

NPİSTANBUL BEYİN HASTANESİ
Saray Mah. Ahmet Tevfik İleri Cad. No:18 34768
Ümraniye / İstanbul
T: 0216 633 06 33 F: 0216 634 12 50
www.npistanbul.com bilgi@npistanbul.com

NP FENERYOLU POLİKLİNİĞİ
Ahmet Mithat Efendi Cad. No:17 (Bağdat Cad. Sahil Yolu
Kalamış Mevkii) 34726 Fenerbahçe-Kadıköy / İstanbul
T: 0216 418 15 00 F: 0216 418 15 30
www.feneryolu.npsuam.com np.feneryolu@uskudar.edu.tr

NP ETİLER POLİKLİNİĞİ
Nispetiye Cad. No:19 Etiler
34330 Levent-Beşiktaş/İstanbul
T: 0212 270 12 92 F: 0212 270 17 19
www.etiler.npsuam.com np.etiler@uskudar.edu.tr

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
Altunizade Mah. Haluk Türksoy Sok. No:14 34662
Üsküdar / İstanbul
T: 0216 400 22 22 F: 0216 474 12 56
www.uskudar.edu.tr bilgi@uskudar.edu.tr



SPOR

Bedenin farkına varılmasını sağlayan spor etkinlikleri, aynı zamanda enerji verdiği için günlük hayatta ihtiyaç duyulan enerjiyi korumaya da yardımcı olur. Bedensel enerjinin ve duygusal gerginliğin boşalmasını sağladığı için sporun tedavi edici bir değeri vardır. Spor yapanların kendilerini mutlu hissetmeleri yalnızca psikolojik etki değil; aynı zamanda biyolojik etkilerin de sonucudur. Spor yapmak, sıkıntılıların azalmasına, eğlenmeye ve neşelenmeye, kısaca hayatın zevk almamıza yardımcı olur.



SERAMİK

Seramiğin geçmişi insanlık tarihi kadar eskidir. Seramiğin malzemesi olan kilin rahatlatıcı özelliğini yaratıcılıkla birleştirilerek biçimleri keşfetmeye yönelik bir çalışma yapılmaktadır. Bu çalışmalar, yeni bir nesne meydana getirmenin olağanüstü duygusunun yanı sıra, kişileri gündelik yaşamın akışından uzaklaştırıp rahatlama da sağlamaktadır. Kil aracılığıyla hastaların sözlü olmayan farklı bir teknikle kendilerini ifade etmelerine imkan sağlanmaktadır.

“Hastaya zarar vermenin biçimlerinden birisi de hastayı tedavisiz bırakmaktır”

Prof. Dr. Nevzat Tarhan

NP Sağlık Grubu Bünyesinde Tedavi Seçenekleri

NPİSTANBUL, hastalığı anlamak ve müdahale etmek için size ve sevdiklerinize yardımcı olacak kaynaklar sunar. Temel yaklaşımımız; Önce kapsamlı inceleme ve nöropsikolojik tarama yaparak teşhisi netleştirmek.

Daha sonra ölçmeye dayanan metotlarla tedavi planı yapmak. Güçlü ve yeterli yöntemlerle beyin kanıtlarını izleyerek tedavi uygulamaktır.

1. Son teknolojik özellikler eklendiği ameliyathaneler, yoğun bakım hizmetleri sadece beyin cerrahisi değil bütün cerrahi hizmetlere uygun altyapıya sahiptir.

2. Görüntüleme sistemleri MR, Angio BT, intraoperatif uygulamalar, mobil röntgen USG dahil geniş bir yelpazeye sahiptir.

3. Nöromodülasyon Merkezi’nde beyin uyarım tedavileri en yeni yöntemlerle uygulanmaktadır.

4. Psikoterapiler: Amaç, eksiklikleri ve kayıpları ortadan kaldırma, duygusal destek sağlama, yaşam olaylarına yönelik uygulanabilir bilgi ve beceri kazandırma, uyumsuz davranışların yerine uyumlu davranışların konmasıdır. Nörobiyofeedback, EMDR, psikanalitik psikoterapi, bilişsel davranışçı terapi, hipnoterapi, NPGRUP bünyesinde sunulan bazı terapi yöntemleridir.

5. Yataklı Tedaviler: Kişinin kendisinin ve çevresinin güvenliğini riske attığı, hayatı tehlikenin olduğu, tedaviye direncin yaşandığı durumlarda yatarak tedavi etkili bir seçenektir.

6. Genel Tıbbi Süreç: Genel tıbbi hizmetlerle bağlantılı olarak altyapımızı “Beyin odaklı” bir hastane olarak sunmaktayız.

7. İmplant Uygulamaları: Hastanemizde Naltrexon İmplant ve Disulfiram İmplant uygulamaları yapılmaktadır. Kullanılan maddenin türüne göre uygulanan implantlar değişiklik göstermektedir.

8. Aile Bilgilendirme Eğitimleri: Bağlımlık sadece kullanılan kişiyi değil tüm aileyi etkileyen bir hastalıktır. Dolayısıyla tedavide kişi ile birlikte ailenin de değişimi hedeflenmektedir. Bu sebeple hem ailelerin bu hastalık hakkında öğrenmeleri hem de yakınlarının bırakmayı sürdürmelerini destekleyecek uygun davranış ve tutumları öğrenmeleri için eğitimler düzenlenmektedir.

9. Klinik Farmakogenetik Laboratuvarı (İlaç Kan Düzeyi ve DNA Analizi): İlaç kullanan hastalarda, ilaç kan düzeylerinin tedavi değerlerinin üstüne çıkmasına ya da ilaç etkileşimleri beyin işlevlerinde bozulmaya yol açabilir. Bunu saptamak için kullanılan ilaçların kan düzeyleri (TDM) ölçülür.

Genetik profile göre ilaç belirlenebilmesi ve kullanılan ilaçların kan düzeylerinin monitörizasyonu ile tedavinin başarı şansı artırılır. Kişiyi tedavi ile gereksiz veya yan etkisi yüksek olabilecek ilaçlar önceden saptanarak tedavi akılcı biçimde şekillendirilir. Gerekirse “DNA analizi” yapılır.

10. Elektrokonvülsif Tedavi: Hastalıkların alevli dönemlerinde hastanede yatarak anestezi EKT uygulaması yapılabilir. Beyne çok düşük elektrik akımı verilerek nöbet oluşturulur ve beyin bozulmuş olan elektrokimyasal süreçleri düzenler.

11. Transkraniyal Manyetik Uyarım Tedavisi (TMU): Psikiyatrik ve nörolojik hastalıklarda kullanılan yeni bir tedavi yöntemidir. Beynin hastalıklardan etkilendiği düşünülen bölgelerine kısa aralıklarla uygulanan manyetik alan aracılığıyla, beyin elektriksel aktivitesi düzenlenir. İlaçlara göre daha hızlı ve güçlü tedavi sağlar. Kliniklerimizde ilaç tedavisine dirençli depresyon vakalarında kullanılmaktadır. Elektrokonvülsif tedavinin uygulanmadığı bazı durumlarda (hasta ve ailenin tercihi, anestezi riski), manik ataklarda düşük frekanslarda uygulanmaktadır.

12. EMDR: Son yıllarda geliştirilen özgül psikoterapi tekniklerinden biri de kısaca EMDR olarak adlandırılan ve travmatik yaşantılara ilgili genellikle olumsuz duygu ve düşünceleri zihinde yeniden işlemden geçirmeye dayanan bir yöntemdir.

13. Hipnoterapi: Hipnoz esnasında kişinin bilinçaltı ile etkileşim gerçekleştirilerek, tedavi amacı doğrultusunda yaşamda olumlu, önemli ve kalıcı değişiklikler elde edilebilmektedir.

14. Nörofeedback: Nörofeedback eğitiminde kişinin o andaki EEG’inden gelen beyin dalgalarıyla ilgili bilgiler kişiye görsel ve/veya işitsel sinyallerde bildirilir ve kişiden bunun belli yönlerini kontrol altına alması istenir. Kişinin yaşadığı soruna veya ihtiyacına göre beyin hangi bölgesinde hangi frekanstaki dalgayı arttırmak/azaltmak gerekirse ona göre bir tedavi protokolü düzenlenerek öğrenme ortamı yaratılır. Kişi o andaki düşüncesi ile beyin dalgaları arasındaki bağı görür ve istediği yönde kontrol edebilmeyi öğrenir.

15. Biyofeedback: Vücut ısısı, cilt direnci, solunum sayısı, kas gerginliği ve kalp atım sayısını özel elektrotlar ile ölçerek kişinin bedensel duyumları ve düşünceleri arasındaki ilişkileri görselleştiren bir sistemdir.

16. Rehacom (Bilgisayarlı eğitim modülleri): Zihinsel becerilerin tekrar kazanılması ya da mevcut becerilerin artırılması için kişiye özel dikkat eğitim programı yapılabilir. Planlama, organizasyon, dikkat yönetimi gibi kognitif becerilerin rehabilitasyonu, bilgisayarlı eğitim modülleri kullanılarak yapılır.

17. Uyku Laboratuvarı: Uyku odası, fototerapi odası, uyku deprivasyon odası ve merkezi dijital tetkik sistemi ile uyku laboratuvarı oluşturulmuştur. Uyku laboratuvarları; nöroloji, KBB, göğüs ve psikiyatri uzmanlarının ortak disipliner yaklaşımı gereken bir faaliyettir. Tedavide psikiyatrik yaklaşım çoğu defa gerekir. Laboratuvar sorumluluğu bu bölüme yürütülmektedir.

18. İleri Toksikoloji Doğrulama Laboratuvarı ile bağlımlık hastalarının tedavisinde önemli avantajlar sağlanmaktadır.



Ergoterapi

ERGOTERAPİ NEDİR?

Ergoterapi, kişilerin günlük yaşama aktif olarak katılmalarını kolaylaştıran, yaşam kalitesini ve bağımsızlığı arttırmayı hedefleyen terapi yöntemidir.

ERGOTERAPİNİN FAYDALARI NELERDİR?

Sanat ve serbest zaman uğraşları, kişinin o anki duygu ve düşüncelerini ses, ritim, hareket, renk, form, desen vb. yollar aracılığıyla ifade etmelerini sağlar.

Negatif duyguları zararsız bir biçimde, utanmadan, korkmadan, alay edilme, reddedilme endişesi duymadan yansıtmayı kolaylaştırır.

Dinlenme sırasında hoş gidecek etkinlikler yapılması kişinin zamanını yararlı ve üretken bir şekilde geçirmesini sağlar.

Başkalarıyla ortak alan paylaşabilmeyi ve buna bağlı olarak sosyal izolasyonun azaltılıp çevreyle iletişim kurulmasını destekler.

Kişinin kendi tedavisine aktif olarak katkıda bulunmasını ve kendini değerli hissetmesini sağlar.

Ergoterapilere katılım, gevşeme ve rahatlama açısından önemli katkı sağlar.

Yeni şeyler öğrenebilme becerisi kazandırır ve bu beceriyi geliştirir.

Onaylanma, takdir edilme gibi duygular kişinin öz güveninin artmasına yardımcı olur.

Karar vermeyi ve sorumluluk almayı kolaylaştırır.

Ergoterapilere katılım, kişinin yetkinlikten bir süre uzaklaşmış içindeki çocuğu ortaya çıkarabilmesine imkân sağlar. Kişinin yapılan etkinliğe odaklanarak dikkat dağınıklığını gidermesini, yaptığı işe yoğunlaşabilmesini sağlar.

ERGOTERAPİ KİMLERE UYGULANABİLİR?

Ergoterapi her yaşta insana, bireysel ya da grup etkinliği olarak uygulanabilmektedir. Özellikle şu durumlarda uygulanır:



- Anksiyete
- Depresyon
- Zihinsel ve duygusal sorunlar
- Travma sonrası stres bozukluğu
- Madde kullanımı ve bağımlılığı
- Sakatlık veya hastalık ile ilgili sosyal ve duygusal zorluklar
- Aile içi şiddet ve istismar
- Ruh sağlığını koruma ve kişisel gelişim

Hastanemizde Uygulanan Ergoterapiler

- Müzik
- Resim
- Ebru
- Seramik-Kil
- El sanatları
- Beden ve Hareket
- Spor

Hastanemizde yatan hastalara; taburcu olduktan sonra sağlıklarını koruyabilmelerini ve sosyalleşmelerini sağlamak, öz güvenlerini arttırmak, çeşitli beceri ve yeteneklerini ortaya çıkarmalarına yardımcı olmak, bu becerilerini geliştirerek hayatın her alanında kullanabilmelerini sağlamak, boş zamanlarını verimli ve üretken bir şekilde değerlendirmelerinin yaşam kalitelerini arttıracacağı ile ilgili bilinçlendirmek amacıyla ergoterapi yapılmaktadır.



RESİM

Resim, kişilerin sözlü olarak ifade edemedikleri, belki kendilerinin bile farkında olmadığı bilinçaltı duygularının dışa aktarılmasını, paylaşılmasını sağlar. Kişiler böylece kendileriyle ilgili farkındalık kazanırlar.

Resim yaparak duyguların aktarılması hastalarımızın rahatlamalarını (katarsis) sağlamaktadır. Yapılan resimlerin estetik değeri değil; üretim süreci ve içerikleri önemlidir. Sözlü iletişimin olmadığı durumlarda doğaçlama olarak yapılan resimler öfke, üzüntü, çaresizlik, acı ve benzeri duyguların ifadesi için bir araç olmaktadır.

Bilimsellik, Sürekli Gelişim ve Hasta Odaklı Hizmet



BEDEN VE HAREKET TERAPİSİ

Beden ve Hareket Terapisi, kişinin zihinsel ve fiziksel olarak rahatlamasını, zinde kalmasını, kan dolaşımının artmasını sağlar. Kan dolaşımının artması beyne daha iyi oksijen gitmesini sağladığı için heyecanı ve stresi azaltır, kişinin kendine güvenini artırır, grup bütünlüğüne uyum sağlamayı ve kişiler arası saygıyı geliştirir. Beden ve Hareket Terapisinde nefes egzersizleri, gevşeme egzersizleri de yer almaktadır.

MÜZİK TERAPİ

Müzik terapi, kişilerin fiziksel, psikolojik, sosyal ve zihinsel ihtiyaçlarını karşılamada müziğin ve müzik aktivitelerinin kullanıldığı terapi yöntemidir. Müzik terapinin tarihi çok eski dönemlere uzanır. Farabi, İbn-i Sina gibi alimler müziği tedavi amaçlı kullanmışlardır. Müzik duygu ve düşünceleri ifade etme imkânı veren evrensel bir dildir. Müziğin bizde uyandırdığı duygular önemlidir. Müzik ve beyinle ilgili araştırmalar, ritim çalışmalarının, hormonların salgılanmasında yardımcı olduğunu, solunumu, kan dolaşımını düzenlediğini ve sonuç olarak rahatlık ve güzel duygular sağladığını, ağrıyı, stresi azalttığını göstermektedir. Müzik, merkezi sinir sistemi ve beyin kabuğunda yer alan düşünme, öğrenme, konuşma, beden kontrolü ile ilgili merkezleri uyarmaktadır ve bu alandaki gelişmeleri desteklemektedir. Müzik dinlemek, temporal topları aktive eder, barış ve huzur etkisi sağlar. Yaş fark etmeksizin enstrüman çalmak, temporal lop nöronlarını önemli ölçüde geliştirir.



EL SANATLARI

El sanatları çalışmasında farklı kağıtlar, ahşap malzeme, yağlı boya, akrilik, boncuk ve benzeri çeşitli malzemeler kullanılarak serbest çalışmalar, kolaj çalışmaları yapılmaktadır. Hastalarımızın yaptığı el becerilerini geliştiren bu çalışmaların sergilenmesi, beğenilmesi, takdir edilme ve onaylanmayı sağlayarak kendilerine güvenlerini arttırmaktadır.



EBRU

Ebru, en eski Türk kağıt süsleme sanatlarından biridir. Yaklaşık olarak 9. yüzyıldan bugüne kadar usta-çırak eğitimiyle gelmiştir.

Ebru yapımı için gerekli malzemeler; su, toprak boyalar, geven dikeninden elde edilen kitle, siğir ödü, at kılı ve gül dalından yapılan fırçalardır. Tüm bu malzemelerin doğal olması terapiye ayrı bir anlam katar. Ebru yaparken hastaların iç dünyalarının suya yansımaları, yaratıcılıklarını keşfetmeleri önemlidir. Kullanılan renkler ve yapılan desenler, terapi amaçlı değerlendirilmektedir. Ebru ile yapılan terapilerin yararlı olması için sürekliliği önemlidir.

"Hekim sadece yapılan tedavilerden değil yapılmayan tedavilerden de sorumludur."

Prof. Dr. Nevzat Tarhan