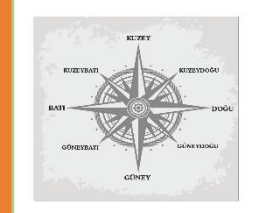


PUSULA

BTAYTD Aylık Dijital Dergisi



Bir Akraba Topluluk Gagavuz Türkleri

- Ramazan Rahmet ve Bereket Ayı
- Evros Bölgesi'nde Geleneksel Düğünler
- Otizm'in farkında mıyız?
- Gagavuzları Tanıyalım

Dijital Dergi Adı: BTAYTD PUSULA

Hazırlayanlar:

Gülsüm HÜSEYİN
Sevkan TAHSİNOĞLU
Enise MOLA AHMET
Pelin KOCA MOLLA
Seher AHMET
Hatice KADRİ
Yıldız CAFER

İletişim:

Egnatias 75,69100 Komotini

Tel/Fax: +302531029705

e-mail:info@btaytd.com

İçindekiler:

Nisan Ayı Konuğumuz/
Ramazan Ayı Rahmet ve Bereket Ayı 2

Nisan Ayı Konuğumuz/
Bir Akraba Topluluk Gagavuz Türkleri 4

Soralım Öğrenelim/
Koru Köyü 10

Gelenek ve Göreneklerimiz/
Geçmişteki Düğünlerimiz
Evros Bölgesi 13

Sağlık/
Alerji Nedir? Söyleşi 16

Güncel Konular/
Ramazan Ayında Beslenme 20

Güncel Konular/
2 Nisan
Dünya Otizm Farkındalık Günü 23

NİSAN AYI KONUĞUMUZ / GÜMÜLCİNE S. MÜFTÜSÜ

İbrahim ŞERİF

Gülsüm HÜSEYİN

RAMAZAN AYI RAHMET VE BEREKET AYI

Ramazan ayı, bir yıl boyunca hasretle yolunu beklediğimiz rahmet ayıdır. İmanın, ibadetin, güzel ahlâkın, toplum bilincinin ve İslam kardeşliğinin pekiştiği önemli bir zamandır. Mü'minin bir yandan Rabbiyle olan bağı, diğer yandan kardeşleriyle olan ilişkilerini gözden geçirdiği bir nefis muhasebesi dönemidir.

Ramazan, yaz sonunda yağıp yeryüzünü kir ve tozdan temizleyen güz yağmuru gibi müminleri günahlardan arındıran tövbe ayıdır. Hz. Peygamber (s.a.s), “Kim inanarak ve karşılığını Allah'tan bekleyerek Ramazan orucunu tutarsa geçmiş günahları bağışlanır” buyurur.

Ramazan ayı, Kur'an-ı Kerim'in indirilmeye başlandığı aydır. Cenâb-ı Hak bu hususu bizlere şöyle beyan eder: “Ramazan ayı, insanlar için bir hidayet rehberi, doğru yolun ve hak ile batılı birbirinden ayırmanın apaçık delilleri olarak Kur'an'ın kendisinde indirildiği aydır. Öyle ise içinizden kim bu aya ulaşırsa onu oruçla geçirsin...”

Ramazan, sabırlı ve kanaatkâr halimizle bizi takvaya eriştiren oruç ibadetinin farz kılındığı aydır. Oruç ibadeti Peygamber Efendimiz'in Medine'ye hicretinin ikinci yılında farz kılındı. Oruç ibadetinin farz kılındığını Mescid-i Nebevî'nin minberine çıkararak müslümanlara şöyle seslendi: “Mübarek Ramazan ayına kavuştunuz. Yüce Allah bu ayda size oruç tutmayı farz kıldı. Bu ayda cennetin kapıları açılır, cehennem kapıları kapanır ve azgın şeytanlar bağlanır.”



G.S.M İbrahim ŞERİF

Oruç, kul ile Yüce Yaratan arasında duygu yüklü bir ibadettir. Kul, oruçta Rabbi ile adeta baş başadır. “İnsanoğlunun yaptığı her şey kendisi içindir. Oruç müstesna. O benim içindir ve onun mükâfatını ben vereceğim...” kudsî hadisi ile orucun manevî karşılığına dikkat çekilmiştir.

“Ey iman edenler! Kötülüklerden sakınmanız için oruç, sizden öncekilere farz kılındığı gibi, size de farz kılındı.” ayetiyle, hem orucun farz kılınmış bir ibadet olduğuna hem de onunla gerçekleştirilmek istenen hedefe işaret edilmektedir ki bu da kötülük ve günahlardan uzak durmaktır.

On bir ayın sultanı Ramazanın manevi hayatımızda özel bir yeri vardır. Zira Ramazan, oruç ve Kur'ân ayıdır. Ramazan sabır, şükür, tövbe ve tefekkür ayıdır. Ramazan, bin aydan daha hayırlı Kadir gecesini içinde saklayan en şerefli aydır. Ramazan ibadettir, berekettir, mağfirettir. Ramazan taattir, hayır ve hasenattir. Peygamber Efendimizin bildirdiğine göre, Ramazan ayının ilk gecesi olunca, bir melek şöyle seslenir: “Ey iyilik isteyen!

İbadete ve kulluğa gel! Ey kötülük isteyen!
Günahlarından vazgeç!”

Ramazan kardeşlik, dayanışma ve paylaşma ayıdır. Geçici olarak yeme-içmeden uzak kaldığımızda, yoksulun halini anlar, nimetlerin kadrini bilir ve Rezzâk olan Allah’a hakkıyla şükretmemiz gerektiğinin farkına varırız.

Ramazan aynı zamanda kötü alışkanlıklara son verme, iyiden, güzelden yana yeni sayfalar açma fırsatıdır. Ramazan sayesinde hayırlı işlerde yarışır, iyiliğe yatırım yapar, kötü sözden ve amelden uzak dururuz. Birlik, beraberlik ve kardeşlik duygularımızı gönülden hissederiz. Aramızdaki sevgi ve saygı bağları diğer aylara nazaran daha fazladır.

Ramazan, ömrümüzün en değerli hasat mevsimi, hepimiz için maddî ve mânevî açıdan yenilenme fırsatıdır. Müslümanlar için bir umut, heyecan ve uyanıştır. İnfakla yoksulların, düşkünlerin, muhtaçların, kimsesizlerin hatırlandığı ve korunduğu bir yürek seferberliğidir. Ramazan'a kavuştuğu hâlde onun kadrini ve kıymetini bilmeyen kişi, çok büyük bir hazineden mahrum kalmıştır!

Bilindiği gibi, dünyada ve ülkemizde devam eden COVID-19 bulaşıcı hastalığı ile ilgili alınan önlemler gereği her alanda olduğu gibi, dini hayatla ilgili de birçok kısıtlamalara yol açıldı. 2020 Ramazan ayında Ramazan ayına has birçok ibadetlerimizin, geleneklerimizin uygulanma imkânı olmadı. Teravihler coşkulu bir şekilde cemaatler ile ibadethanelerde yapılamadı. Mukabeleler ve kalabalık iftarlar salgın nedeniyle gerçekleştirilemedi. Bu yıl da aynı önlemler devam ettiği için, Ramazan ayı yine buruk bir şekilde evlerde aile fertleri ile birlikte değerlendirilmeye devam etmektedir.



Yeni Cami/Gümülcine



Bekirli Camisi

BİR AKRABA TOPLULUK GAGAVUZ TÜRKLERİ

Gagauz Türkleri Hristiyan Ortodoks dinine inanan tahminlere göre toplam sayısı 300 000 kişilik bir Türk toplumdur. Çoğunluk olarak Moldova'nın güneyinde Gagavuz Yeri /160.000/ olarak adlandırılan özerk bir bölgede ve Ukrayna'da /50.000/, ayrıca Bulgaristan, Yunanistan, Kazakistan, Rusya'da, Brezilya'da yaşamaktadırlar. Gagauz Türklerinin çeşitli yönetimler altında yaşam sürdürmeleri hem dili, hem kültürü, hem milli kimliği etkilemiştir.

Gagauz Türkleri'nin eski zamanlardaki yaşama bölgelerine göz atacak olursak Karadeniz'in kıyılarını ve yakınlarını göre biliriz. Şöyle ki, Edirne, Kırklareli, Burgas, Varna, Balçık, Kavarna, Şabla, Bolgarevo, Tulca, Akkerman, Tuzla, İzmayıl, Kiliya, Bender bölgelerine kadar uzanan bir coğrafyaya yayılmışlardır.

Yüz yıllar içinde Gagauz Türkleri başka halklar içinde azınlık olarak yaşasa da, az sayılı Gagauz Türkleri'nin de devletçilik tarihi vardır.

Türk gezgini Evliya Çelebi'nin Seyahatnamesinde Gagauzlar'ın ilk devleti sayılan Uz Eyaleti hakkında bilgiler mevcuttur.

İlk Gagauz devleti - Uz Eyaleti.

14.yüzyılın ilk yarısında Dobruca'da çok sayıda Türk boyları yaşamakta idi. Gagauzlar'da var olan yaygın inanca göre, 1261'de Dobruca'da VIII. Mihail Paleolog'un yardımıyla İzzettin Keykavuz'un idaresinde Uzi Eyalet'i olarak adlandırılan ilk Gagauz Türk devleti kurulmuştur.



Dr.Güllü KARANFİL

İlk başta bu devlet Bizans'a bağlı olmuş. 1263'te İzzettin Kaykavuz idareyi dayısı Sarı Saltuk'a bırakmış. Kurulan bu Uzi Eyalet (ya da Gagauz Eli) devleti, Selçuklu Türklerinin bunlarla birleşmesi hasebiyle çok güçlenir ve 1346'da Balık Bey hükümdarlığında bağımsızlığını ilan eder. Bizans'taki 1341-1347yy. savaşı, Bulgaristan'da feodal çekişmeler devletleşmeye güç vermiştir (Angeli; 2002). Başkenti Balçık (Karvuna), daha sonra Varna olan bu devletin bayrağı, merkezinde beyaz bir horoz olan kırmızı bayraktır. Kurucu Hristiyan Kıpçak boyundan Balık Bey'den sonra devletin artık nüfusu olan başına kardeşi Dobrotiç geçmiştir. O zamana kadar bu topraklara Karvun Yurdu denilirken, Dobrotiç ile Dobrotiç Yurdu (ya da Dobruca) denmeye başlamıştır.

Dobrotiç zamanında devletin topraklarını genişlemiş ve ekonomisi de güçlenmiştir. Uzi Eyaletinin varlığı, bölgenin 1417'de Osmanlı Devleti'nin sınırlarına dâhil olmasıyla son bulur. (İsümbeli; 2018). Gezgin Hans

Şiltberger'e göre bu devletin arazisi Tuna nehrinden Varna şehrine kadar uzanıyormuş. Kendi notlarında o bu devleti Üçüncü Bulgaristan diye adlandırıyor. Etrafına Dobruca Peçeneklerini, Uzları Kumanları ve Anadolu Selçuklarını toplamaya becermiş (ROMANOVA, 2017, 244).

Dobrotiç hükümdarlığı altında Uz eyaleti epey güçlenmiş, ve arazisi de genişlenmiştir. Dobrotiç'in ölümünden sonra /1385/ tahta oğlu İvanko geçiyor. Bu Sofya Arkeolojik müzesinde bulunan demir paranın üzerindeki 'İvanko- 1385-1395' yazıdan anlaşılıyor. Bizans ve Bulgaristan devletlerinden tamamen bağımsız olmuş. İvanko zamanında devlet ekonomik taraftan daha da güçlenmiş, ama siyasi konularda çok esnek davranışlarda bulunuyormuş. Öyle ki, Osmanlı ve Geneuzler arasında çatışmaların arasında kalınca daha önce Geneuzlara karşı olsa da, onların tarafını tutuyor ve onlarla önce ticari anlaşma sonra ise sulh anlaşması imzalamıştır. Böylece, Gagauz Devleti ve Osmanlı düşman oluyor. Bu yakınlaşma ne Osmanlılar, ne de Bulgarlar tarafından başlanmamış. Böylece Osmanlı önce Geneuzları hem de Gagauz Devleti olan Uz Eyaletini dağıtıyor. Güneyde Bizans zayıflayıp önceliği Osmanlı'ya kaptırınca bu bölge I. Murad zamanında Osmanlı vassallığı altına girmiştir. 1398'de de I. Bayezid bölgeyi tamamen fethedip Osmanlı topraklarına katmıştır. (Velev 2007, 109) Gagauzların Osmanlı tebasına girmesiyle Bulgaristan'a göçler yaşanmıştır.

Böylece Gagauzların Uz Eyaleti /Dobruca/ adlandırılan devleti 71 yıl var olmuştur. **Osmanlı zamanında Gagauzlar.** Gagauzlar Osmanlı zamanında toplu şekilde yaşamış, dilini, dinini ve geleneklerini yaşatmışlardır. Bazı yerlerde Türklerle aynı köyde yaşamış, komşuluk etmişlerdir (Cebeci;1992; 583-589). Osmanlı Hükümeti 'Gayri Müslim' olarak adlandırdığı Gagauzlar'a bir Türk kavmi olarak özen göstermemiş, ama dinine de karışmamıştır.

Osmanlı kontrolü altındayken Gagauzlar ya Tatar ya da Ortodoks Hristiyan pozisyonunda değerlendirilmekteydi. Bu da Osmanlı sistemi içerisindeki varlıklarını yadsıyan bir durumdu. "İstanbul Türkler tarafından fethedilince, Fatih Sultan Mehmet, din ve milliyet ayrımı gözetmeksizin bütün Ortodoks Hristiyanların başı olarak İstanbul Patriğini tanıdı. Gagauzlar, Ortodoks Hristiyan olmaları nedeniyle Patriğin yönetiminde kalmışlardı. Patrik de dinsel ve ulusal işlerde bunları istediği gibi kullanmaktaydı." (Cin 2010, 17) Bu dönemde Gagauzların birçoğu Yunanca eğitim ve öğrenim görmüş ve Yunan kültürü altına girmiştir. Ancak yine de dillerini ve kültürlerini muhafaza edebilmişlerdir (ÖZÇAYAN, 2017).

Gagauzlar'ın Bessarabya'ya göçü ile ilgili çeşitli fikirler mevcuttur. Bazı kaynaklar Gagauzlar'ın Osmanlı zulmünden kaçtığını söyler, bazı kaynaklarda ise bu bölgede Romanya ve Türkiye'ye karşı bir tampon bölge oluşturmayı amaçlayan Rusya'nın Gagauzların zorla sürüldüğü belirtilir. (RADOVA, 1998; ÇAKİR 1999). Birçok kaynakta ise Osmanlı-Rus savaşından kaçtıkları yazılmaktadır.

Böylece, yüzyıllarca Osmanlı devletinde yaşayan Gagauz Türkleri Rus-Türk Savaşından sonra 3'e bölünmüş, Basarabya (Moldova, Gagauz Yeri bölgesi ve Ukrayna'nın bir kısmı), Bulgaristan ve Yunanistan'da yaşamak zorunda kalmışlar, bir kısmı da Osmanlı zamanından bu yana Basarabya'da yaşamış (Akkerman, İzmayıl, Kiliya gibi şehirlerde) ve yaşamaya devam etmektedirler, fakat günümüzde, maalesef, büyük bir kısmı asimilasyona uğramışlardır.

16'dan 18. yy.a kadar bu tür sebeplerle diğer bölgelerden ciddi bir Gagauz nüfusu Bucak'a göç etti. Bunlara "eski göçmen" denirdi. 1806-1812 Osmanlı Rus Savaşı sonrasında da Osmanlı vassalı Moldavya'nın (Boğdan Prensiği) Besarabya bölgesi Ruslara geçti. Savaş sonrası Bucak'a bu yeni Rus toprağına gelen Gagauzlar'a da "yeni göçmen"

denmekteydi.1735-1739, 1768-1774, 1787-1791, 1806-1812 yıllarında gerçekleşen tüm Osmanlı-Rus savaşlarında Balkanlar'dan birçok Gagauz göçmeni Bucak'a geldi. Rus kaynakları bu Gagauzları "Bulgar göçmenleri" olarak tanımlamaktadır. (Radova-Karanastas 2012) 1806'dan itibaren Ruslar Gagauzlara toprak bağışlamak suretiyle onların sadakatini kazanma girişimlerinde bulundu.

Kırım Savaşı'na kadar Rus İmparatorluğu'nun elinde bulunan Besarabya, 1856 Paris Antlaşması'yla Boğdan Prenslığı'ne bırakılmıştır. Üç yıl sonra Eflak ve Boğdan birleşerek Romanya Prenslığı'ni oluşmasıyla beraber bu bölge, 1877-1878 Osmanlı-Rus Savaşı (93 Harbi) sonrasında imzalanan Berlin Antlaşması'na kadar Romanya Prenslığı himayesinde kalmıştır. (Tarih Sözlüğü 2012) Bu antlaşma sonrası tekrar Rus topraklarına katılan bölge SSCB yıkılma dek fiilen Romenler ve Ruslar arasında gidip gelmiştir.

Vister Cumhuriyeti.

18.y sonu- 19 y. başında Gagauzlar 100 köy ve 1 Vister şehrinden oluşan Vister Cumhuriyetini kurmuşlar. /Balço Neyko Dyakov 1985; 275-277, Romanova, 2017/.

Gagauzlar'ın kimliğine dair pek çok fikirler mevcuttur. Şaşırtan olay ise Türkçe konuşan, ama Hristiyan bir halk olmalarıdır. Balkanlarda yaşarken Yunan Kilisesine tabi olmaları, çocukların ana dilinde eğitim alamamalarına sebep olmuş, göç ettikten sonra ise Slav din okullarında, daha sonra da Romanya'nın terkinde yaşarken Romen dili, daha sonra yine Rus diline tabi tutulmaları ve "demir perde" yönetimi ile birlikte özlerinden tamamen kopmaları kimlik meselesini oldukça yıpratmıştır.

1780. yıllarından itibaren Deliorman bölgesinden göç eden Gagauzlar'ın çoğunluğu Moldova'nın batı tarafına, şimdiki Leova'ya yerleştirilmiş ve Balş adlı bir Moldovan boyarın yöneticiliği altında yaşayarak vergi vermişlerdir. Orada Çadır, Orak, Baurçu köylerini kurmuşlar,

bir müddet sonra baskıcı yönetimden, sonsuz vergilerden dolayı **Gagauzlar isyan çıkararak**, ayaklanarak toplu şekilde o toprakları bırakıp Moldova'nın güney tarafına Bucak bölgesine göç etmişler. Tatarların zorla sürülmesi sonucunda boşalmış bu bölgelere Rusya idarecileri tarafından yerleştirilmişlerdir. Orada yeniden Çadır ve Baurçu köylerini ve 27 köy daha kurmuş Gagauz Türkleri. Tatar köylerinin küllüklerine yakın yerleştikleri için, onlardan kalan köy adlarını kullanmaktadır. Okuma oranı oldukça düşük olan Gagauzlar tarım ve hayvancılıkla uğraşiyor, dilini ve geleneklerini yaşıyor, Rus askeri tarafından pazar günleri Kiliseye gitmeye alıştırılıyorlardı. Tabi ki yazılı Edebiyat olmadığından, Halk Edebiyatı ağızdan ağıza geçiyor, türkülerini o zamanın yaşam sorunlarını, savaş olaylarını anlatıyordu. Kolonist hukuku verilen Gagauzlar'ın bölgesinde Komrat ve Bolgrad'da liseler, Satılık Hacı köyünde öğretmen okulları açılmıştır, fakat 19 yy. sonunda tüm Gagauzlar'ın % 88'i, kadınların ise % 97.8'i okuma yazmaları yoktur. (ARGUNŞAH, 2007, 44).

Bu dönemde de Gagauz Türklerinin adalet sever, hakkını arayan, yeri gelince isyankâr bir toplum olduğunu görüyoruz ki, bu isyan ve kaçış sonucunda Gagauzlar şimdiki Bucak topraklarda yaşamaktadırlar.

İlk Türk Cumhuriyeti Komrat Cumhuriyetidir.

Rusya Çarlığının ırkçı politikası ve ekonomik baskısı sonucunda genç Pavli Atmaca ve Andrey Galatsan önderliğinde Komrat'ta 1906 yılında ayaklanma düzenlenir. Rusya'nın çeşitli yerlerinde başlayan halk isyanı ve ayaklanmalar da Komrattaki olaylara tesir göstermiştir.

6 Ocak 1906'da, bir Komrat isyanı gerçekleşti ve bu da Komrat Cumhuriyetinin beyanına yol açmış. 19. yüzyılın 80'li ve 90'lı yıllarında Çar Rusyası'nın jandarması, Besarabya'da isyan eden köylüleri defalarca bastırmış. 1905'te ilk Rus devriminin dalgası ortaya

çıktığında, Komrat köylüleri toprak sahipleri ile olan toprak kiralama anlaşmalarını protesto etmeye başlamışlardı. Çaresizlikten üzüm hasadını çok ucuza veren Gagauzlar üzüm tüccarları köyden kovmuş. Fakirleştirilmiş yoksul köylü, toprak vergisini ödemeyi reddederek, isyan etmeye başlamıştı. Köylüler jandarmalara ve toprak sahiplerine karşı kalkmış, toprak sahiplerinin mülkleri ateşe vermiştir. Her yerde küçük çapta isyanları bile susturmak için köylere askeri birlikler gönderilmiştir. Basarabya'da toprak sahiplerinin mülkleri jandarma tarafından korunuyor, fakat bu köylüleri durduramamış. Onlar zenginlerin toprak arazileri ele geçirmişler. TUFAR; Harkov Teknoloji Enstitüsü'nün öğrencisi Komratlı Gagauz Andrey Galatsan ve Pavli Atmaca'nın 1905 yılında, Gagauz köylülerinin haklarına verilen mücadelede bir araya gelmeleri için çağrıda bulunmuş ve gizli bir örgüt kurmuşlardı. Bildiriler ve ilanlar bastırarak halk içinde yayıyorlardı. Galatsan, vatandaşları arasında büyük bir saygınlık elde ediyor. Komrat'ta düzenlediği mitinglerde o, otokrasinin devrilmesi için çağrıda bulunmuştur. Yetkililer Galatsanı tutukladı. Tutuklanması, Komrat köylülerinin sabrını aşan son damla olmuş. Bir miting için 6 Ocak 1906'da toplanan Komrat halkı, yerel yetkililerin temsilcilerini tutuklamaya karar verdi. Köylüler toprak sahibini, polis memurunu, yargıcı tutmuş, kapamışlar. "Komrat isyancıları kendilerini el yapımı tüfeklerle, yaba ve sopalarla silahlandılar ve Komrat Cumhuriyeti'ni ilan etmişler. İsyancılar tarafından kurtarılan Galatsan başkan seçildi. "Rus kelimesi" adlı gazetesinde şöyle yazmıştı: "Onbinlik Komrat ... isyancıların elinde.

Özerklik ilan etti, yerel yönetim kuruldu. Jandarma etkisiz duruma getirildi"(PERVUHİN; 2006).

İsyancı köylüler, toprak sahibinin toprağını bölmeye başlarken, Rusya'dan jandarma takviyesi yetmişmiş. Komrat sakinleri tarafından kurulan barikatlar dağıtılarak, isyancıları meydan sürdüler ve kamçılarla dövdüler. Onlarca köylü,

jandarma mermileri altında öldü, yüzlerce kişi Andrey Galatsan dahil, hapsedildi ve cezaevine gönderilmiş. Ünlü Grigori Kotovski Kışinev hapisanesinde Komrat Cumhuriyeti kuranları Andrey Galatsan'la, Suhov'la, Popov'la, Berkov'la, Mihail Sibirov'la tanıştığını ve arkadaşların Galatsan'a 'Komrat Cumhurbaşkanı' diye seslendiğini anlattığı bilinmektedir. Daha sonra Andery Galasan, Pavel Nikolayev ve daha 3 kişi ağır işler yapmak üzere Sibirya'ya gönderildiler.

Komrat Cumhuriyeti sadece altı gün yaşasa da, Gagauzlar için bir özgürlük sembolüne dönüştü. Bu Cumhuriyet Gagauz halkının adalet sever olduğunu, özgürlüğe doğru hep can attığının bir göstergesidir.

Böylece; bir Gagauz Türkü olarak, gururla 1906 yılında ilan edilen Komrat Cumhuriyeti ilk Türk Cumhuriyetidir diye biliriz. Okul kitapları Komrat Cumhuriyetine yer ayırmaları da öğretmenler Gagauzların bu önemli sayfalarından biri sayılan bu konuya yer ayırıyorlar. Günümüzde adına Komrat'ın bir sokağı Galatsan adını taşımaktadır. Komrat şehrinde Galatsan'ın hatırını yaşatmak için bir dernek faaliyet göstermektedir.

Gagauz Türkleri çeşitli zaman dilimlerinde çeşitli devletlerin egemenliği altında yaşamıştır. 1812 yılından itibaren Rusya terkinde yaşayan Gagauzların toprakları – Basarabya, 1918- 1940 yy. kadar Romanya Krallığının egemenliği altında oluyor. O yıllar Gagauzların milli kimlik bilinci yükselmiş, çünkü Osmanlı Devletinden ayrıldıktan 130 yıl sonra Basarabya Gagauzları ilk defa bir Türkiye Türkü görüyor.

Öyle ki, Bükreş'teki Türkiye Büyükelçisi Hamdullah Suphi Tanrıöver, Basarabya bölgesini gezer ve orada Türkçe konuşan Gagauzlar'la buluşuyor. Orayı sık sık ziyaret ediyor. Bu halk hakkında Atatürk'e anlatıyor, asimile edilme endişesini aktarıyor. 100 yakın Gagauz gencini Türkiye Lise ve üniversitelerine yerleştiriyor. Basarabya'nın Sovyetler tarafından işkâl edilmesi sonucunda geri

dönemeyen Gagauzlar'a hayatının sonuna kadar babalık ediyor. Büyükelçilik yıllarında Romanya Milli Eğitim Bakanlığı ile konuşuyor ve Gagauzların bölgesinde eğitim dili Romence olan okullarda Türk dili dersini müfredata koyuyor. Türkiye'den her Gagauz köyüne Türk Öğretmeni geliyor. (ANZERLİOĞLU, 2006). O derslerin heyecanı hakkında Gagauz yazarı Nikolay Baboglu "Hatıralar" hikâyesinde anlatıyor (N. Baboglu, 2016).

1940 yılında Basarabya Sovyetler Birliğinin arazisi oluyor. O yıllarda Kolhozlaştırma dönemi başlayınca Sibiry'a, Karaçay-Çerkesya'ya sürgünler başlar ve 1946-47 yıllarda açlıktan Gagauzların 40% vefat ediyor. Okullara Rus öğretmenler gönderiliyor ve Gagauzların asimilasyon programı o yıllarda başlıyor. 1958 de 4 özel harf ilave ederek Gagauz diline Kiril yazıları temelinde yazı veriliyor. 1959-1961 Tarihinde ilköğretim okullarında öğretim dili Gagauzça oluyor ve 'ebeveynler istemedi' gerekçesi ile kapatılıyor. Okul ve Kreşlerde 'Gagauzça lafetme' diyerek genç nesli ana dilden soğutuyor. 1986-87 yıllarda okullarda Gagauz dili 6. sınıflarda seçmeli ders olarak verilmeye başlıyor. Birkaç yıl sonra müfredata giriyor. O yıllarda milli bilincin yeniden uyanması gözlemleniyor. Gençler Gagauzça şiir ve nesir yazmağa başlıyor.

Gagauz Özerk Sosyalist Cumhuriyeti.

Gagauzlar'ın bağımsızlık temalı toplantıları da 1987 yılında itibaren başlamış ve 'Gagauz Halkı' hareketi faaliyete başlamıştı. Başında Dimitri Savastin, Stepan Bulgar, İvan Burgucu ve diğer sanat adamları bulunmaktaydı.

Bağımsız Moldova Cumhuriyeti'nin kurulmasıyla Gagauzların yaşadığı topraklar - Besarabiya ikiye bölünerek Gagauz nüfusunun %80'i Moldova, %20'si Ukrayna sınırları içinde kalmıştır. Böylece Gagauz Türkleri ikiye bölündü.

29 Ekim, 1989 yılında Petri Vlah tarafından tasarlanan Bozkurt başlı mavi

bayrak Komrat meydanında dalgalandırıldı. Aydınlar daha sık sık görüşmeler teşkil ederek meydana insanları çağırmaya başladı. 1989'dan beri Stepan Topal, Gagauz milli hareketinin bir aktivisti olarak hep sahnede kalmıştır. Stepan Topal ilk olarak Gagauz Özerk Sosyalist Cumhuriyeti Geçici Komitesi'ne, daha sonra Gagauz Cumhuriyeti Yüksek Konseyi'ne başkanlık etmiştir.

19 Ağustos 1990 yılında kapsamlı bir toplantı sonucu Gagauz Özerk Sosyalist Cumhuriyeti ilan edilmiştir. 1 Aralık 1991 tarihinde yapılan özgür ve demokratik seçimle, Stepan Topal, oy birliğiyle Gagauz Cumhuriyeti'nin ilk Cumhurbaşkanı seçilmiş ve bu görevini 1995 yılına kadar sürdürmüştür. İşte o günlerde Stefan Topal'ın arkadaşlarından Stefan Bulgar şöyle diyordu; "- üçüncü Türk devletini kurduk. Birincisi Türkiye Cumhuriyeti, ikincisi Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti, şimdi de Gagauzistan" diyordu.

Bu yolda hep Stepan Topalın yanında olan Mariya Maruneviç - Vasilioglu, Mihail Kendigelen, Konstantin Tavşamcı, Andrey Bıyıklı, Andrey İbrişim, Petri Buzacı, Stepan Bulgar, İvan Burgucu, Dimitri Savastin, Leonid Dobrov, Todur Terzi, Georgi Kışlalı, Andrey Koçancı, Mihail Gagauz, Görgi Kalçu gibi kişilerin birlikte olması bir şanstı.

Gagauz Yeri Özerk bölgesi.

23 Aralık 1994 y. tarihinde 1990 da kurulan ve tanınmayan Cumhuriyet Moldova Cumhuriyeti sınırları içinde Gagauz Yeri Özerk bölgesi olarak Moldova Parlamentosu tarafından tanınmıştır. Böylece Moldovan ve Gagauzların arasında 5 yıllık husumet sona ermiştir.

Kendi bayrağı, marşı, Halk Topluğu /meclisi/, Başkanı vardır. İlk Başkan Komünist partisinin mensubu Görgi Tabunşık olmuştur. Şimdiki başkanı İrina Vlah'tır. Resmi diller: Gagauzça, Moldovanca ve Rusça olan Gagauz Yeri, 25 yıllık bir Özerk bölge olduğuna rağmen, ciddi anadil sorunları yaşıyor ve

ekonomisini kaldırma çabasıdır. Rusya ve diğer ülkelere olan göç bölgede ahalinin azalmasına sebep olmaktadır.

Gagauz Türkleri tarafından çok eskiden kurulan devletler, Gagauzlar'ın adalet ve özgürlüğü seven bir halk olduğunu göstermiş ve bugünkü Gagauz Yeri Özerk bölgesinin alt yapısını hazırlamıştır.

Kaynak:

- ANGELİ F. Страницы истории османской империи, Кишинев, 2006.
- ANZERLİOĞLU Yonca. Bükreş Büyükelçisi Hamdullah Subhi Tanrıöver ve Gagauz Türkleri, Bilik, 2006, sayı 39.
- ARGUNŞAH, M., ARGUNŞAH. H. Gagauz yazıları. Mustafa Argunşah, Tahrif edilen Türk Tarihi ve Bir Türkü. Kayseri, 2007. s 174.
- BABAĞLU N. Hatıralarım. Ayna dergisi N2, 1916, s. 5-6.

CEBECİ Ahmet, "Osmanlı devletinde Gagauzlar, Türk Kültürü: s. 354 (ekim 1992. S. 583-589).

ÇAKIR Nikolay 'Gagoğuzlar ve Çakır senselesi' Sabaa yıldızı, 1999, s.42-47bir türkü, 2007,

KARANFİL Güllü. Mücadele sembolü Stepan Topal. Türk Dünyası Tarih kültür dergisi, Kasım, 2018 Cilt 64. Sayı 383, s.4-7.

İUSUMBELİ İrina. <https://orhaajans.com/gagauzlar-ilk-gagauz-turk-devleti-uzi-eyalet/>

PERVUHİN В. Ф. Комратская республика. — Одесса, 2006.

RADOVA Olga. Bucaktaki transtuna Göçmenlerinin ve Gagoğuzların etnik kimliği(18.yüzyılın sonu ve 19. Yüzyılın başı) Avrasya etüdleri, s. 13.: s. 56.

ROMANOVA Svetlana. От раннегосударственных формирований у предков гагаузов к образованию АТО Гагазия. Bilgilar 1: Komrat -2017.

ÖZÇAYAN Onay. Gagauzlar.

<https://www.academia.edu/3685198/Gagauzlar>.

<https://gagauzkiebyli.wordpress.com/2015/05/11/%D0%B A%D0%BE%D0%BC%D1%80%D0%B0%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5-%D0%B2%D0%BE%D1%81%D1%81%D1%82%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5/>



SORALIM ÖĞRENELİM / KORU KÖYÜ İSKEÇE

Ürke DURGUT OĞLU / Sabriye KIR HÜSEYİN OĞLU

Pelin KOCA MOLLA

KORU



Küçük bir yerde, kapalı bir toplumda yaşamın getirdiği avantajdan olsa gerek, neredeyse hepimiz birbirimizi tanır gibiyiz. Buna rağmen belki de yaşadığımız çevrenin dışında bulunan birçok köyümüzün varlığından haberdar bile değilizdir. Kuru, belki de civar köylerde yaşayanların dışında adını bile duymadığımız bizim köylerimizden sadece bir tanesi. Zamanında, çok soğan yetiştirildiğinden Soğan Yaka olarak bilinen, aralarında; Gökçeler, Dinkler, Sakarkaya, Karaçanlar, Höyükköy, Yelkenciler'den oluşan yedi köyden biri. 2011 nüfus sayımına göre 298 nüfuslu olan Kuru Köyü İskeçe İli'nin Bulustra Belediyesi'ne bağlı olup İskeçe şehir merkezinin 11 kilometre doğusunda yer alır.

Adını, etrafında bulunan ormanlık alandan alan bu köyün, edindiğimiz bilgilere göre kuruluşu 1400'lü yıllara kadar uzanır. Osmanlı döneminde köye ilk yerleşenler Topuz ve Durgut aileleri olur, onlarla birlikte köye yerleşmeler devam eder ve zamanla köy nüfusu 800 haneye kadar yükselir. Köy halkının ihtiyaçlarını karşılamak üzere köye inşa edilen iki cami ve yapılan iki mezarlıktan sadece biri günümüze kadar ulaşır. Yenice'nin belediye olduğu dönemde köye, hayvanlara otlak sağlanması adına 500 dönüm mira temin edilir.

Soğan yaka köyleri ortak gelenek göreneklere, örf ve adetlere sahip olsa bile herbirinin dilden dile anlatılan bir hikâyesi, nesilden nesile aktarılan ayrı bir efsanesi, bir kahramanı vardır.

Büyük veya küçük olması fark etmeksizin, Batı Trakya'nın geleneklerine bağlı her köyü gibi burada da baharın uyanması olarak kutlanan hıdrellezde genç kızlar beyaz işlemeli elbiselerini giyer, öküz arabalarını alay arabasına çevirip zamanın elverdiği şartlara göre eğlenirlermiş. Geleneksel hıdrellez yiyeceği göllenin ana malzemesi olan mısırın, köy halkından toplanmasını bahane eden gençler, belki de şimdilerde birçoğumuzun adını hiç duymadığı beş beş oyunu oynamış. Hıdrellez'in birkaç gün öncesinden, hava kararınca köyün gençleri aile büyüklerinin kara şalvarlarını, sayalarını, aba setre takımlarını giyip çemberlerini takıp yaşlı kılığına girer ev ev dolaşırlarmış. Yaşlı kılığına giren gençler bir yandan "Çok uzak diyarlardan sizi ziyarete geldik, bizi bolluk ve bereketle uğurlayın" manisini söylerken diğer yandan da yanlarında getirdikleri, üzerine çarşaflar kilimler örtülerek çanlarla zillerle süslenip deve görüntüsü oluşturan iki delikanlı avluya yan gelir, uzanmış. Hane büyüğünden mısırı alınca da deve tekrar ayağa kalkar, memnun kaldığını göstermek için zillerinin sesinde dans edermiş.



Rivayet odur ki, zamanında coşkuyla nevrusun, hıdrellezin, bayramların kutlandığı, dualarla mahyaların yapıldığı bu köye yine mahya yapılan bir günde Hızır Aleyhisselam uğrar. Dilenci kılığına bürünmüş Hızır Aleyhisselam kaynayan kazanları eliyle karıştırmak isteyince köylülerce hor görülerek köyden kovulur. Köy halkının bu tavrına alınan Hızır Aleyhisselam “Bu köy 40 haneye düşsün, oradan ne yukarıya çıksın ne aşağıya insin” diyerek Kuru’dan ayrılırken beddua eder.

Bir süre sonra köye veba hastalığı gelir ve her gün her haneden üç beş cenaze çıkar, böylece köy nüfusu 40 haneye kadar düşer. Bu felakete Hızır Aleyhisselam’ın neden olduğunu düşünen ve veba hastalığından fazlasıyla nasibini alan köy halkı söylediklerinden pişman olur, kendilerini affettirip köy nüfusunu arttırmak adına tekrar mevlitler yapar, mahya merasimleri düzenler. Buna rağmen köy nüfusunda çok yakın zamana kadar bir artış gözlenmez ve eski ihtişamını zamanla yitirir.



Poyraz Baba Yatağı

Şimdilerde, aydınlanmanın getirdiği nedenlerden olsa gerek, eski önemini yitirse de köyün kuzeyindeki bir arazinin içinde bulunan Poyraz Baba’nın Yatağına hala kimse el sürmeye yeltenemez. Vakti zamanında köy halkı bir gece vakti arazinin ortasında bir ateşin yandığına şahit olur. Merak uyandıran bu ateş araştırılır, üzerine düşünülür. Derken sonunda ateşin görüldüğü yerde bir hazinenin bulunduğu düşüncesi ortaya çıkar. Bu söylenti köyün hemen bitişiğindeki Yunan Mahallesi’ndeki Yunanlıların kulağına kadar gider. Tam ateşin görüldüğü yer hazineyi ortaya çıkarma amacıyla kazılır ancak hazine bulunamadığı gibi kazmaya cesaret eden kişi gecelerce rüyasında rahatsız edildikten sonra orada bir yatırın olduğu düşüncesi hakim olur ve kazılan yer örtülerek bir tümsek oluşturulur. Akabinde köy halkının bir maruzatı veya hastalığı olduğunda pazartesi veya perşembe gecesi Poyraz Baba’ya adaklar adayarak kurbanlar keserek veya mumlar yakarak bunu dile getirme fırsatı bulur. Burada aslında kayda değer olan asıl konu Poyraz Baba’ya “Yetkili” kişilerin dışında kimsenin yaklaşmamasıdır. Adak adayan kişi mumu veya kurbanını bir kibritle birlikte yetkili kişiye ulaştırır, yetkili kişi duayı edip kurbanı kestikten sonra geri adımlarla oradan uzaklaşır.



Geçirdiğimiz şu zor günlerde sokaklarında dahi rahatça dolaşma lüksünden mahrum kaldığımız köylerimizin kim bilir gün yüzüne çıkmamış, zamanla unutulmuş daha nice efsaneleri vardır.



Köy nüfusunu arttırmak adına 1982 yılında yapılan mahya

GELENEK VE GÖRENEKLERİMİZ / GEÇMİŞTEKİ DÜĞÜNLERİMİZ

Yıldız CAFER

Büyüklerin öncülüğünde karar verilen aday (gelin), görücü usulü ile istenirmiş. İstemeye giden kişiler, damadın amcası/dayısı olurmuş. İsteme töreni olduğu anda ise, nişanlanmış (sözlenmiş) olurmuş kız ile oğlan. Ardından dini nikâh kıyılır, kız ile oğlan ilk kez nikâh gecesi birbirlerini görmüş olurmuş. Nikâha yakın akrabalar davet edilerek yemek ikram edilirmiş. Yemekte etli pilav (koyun veya keçi eti kullanılarak), fasulye yemeği, tatlı olarak ise keşkek ikram edilir; ardından da kına merasimi ve düğün günü için tarihlere karar verilirmiş.

Kına merasimi, kızın (gelin) evinde yapılmış. Damat, kına gecesi kınaya katılmayıp evde kalırmış. Damadın annesi, babası, kardeşleri ve yakın akrabalar ile kınaya gidilirmiş



Kızın (gelinin) kıyafeti, kırmızı veya bordo renkte kadifeden dikilmiş buluz

(gömlek) ve şalvar imiş. Başında ise hacı bezi (sarı veya turuncu renkte başörtüsü).

Gelinin kınasını gelinin yengesi yakar (gelinin iki avucunun ortasına ve parmaklarının ön ve arka kısmına sürerek yakar), gelin avucunu açması için damadın annesi avucuna altın koyarmış. Gelen misafirlere kına ikram edilirmiş. Gelen misafirler ve gelinin arkadaşları teyip (müzik çalar) eşliğinde oyun oynanırmiş...

Alay günü ise, damat, çoban gönderilirmiş. Damadın babası, kardeşleri ve yakın akrabaları, süslenmiş olan öküz arabası (öküzün boynun da mavi boncuk dizisi, boynuzların da ise renkli ipler ile örülü belik, çiçekler olurmuş) davul ve zurna eşliğinde gelini (gelin uzak köyde ise at veya beygir ile gelin alınırmiş) almaya gidilirmiş. Damat tarafı gelinin evine geldiğinde, gelinin kapısı önünde türküler söyler, kapının açılmasını beklenirmiş. Gelinin kilitli olduğu odanın içinde gelinin yakın arkadaşları olurmuş. Türküler eşliğinde kapı açılarak odaya erkek tarafı girdikten sonra, gelin ailesi, akrabaları ve arkadaşları ile vedalaşır, gelini odadan babası, abisi veya yakın akrabalarından iki kişi çıkarır, süslenmiş olan öküz arabasına bindirilirmiş. Davul ve zurna eşliğinde, gençler oyun oynayarak gelini damadın evine götürülürmüş. (Damadın evine yaklaşınca gelinin yakın arkadaşlarından bir kişi müjde yastığını damadın annesine götürür, damadın annesin, yastığı getiren kişiye hediye verirmiş).

Gelin, damadın ailesi ile birlikte aynı evde, gelin ve damada ait bir odaya; bu odanın bir köşesinden bir köşesine ip gerilerek, gelinin çeyizleri asılırmiş. Çeyizlerin serili olduğu odaya gelini, damadın annesi götürürmüş...

Düğün günü damat, çoban gönderilirmiş. Damadın annesi, babası,

kardeşleri ve yakın akrabaları, gelen misafirleri ağırlar, yemek ikram edilmiştir. (gelinin annesi ve babası düğüne katılmıyormuş). Yemekte etli pilav (koyun veya keçi eti kullanılmış), fasulye ve tatlı olarak keşkek olurmuş. Gelinin kıyafeti kadifeden dikilmiş gömlek (buluz) ve şalvar. Başında ise duvak (tül), duvağın üzerinde gelin teli olurmuş. Gelin kıyafetlerini giyer odasında gelecek olan misafirleri beklermiş. Evin bahçesinde gelen misafirler gelinin ve damadın arkadaşları, davul ve zurna eşliğinde oyun oynamış. Yemekler yenildikten sonra, gelin su almak için hazırlanmış. Gelin hacı bezi ve ferace (aba) giyermiş.



Gelin su almaya gider iken, gelinin elinde sürahi, sürahinin içinde bir kısım pirinç ve para olurmuş (pirinç, bereketi, para ise bolluğu temsil eder).



Sürahinin üzeri dantel örtü ile kapatılmış. Gelinin sağ ve sol yanında yengeleri olur, çeşmeye gidip eve geri dönülene kadar geline eşlik edilmiştir. Çeşmeye (pınara) varıldığında, gelin sürahideki pirinci ve parayı çeşmenin (pınarın) içine döker çeşme (pınar) suyundan alır evine götürürmüş. Gelin ile birlikte su almaya katılan gençler, gelinin su aldığı çeşmeden su alarak birbirlerini ıslatırlarmış. Düğün töreni bu şekilde tamamlanmıştır.

Günümüzde alay, kına ve düğün; Kına gecesi, kına kız evinde olur. Teyip (müzik çalar) ya da orkestra eşliğinde kınaya devam edilir. Gelin kına gecesi, günümüzde giyilen abiye veya bindallı giyer. Geçmişte gelinin avuçlarını açması için koyulan altın geleneği günümüzde de devam etmektedir.

Alay günü, gelin kız arkadaşları ile birlikte kilitli olan odanın içinde alayın gelmesini bekler. Damat ve arkadaşları damadın arabasını süslerler. Damat akrabaları ve arkadaşları ile beraber araba konvoyu yapılarak gelini almaya giderler.

Damat tarafı, kilitli kapının önünde geleneksel türküler ve popüler şarkılar söyleyerek kapının açılmasını sağlarlar.

Düğün günü, gelin tercih etmiş olduğu modern gelinlik giyiyor. Arkadaşları ise abiye giyiyor.



Düğün yemekleri, etli pilav küçükbaş hayvan eti kullanılır iken, günümüzde büyükbaş hayvan eti kullanılıyor, fasulye, tatlı olarak helva (eskiden keşkek) ikram ediliyor (düğün yemekleri büyük kazan da ağır odun ateşi ile yavaş yavaş pişirilir). Gelinin annesi, babası, kardeşleri, akrabaları ve arkadaşları düğüne katılıyor (eskiden anne-baba düğüne katılmıyormuş). Düğünlerde davul ve zurnanın yerine, artık orkestra yer aldı. Günümüzde modernleşmenin bir getirisi olarak, gelişim olmadı ama değişimler oldu.

SAĞLIK / ALERJİ NEDİR?

Uzm. Dr. Füsun KARA HÜSEYİN

Enise MOLLA AHMET

İç Hastalıkları uzmanı, Dr Füsun KARA HÜSEYİN ile “ALERJİ” konulu bir söyleşi gerçekleştirdik. Vermiş olduğu faydalı bilgilerden dolayı kendisine teşekkür ederiz.

Sayın Füsun Kara Hüseyin, bize kendinizden bahseder misiniz?

Ben Rodop ilinin Yalanca köyündeyim. İlkokulu köydeki ilkokulda bitirdikten sonra ortaokulu Celal Bayar Lisesi'nde, liseyi de Gümülçine 2. Genel lisesi'nde bitirdim. Marmara Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunuyum. Uzmanlık eğitimimi Dedeoğlu Üniversitesi Hastanesi'nde tamamladım. 5 yıldır İç Hastalıkları uzmanı olarak İskeçe'de bulunan kendi muayenehanemde çalışmaktayım. Evli ve bir çocuk annesiyim.

Alerji nedir?

Alerji son yıllarda sıkça duyduğumuz hastalıklardan biridir. Kısaca tanımlamak gerekirse, vücudun bağışıklık sistemi yolu ile yabancı maddelere (alerjen) karşı verdiği abartılı ve beklenmedik yanıtlardır. Normal şartlarda bağışıklık sisteminin görevi vücuda giren zararlı maddeleri tespit edip zararsız hale getirmektir. Bunu, zararlı maddeye karşı spesifik bir madde, antikor üreterek başarır. Alerjisi olan bireyde ise bağışıklık sistemi, zararlı olmayan bir alerjeni bile zararlı olarak tanımlayan antikor üretilip doku hasarına neden olur.



Uzm. Dr. Füsun KARA HÜSEYİN

Alerji türleri nelerdir?

Alerji türlerini beş ana başlık altında toplayabiliriz. Bunlar, solunum sistemini etkileyen alerjiler, deri alerjileri, besin alerjileri, göz alerjileri ve anafilaksidir.

Solunum sistemi alerjilerinin başında alerjik rinit ve astım gelir. Burun tıkanıklığı, hapşırma, geniz akıntısı, boğazda gıcık, öksürük, nefes darlığı, göğüste sıkışma şeklinde ortaya çıkabilir. Bu belirtilere yol açan alerjiler, polenler, ev tozu akarları, evcil hayvan tüyleri ve küf mantarlarıdır.

Deride görülen alerjiler, ürtiker, anjiyodermi ve temas dermatiti başlıcalarıdır. Ürtiker (kurdeşen) ciltte etrafı kızarıklık ve kabarıklık, ortası soluk kaşıntılı bir cilt reaksiyonudur.

Ürtikeri tetikleyen alerjenler genelde ilaçlar, böcek ısırıkları, bazı

besinler, bazen soğuk ve streştir. Anjioden, derinin daha derin katmanlarını etkileyen doku şişliği ile karakterize edilir. Alerjen ile karşılaştıktan sonra yüzde, gözde ve dudaklarda şişme gözlenir. Temas dermatiti cilt ile temas eden maddelerin oluşturduğu kaşıntılı reaksiyondur. Temas edilen maddeler iki tür dermatit oluşturabilir.

İrritan kontakt dermatit ve alerjik kontakt dermatit. Birincisi deride yapısal bütünlüğü değiştiren maddelerin (sabun, alkol, deterjan) yol açtığı dermatit türüdür, herkeste görülebilir.

İkincisi ise önceden duyarlaştırılmış cildin alerjen ile temasından sonra ortaya çıkar. Boyun, bilek iç yüzünü ve ellerin dış yüzünü tutar. El bilek takıları sonrası oluşan kaşıntı ve kızarıklık durumu alerjik kontakt dermatitine örnektir.

Besin alerjisinin son yıllarda görülme sıklığı giderek artmaktadır. Çocuklarda, yetişkinlere oranla daha sık görülmektedir. Alerjiye neden olan besinlerden başlıcaları süt, yumurta, yer fıstığı, kabuklu deniz ürünleridir. Ciltte döküntü, bulantı, kusma, karın ağrısı, kanlı mukuslu dışkılama, bazen hapşurma, nefes darlığı şeklinde semptomlar verebilir.

Göz alerjisi ise gözde kızarıklık, kaşıntı, batma, yanma, sulanma şeklinde ortaya çıkar. Genelde etken havada bulunan tozlar, polenler ve hayvan tüyleridir.



Alerji kimlerde görülür?

Alerji her yaş grubu ve cinsiyette ortaya çıkabilir. Alerjik hastalıklar genetik eğilim göstermektedir. Genetik yatkınlık ve çevresel faktörlerin bir araya gelmesi alerjik reaksiyonları tetikler. Örneğin ebeveynlerden biri alerjikse çocukta alerji geliştirme riski %30`dur. Her iki ebeveyn de alerjik ise bu oran %60`ın üzerine çıkar. Sonuç olarak genetik yatkınlık ve alerjenlere yoğun maruz kalma alerji riskini artırır.

Alerjilerin sebepleri nelerdir?

Alerjinin yaygın tetikleyicileri, polenler, ev tozu, havadaki küf, evcil hayvanların tüyleri, hava kirliliği, bazı besinler, yer fıstığı, yumurta, buğday kabuklu deniz ürünleri, böcek ve arı sokmaları sayılabilir.

Ülkemizde yaygınlık oranı nedir?

Son 10 yılda alerjik hastalıkların görülme sıklığı ikiye katlanmış durumda. Dünya popülasyonunun %30`u etkilenmekte. Ülkemizde ,büyük şehirlerde (Atina) alerjik hastalıkların görülme sıklığı %30 , daha küçük şehirlerde %22 ,köylerde ise %15 civarındadır.

Teşhis ve tedavisi nasıl yapılır?

Tanı koyma tıbbi analizlerle başlar. Hastanın şikayetlerinin türü, yaygınlığı ve hangi organ sistemini etkilediği, aile hikayesi olup olmadığı sorgulanır. Sonraki aşamada kan testi, deri testleri ve provakasyon testleri kullanılarak sonuca gidilmeye çalışılır.

Tedavide ilk adım alerjiye maruz kalmaktan uzak durmaktır. Diğer tedavi şekilleri hastanın semptomlarına bağlıdır. Eğer hasta senede sadece 2-3 defa alerjen maddeye tepki veriyorsa semptomatik tedavi uygulaması daha uygun olur. Belirtiler hastanın yaşam şeklini ciddi anlamda etkiliyorsa veya

semptomatik tedaviye yanıt etkili değilse spesifik immuno terapi (aşı) tedavisi uygulanabilir.Bu tedavi yöntemi ile alerjen maddeler belirli aralıklar ve artan dozlarda cilt altına enjekte edilerek kişinin bu alerjilere alıştırılması sağlanır.



Deri prick testi



Yama test

Alerji test çeşitleri nelerdir ve nasıl yapılır?

Alerji test çeşitlerini deri, kan ve provakasyon olarak 3 grupta toplayabiliriz. Prick deri testi en çok kullanıldır. Alerjenler damla halinde ön kol iç yüzüne sıralanır ve iğne ucu ile deriye bastırılarak deri altına teması sağlanır.15-20 dakika sonra deride ortaya çıkan kızarıklık ve kabarıklığa göre test rapor edilir.

Bu testle daha çok ev tozu alerjenleri, polenler, küfler, kauçuk alerjisi değerlendirilmektedir.

İntradermal testle alerjenler cilt içerisine verilir. Bu test daha çok ilaç alerjilerinde, arı alerjisi tetkiklerinde kullanılır. Anafilaksi gelişme riski nedeniyle dikkatli olunmalıdır. Yama testlerinde ise test edilecek alerjenler küçük bantlara emdirilerek sırt bölgesine yapıştırılır.48-72 saat sonra

değerlendirilir. Alerjik kontakt dermatit tanısında altın standarttır. Provakasyon testleri, herhangi bir alerjik hastalığın, etken olacak maddenin kişiye değişik yollarla direkt olarak verilerek değerlendirilmesidir. Tanı değeri yüksek fakat tehlikeli bir yöntemdir. Hastane koşullarında uygulanmalıdır.

Alerjinin önlenmesi mümkün müdür?

Hayat tarzı değişiklikleri ile alerjiyi önlemek mümkün olabilir. Daha önce de bahsettiğimiz gibi genetik yatkınlığı olan kişilerde alerjene maruz kalma, alerjik reaksiyonları tetikler. Dolayısıyla maruz kalma durumunu ortadan kaldırırsak bir nevi alerjiyi de önlemiş oluruz. Mesela polenlerin yoğun olduğu zamanlarda dışarıya çıkmayarak, alerjik olmayan yastık ve nevresim kullanarak, evimizde toz tutan eşyaları kullanmayarak alerjik reaksiyonları önleyebiliriz.

Alerji farklı hastalıkları da tetiklermi? Bu hastalıklar nelerdir?

Alerji bazen vücudu başka hastalıklara karşı hassas duruma getirebilir. Mesela alerjik rinit veya astım olan hastaların sinüzit, otit ve akciğer enfeksiyonlarına yakalanma riski daha yüksektir.

Anafilaksi nedir?

Anafilaksi hayatı tehdit eden sistematik bir reaksiyondur. En çok besinler, ilaçlar ve arı sokmalarına bağlı olarak gelişir. Çok hızlı gelişir ve hemen müdahale gerektirir. Klinik bulguları deride kızarıklık, sıcaklık hissi, nefes almada güçlük, hışırtılı solunum, tansiyon düşmesi, çarpıntı ve şok şeklindedir.



Anafilaksi
(Şiddetli Alerjik Reaksiyon)

Atopi nedir? Hangi hastalıklar atopiktir?

Atopi, alerjik hastalıklara genetik yatkınlık anlamına gelmektedir.

Her alerjik hastalık atopik değildir. Başlıca atopik hastalıklar, atopik dermatit, astım ve alerjik rinittir.



Atopik dermatit (egzama)

GÜNCEL KONULAR/ RAMAZAN AYINDA BESLENME

Hatice KADRİ

Dünyanın birçok yerinde milyonlarca Müslüman, Ramazan ayında dini bir vecibeyi yerine getirmek için oruç tutmaktadır. Ramazan ayı boyunca bireylerin günlük yaşantıları ve beslenme alışkanlıklarında büyük değişiklikler görülmektedir. Normalde üç ana öğün ve birkaç ara öğünden oluşan beslenme düzenimiz, Ramazan'da iki ana öğüne düşmektedir.

Oruç sırasında baş ağrısı ve hazımsızlık gibi minör, böbrek ve sindirim sorunları gibi ciddi sağlık sorunları ile karşılaşmamanız için sağlıklı beslenme ile ilgili bazı tavsiyeler...

Sahur ve iftar yemeğinde, besin öğeleri içeriklerinde büyük farklılıklar bulunmaktadır. Bu nedenle her iki öğünde besin öğeleri içeriklerine büyük özen gösterilmelidir.

- Öncelikle öğünler; sahur ve iftarda iki ana öğün ile iftardan sonra 1-1,5saat arayla olacak şekilde iki ara öğün şeklinde düzenlenmelidir.
- Karbonhidrat içeren besinler sınırlanmalıdır.
- Basit şekeri içerikleri yüksek olan besinler iftar öğününün sonunda tüketilmelidir. Buradaki amaç proteinler ve yağlar la birlikte karışık bir diyetle birlikte tüketilen karbonhidratların ince bağırsaklardan emilimi ve yüksek glisemik yüklerinin yavaşlatılmasıdır. Karbonhidrat içeren besinlerin glisemik yüklerine (miktar ve kalitesi) dikkat edilmelidir.



- Bunlar sağlıklı besinleri ve uygun porsiyonları tercih ederek yapılmalıdır. Sahura mutlaka kalkılmalıdır. Ramazan ayında yapılan en büyük yanlışlardan biri, gece yatmadan önce yemek yemek veya sahura kalkıp sadece su içmektir. Bu, açlık süresini uzatmaktadır ve böylece metabolizmanın yavaşlamasına neden olmaktadır. Çok uzun süreyle açlıklarda kan şekeri ve tansiyon düşerken, boş midede asit salgısı artmaktadır. Ertesi gün ise aç kalma süresi uzadığı için metabolizma hızı düşer, halsizlik ve baş ağrısı görülür.
- İftar menüsünü hazırlarken her grup besinden dengeli bir menü hazırlamaya özen gösterilmelidir. Öğünlerde süt-yoğurt, et-balık- tavuk, ekmek-karbonhidratlı besinler grubu, sebze-meyve besin gruplarından uygun miktarlarda tüketmek gerekir.
- Çay ve kahvenin içinde bulunan maddeler demirin emilimini azaltmaktadır, bu yüzden yemekten en az bir saat sonra çay veya kahve tüketilmelidir.

BESLENME İLE İLGİLİ ÖNERİLER

Sahur yemeği:

- Öncelikle; Oruç tutanların sahur yapmaları sağlığın korunması açısından önemlidir. Bu yüzden sahur mönüsü yavaş sindirilen gün boyu besleyici özelliğini sürdüren besinlerden oluşmalıdır. Bu amaç için;
- Tam buğday ürünleri, kurubaklagiller ve sert kabuklu yemişler seçilmelidir.
- Posası yüksek zengin besinler; kepek, tahıllar, tam buğday, tohumlar, patates, sebzeler, meyvelerde bulunur ve yavaş sindirilmektedir. Bu besinler oruç süresince kabızlığı, midenin bulantı ve bozulmalarını önlemeye yardımcıdır.
- Çok hızlı sindirilen besinlerden uzak durmaya özen gösterin. Örneğin, şeker, beyaz un ve diğer saflaştırılmış şekerleri içeren besinler gibi.
- Sahur yemeğinde tatlıların tüketilmesinden sakınılmalıdır.
- Kızartılmış besinlerden uzak durun. Bu tür besinler gün boyunca midenin bozulmasına ve bulanmasına neden olabilir.
- Yüksek tuz/sodium içeren besinlerden sakınılmalıdır.



- Bu tür besinler oruç süresince susamayı arttırmaktadır.
- Sahur süresince meyve sularından uzak durulması ya da 1 bardak taze meyvesuyu veya 2-3 bardak su tüketilmelidir.

İftar yemeği:

- İftarda yemeğe 2-3 adet hurma ve 1-2 bardak yağsız süt veya su ile başlanmalıdır. Hurmalar karbonhidratlar, posa, potasyum ve magnezyum için mükemmel bir kaynaktır. Süt ise protein ve kalsiyum kaynağıdır.
- Yoğun besinler yenmeye başlamadan önce 1 kase çorba yanındada 1 dilim tam buğday ekmeği tüketilebilir. İftar yemeğinin kalanında ise tam tahıllar, haşlanarak ve fırında pişirilmiş sebzeler ve taze meyveler seçilmelidir.
- Bol baharatlı besinlerin tüketilmesinden kesinlikle sakınılmalıdır. Baharatlı besinler mide salgılarını tetikler ve oruç sırasında rahatsızlık hissedilmesine neden olabilir. Eğer baharatlı besinler tüketilecekse sınırlı miktarda

kullanılmalıdır.

- Sindirimi kolaylaştırmak için yemek yerken acele edilmemeli, yemekler yavaş yenmeli, uygun biçimde çiğnemelidir.
- Besin değeri düşük ve mide salgısını arttıran asitli içeceklerin (Kola, soda, gazoz, madensuyu, meyvesuyu) tüketiminden sakınılmalıdır.



- **Ramazan ayı için örnek menü:**

Sahur:

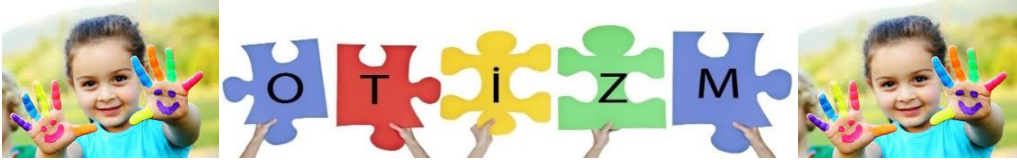
- Haşlanmış yumurta
- Peynir
- Domates-salatalık biber/maydanoz.vb
- Zeytin
- Ceviz
- Tam buğday/kepek/çavdar/kö yekmeği
- Çorba
- Süt veya yoğurt

İftar:

- Hurma
- Zeytin
- Çorba
- Tambuğday/kepek/çavdar/köy ekmeği
- Etlı sebze yemeği veya ızgara et
- Salata
- Yoğurt/ayran/cacık
- Buğur pilavı veya kepekli makarna

GÜNCEL KONULAR / 2 NİSAN DÜNYA OTİZM FARKINDALIK GÜNÜ

Seher AHMET



OTİZMİN FARKINDA MIYIZ?

Tüm dünyada otizm konusunda farkındalık yaratmak ve otizm ile ilgili sorunlara çözüm bulmak amacıyla, Birleşmiş Milletler tarafından “2 Nisan Dünya Otizm Farkındalık Günü” (2nd April World Autism Awareness Day) olarak ilan edilmiştir. Nisan’da başlayan “Otizm Farkındalık Ayı” çerçevesinde, otizmlili bireylerin toplumsal yaşama katılımları konusunda duyarlılığın artırılması için çeşitli etkinlikler düzenlenmektedir.

Toplumun dikkatini otizme çekmek için başlatılan ve tüm dünyada ilgi gören Otizme “Mavi Işık Yak” (Light It Up Blue) bugüne özel düzenlenen etkinlikler içerisinde yer alır. Farklı ülkeler kendileri için simge haline gelen yerleri mavi ışık ile ışıklandırarak herkesin izlemesine olanak sağlarken, sadece izlemekle yetinmeyip, etkinliklere katılımları ile destek veren etrafı maviye boyayan ve mavi balonları gökyüzüne salan bizler, diğer aylar içerisinde de gerçekten otizmin farkında mıydık?



İstanbul Kız Kulesi



Bosna Hersek Mostar Köprüsü



Giza Keops Piramidi

OTİZM Eksiklik Değil, Farklılık

Maalesef çoğu insan, otizm konusunda hala yanlış veya eksik bilgilere sahip, çoğu insan hala otizmin bir hastalık olduğu düşüncesinde... Halbuki otizm, doğuştan gelen ya da yaşamın ilk yıllarında ortaya çıkan karmaşık bir nöro-gelişimsel farklılıktır. Ayrıca otizmin, beynin yapısını ya da işleyişini etkileyen ve bazı sinir sistemi sorunlarından, kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çocuk dendiğinde aklımıza neşe, canlılık, bitmek ve tükenmek bilmeyen bir enerji gelir. Genellikle çevremizde bu çocuklarla karşılaşır, onların oyun ve hayal dünyalarını coşkuyla seyrederek. Ancak olup bitenlere karşı ilgisiz, dış dünya ile bağını koparmış, kendi dünyasında yaşayan çocuklar da vardır.

En belirgin özellikleri, çevrelerindeki insanlarla ilişki kurmakta yaşadıkları güçlükleri olan bu çocuklarda otizmden şüphelenmek gerekir. Bireysel farklılıklar yaş, cinsiyet, fiziksel görünüm, kişilik özellikleri pek çok özellikler açısından diğerlerinden farklılaşma durumudur. Otizm eksiklik değil; bir farklılıktır. Bütün bu tanımlamaların ötesinde otizm umuda yolculuktur;

Bu yolculuk bünyesinde birbirinden zorlu mücadelelerin yanında karşılıksız sevgiyi barındırır aynı zamanda iyi bir öğretmendir otizm sonsuz sabrı öğretir insana pes etmemeyi, pes edememeyi öğretir.



OTİZM Belirtileri

Bireylerin yaşam sürecinde doğmak, büyümek gibi doğal süreçte evlenerek aile birliği kurmaları da yaşamlarının dönüm noktalarından biri olup, onları mutlu eden olaylardan biridir. İki eşin bir araya gelmesi ile kurulan aile birliğinde, aileye bir bebeğin gelmesi ile aileler giderek büyür. Bebeklerinin olacağı haberini alan anne ve babalar sağlıklı bir çocukları olacağı fikri üzerine hayaller kurmakta ve tüm istekleri de çocuklarının sağlıklı olması ile ilgilidir.

Otizmli doğan bir bebek sağlıklı bir bebekten ilk etapta farksızdır. Tabii ki bu ilk dönemler için geçerlidir.

Anne ve baba doğumdan sonra bebeğin gelişimini iyi takip edebiliyor ve otizmin belirtilerini tanıyor ise erken dönemde fark edilmeye başlar. Fakat, bebek büyümeye başladıkça otizm belirtileri ivedilikle meydana çıkar. Bebeğin gelişimi aksayarak ilerler ya da gelişim normal düzeyde ilerlerken birden gerilemeye başlayabilir.



Göz teması kuramıyorsa



İsmi söylendiğinde dönüp bakmıyorsa



Parmağıyla istediği şeyi göstermiyorsa



Yaştlarının oyunlarına ilgi duymuyorsa



Sallanmak, parmak uçlarında yürümek gibi hareketlere sahipse



Dönen nesnelere karşı aşırı ilgi duvuyorsa



Takıntılı davranışlar gösteriyorsa



Konuşmasında gerilik yaşıyorsa

Farkındalık, Farkındalık, Farkındalık...

İşte bu noktada da farkındalığın önemini vurgulamak gerekiyor. Neden farkında olmamız gerektiğini bilmemiz ve bu farkındalığı ömrümüz boyunca sürdürmemiz gerekiyor. Yani derdimiz “**Otizm nedir?**” olmamalı.

Asıl soru şu: “**Otizmin neden farkında olmalıyız?**” Farkındalık kelime anlamı olarak, belirli bir durum veya olgu karşısında bilgili veya bilinçli olmak, bununla birlikte bu konuya ilgi göstermek anlamına geliyor.

Başka bir deyişle bir sorun hakkında sadece bilgi sahibi olmayı değil aynı zamanda aktif bir tutum sergilemeyi de içermektedir.



- ✚ Çünkü farkındalık başınıza gelmeyen bir şey hakkında duyarlılık sahibi olmanızı sağlar.
- ✚ Çünkü farkındalık görmezden gelmenize engel olur.
- ✚ Çünkü farkındalık bir parkta, bir restoranda bir piknik yerinde farklı bir çocuk gördüğünüzde onu kabullenmenize yardımcı olur.
- ✚ Çünkü farkındalık otizmli ya da diğer özel gereksinimi olan çocukları toplumdan ayırıştırmanıza engel olur.

- ✚ Çünkü farkında olan öğretmen farklı diye bir çocuğu sınıfta derse katmanın yolunu arar.
- ✚ Çünkü farkında olan bir öğretmen kaynaştırma eğitimini önemser, velileri ikna eder.
- ✚ Çünkü farkında olduğunuzda algınız açılır.
- ✚ Farkındalığınızı artarsa gelecekte sahip olacağınız çocuğunuzun sınıfına farklı gereksinimleri olan bir çocuk geldiğinde bu durumu çocuğunuzun duyarlı bir birey olarak yetişmesi için büyük bir fırsat olarak görmeye başlarsınız.

FARKLI

OLMAK ONLARIN ELİNDE DEĞİL

FARK ETMEK BİZİM ELİMİZDE!



Ve hatta farkındalık;

Kimseyi parmakla göstermemeyi,

Otizmli bir bireyi “**otistik**” diye yaftalamamayı,

Onun sahip olduğu tek özelliğin “**otizm**” olmadığını öğrenmenizi sağlar.

Ve işte bu sayede ona otistik diyemez onun otizmli bir birey olduğu gerçeğini kabul edersiniz.

Özetle; Batı Trakya toplumu olarak huzur içinde, mutlu bir yaşam sürebilmenin yegâne yolu sevmek; koşulsuz, kayıtsız ve şartsız sevmek. Herkesi, her şeyi tüm farklılıklarına rağmen değil, tüm farklılıklarıyla sevmek. Bunu başarabilmenin yolu ise görmek ve fark etmek. Ben, bir öğretmen olarak geleceğe her geçen gün umutla bakıyorum çünkü toplumun her bir bireyi bu farkındalığın bir parçası oldukça, ayırım yapılmaksızın dünyadaki tüm çocukları farkındalıkla kucakladıkça ve otizmin mucizelerini konuştuğça hiç kuşkusuz ki umut hep var demektir.

*Onlar bu baharın en güzel renkleri, en güzel **mavisi**.*

*Hoşça kal...
Farkında Kal!*

