ediyor Bizi	21
6-Telefonunuzdaki Öldürücü Mikroplar	23
7-O Masum Değil	25
8-Optimist Olanların Suyla Bağlantısı Nedir	27
9-TV Alana Bez Bebek Bedava	28
10-Ölüm Fişimi Kasiyer Kesti	30
11-Kırmızı Alarm	32
12-Bardağında Ne Var	36
13-Beslenme Alışkanlığı Ve Kanser	41
14-Health Advice	44
15-Coffee Protects Women Against Heart Disease	46
16-Mikrop Bu Gıdalar İçin Sadece Bir Hikâye	48
17-Örnek Adamın Enerji İçeceklerine Tepkisi	51
18-Sütüme Dokunma	54
19-Beyaz Kan	63

20-İkiyüzlü	74
21-Ayrıntılarıyla Islak Mendil	77
22-Pet Şişeler Hakkında Her Şey	83
23-Is Plastic Food Packaging Dangerous	88
24-Bir De DNA Profiline Baksam	90
25-Karanlık ve Kanser	92
26- Eyvah Kuduz Mu Oldum?	95
27-Pika Sendromu	104
28-Starbucks Ateş Açtı	108
29-Var Veya Yok	110
30-Müziğin Gücünü Önemseyin	111
31-Kahkaha	115
32-İnsan = Bacteria + Human	120
33-Öhö Öhö	122
34-İçimden Bir Ses Ne Yiyeceğimi Söylüyor	128
35-Şimdi Evlenmenin Tam Zamanı	130
36-Bu Garip Sesin Anlamı Da Nedir	132
37-Neden Esneriz	134
38-Neden Ağlarız	136
39-Gıdıklanmanın Fizyolojisi	137
Kaynaklar	140



*Bir genç hayal ediyorum...*

Geleceğin yöneticileri, günümüz aydınlık genç bireyi olarak büyük bir sorumluluk taşıyan, ileriye yönelik başarılı imza atmanın yolunun günümüz çalışkan gençlerinin harıl harıl çalışmasından geçtiğinin farkında olan ve en önemlisi yarımı düşünen bir genç...

***Ben Mehmet GÜNATA,***

İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi 4. sınıf öğrencisiyim. “Başarı, küçük hataların ve başarısızlıkların biraz ilerisinde duran şeydir.” sözünü benimseyerek hedefini çizen ve mücadelesini bu yolda çekinmeden ortaya koymaya hazır; korkusuz, genç tıp öğrencisi bir yazarım.

1992 yılında Malatya’da doğdum. İlköğrenimimi Malatya’da aldım. Kazandığım Yeşilyurt Kolukısa Anadolu Lisesi’ni 2011 yılında 1.’lik derecesiyle bitirip aynı sene içerisinde İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi’ni kazandım. Şuan da 4. sınıf öğrencisi olarak aynı fakültede eğitimime devam ediyorum.

Yabancı dillerden İngilizceye hâkimim. Birçok site ve blogda sağlık ve tıp konulu çok sayıda yazı yayınladım. Yazar olarak yer aldığım çoğu sitede editörlük rolünü de üstlendim. Serbest erişime açık çok sayıda site ve dergide yazarlık yönümü ortaya koymaya devam ediyorum.

***Yazılarımın yayınlandığı ortamlar;***

Medikal Akademi  
Socialdoctors  
MediPlatform  
Milliyet Blog  
Radikal Blog  
Onedio  
Sosyal Medya Haber  
Hür Haber  
Genç Yazı  
Mynet  
Sosyal Medya Kulübü  
Eğitim Ajansı  
Sosyal Mesele  
BloglifeTr  
Hekimler ve Tıbbiyeliler  
Zinde Türkiye Sağlıklı Yaşam ve Spor Dergisi...

Kişisel web sitem [www.mgunata.com](http://www.mgunata.com)'da özgür ve bilimsel kaynaklı sağlık-tıp konulu paylaşımlarda bulunuyorum.

Geleceğin bilim insanı olarak büyük bir sorumluluğun bilincinde; başarılı ve değerli hekim olma gayreti içerisinde eğitimimi canla başla sürdürüyorum.

“Varlığında, sonsuzluğun bile ondalıklı sayılara çevrildiği organdır kalp.” diyerek ne kalbinden ne de hizmetkâr nöronlarından vazgeçen tıpcı bir yazar; o.

***İletişim:***

[mehmetgunata@yandex.com](mailto:mehmetgunata@yandex.com)

[www.mgunata.com](http://www.mgunata.com)