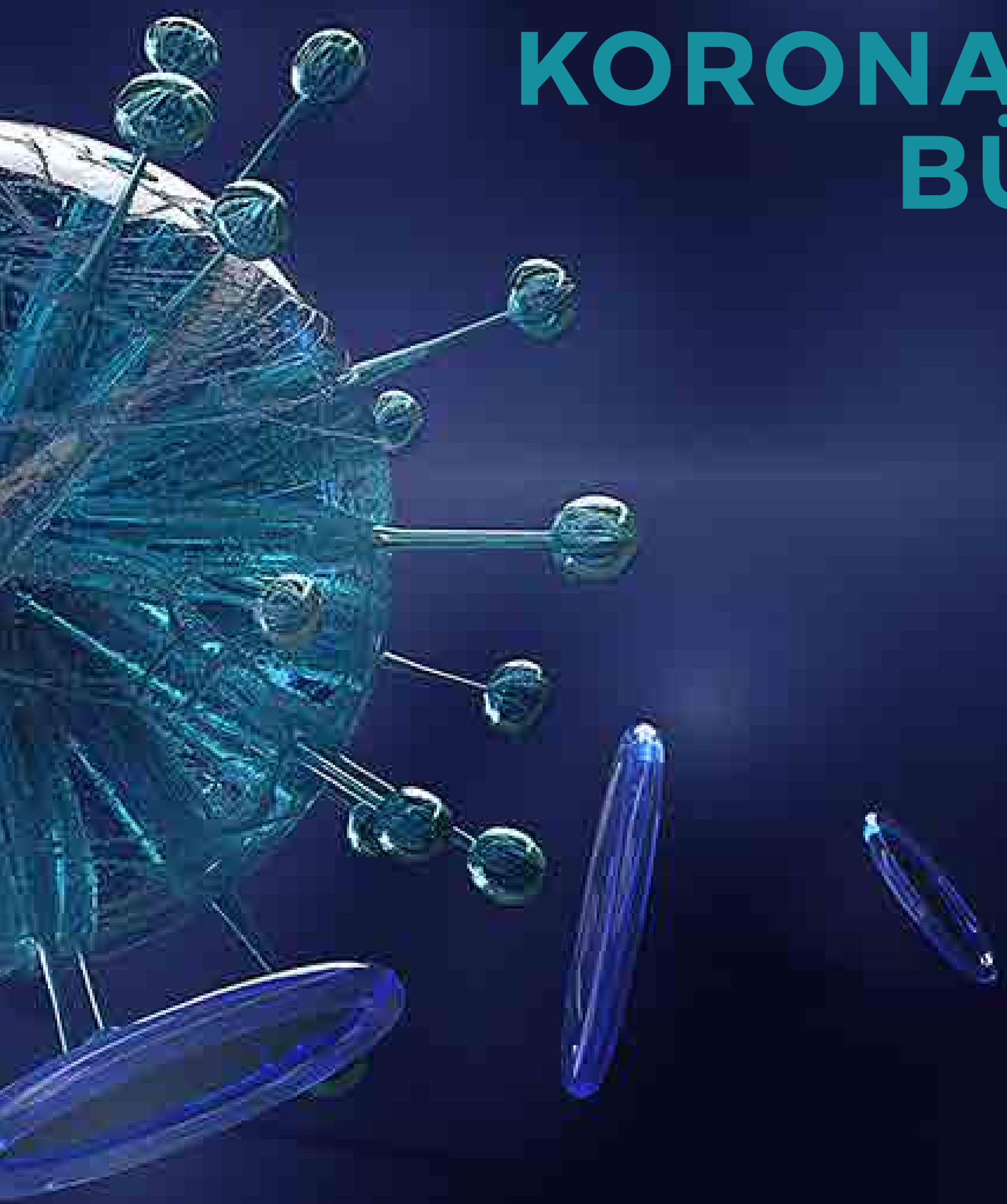


Yeni Tip (Covid 19)

KORONAVİRÜS BÜLTENİ

NİSAN 2020

DOĞAL SAĞLIK
DERNEĞİ

içindekiler

04 Koronavirüs Nedir?

06 Koronavirüsün Kısa Geçmişi

07 Dünyada Neler Oluyor?

08 Dünya Tarihinde Salgınlar

12 Koronavirüs Senaryoları: Bugünden Yarına Ne İle Karşı Karşıyayız?

16 Koronavirüsten Korunmak Ama Nasıl?

23 Aidin Salih Virüslerden Nasıl Bahsederdi?

25 Uzman Görüşleri Röportajlar

27 Salgın Hastalıklar Üzerine Film ve Kitaplar

31 Sonuç ve Değerlendirme

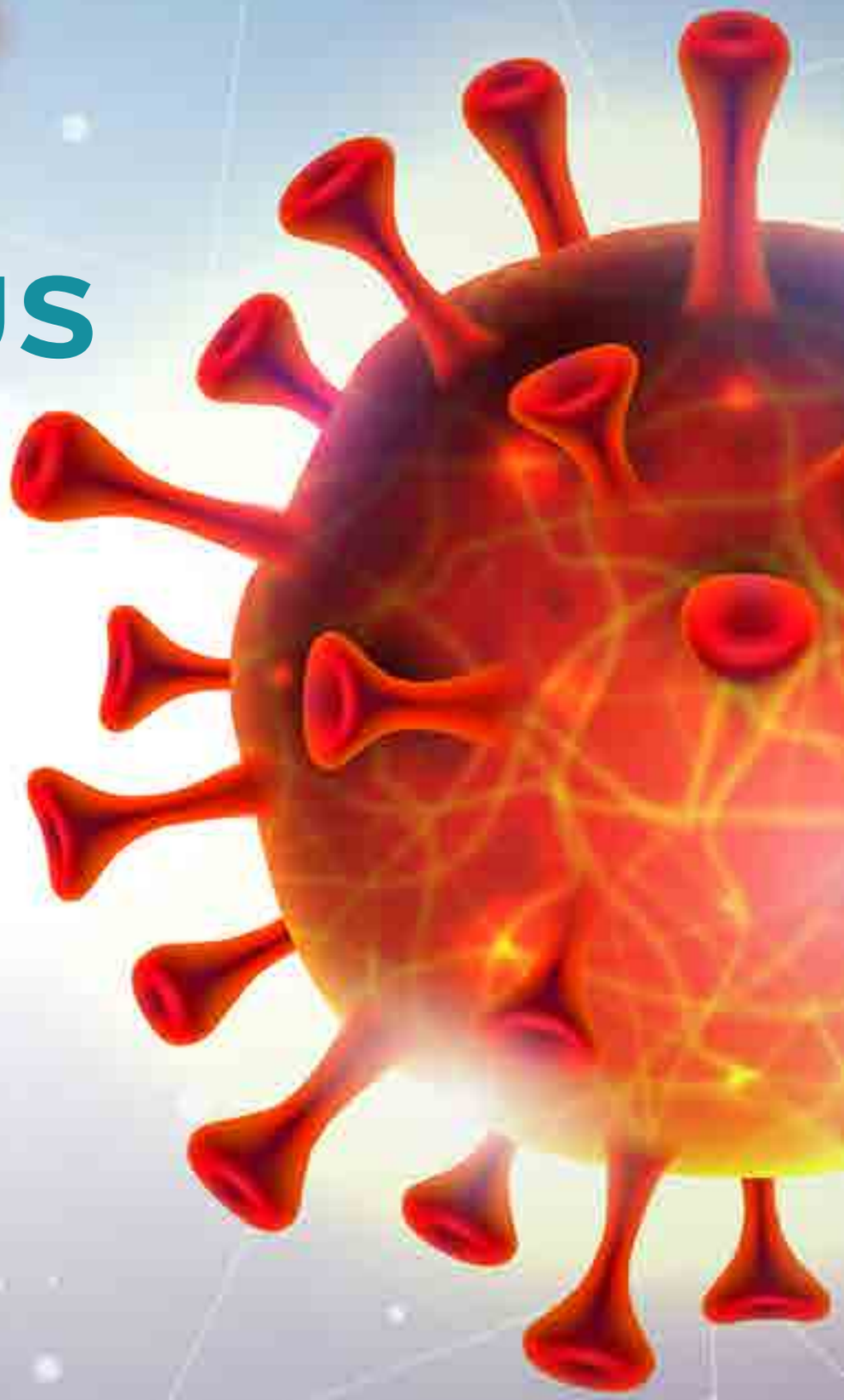
Enerji bilimciler 2012 yılında dünyanın eksen değiştireceğine ve yeni bir döneme geçileceğine inanıyorlardı. Hatta bu ezoterik düşünce üzerine kurgulanmış onlarca distopik film ve dizi ile kıyamet senaryoları gösterildi. Biz Müslümanlar kıyametin bir gün kopacağına iman ediyoruz. Ancak vaktinin yalnızca alemleri yaratan Allah (cc) tarafından malum olunduğunu da biliyoruz. Fakat 2012 yılında yaşananlardan mıdır bilinmez, dünyada ciddi dönüşümlerin gerçekleştiğinin de farkındayız. Son yıllarda dünya kaynakları hızla tükendi, iklim değişikliğine bağlı krizler sektörleri, yönetimleri etkilemenin ötesinde bireylerin hayatına kadar sirayet etti, zamanın bereketi gittikçe azalıyor. Nispeten zamana yayılan bu dönüşümler göze batmıyorduysa da 2020 yılının henüz ilk aylarında yaşanan çeşitli felaketler, hem dünyada hem de ülkemizde stratejistlerin, fikir insanlarının gelecek senaryoları üzerine daha ciddi kafa yormasına neden oldu.

Bilim ve teknolojideki çığ gibi gerçekleşen ilerlemeler ile yaşamı kontrol altına aldığını zanneden insanoğlunun, ayakları altındaki o sağlam zemin sarsıldı. Bir virüs son 4 aydır tüm dünyayı etkisi altına aldı. Devletlerin sürekliliğinin teminatı olan birçok hayati mekanizma sekteye uğradı. Virüsü kontrol altına almaya çalışırken oluşan ortam toplumsal kaoslara, sosyolojik ve psikolojik yaralara yol açtı. Bilhassa yüzyıllardır dünya üzerinde etkisini sürdüren benmerkezci Batı medeniyeti anlayışının bunalımına şahit oluyoruz.

Doğal Sağlık Derneği olarak,
Dünyanın tuzaklarla dolu tarafını görmeyi, yaşanan hadiselerden hikmet nazarıyla ders çıkarabilmeyi ve tedbirlerimizi almayı kendimize vazife biliyoruz. Bu bülten koronavirüs pandemisinin çok yönlü tespitini yapmak, geleceğimize dair şuur kazanmak ve salgın hastalıklar karşısında fıtrata uygun çözüm yollarından ayrılmamak için bir dizi öneri sunmak niyetiyle hazırlandı. Bültende kullanılan veriler güncel resmi kaynaklardan titizlikle takip edildi. Gerçek Tıp ekolüne uygun birçok uzmandan görüşler alındı ve geleneksel tıp konusunda kaynaklar tarandı. Bünyemizi fiziksel olarak güçlendirecek öneriler kadar ruha şifa tavsiyelerde de bulunmaya gayret ettik. Muvaffakiyeti Allah'tan niyaz ederiz.

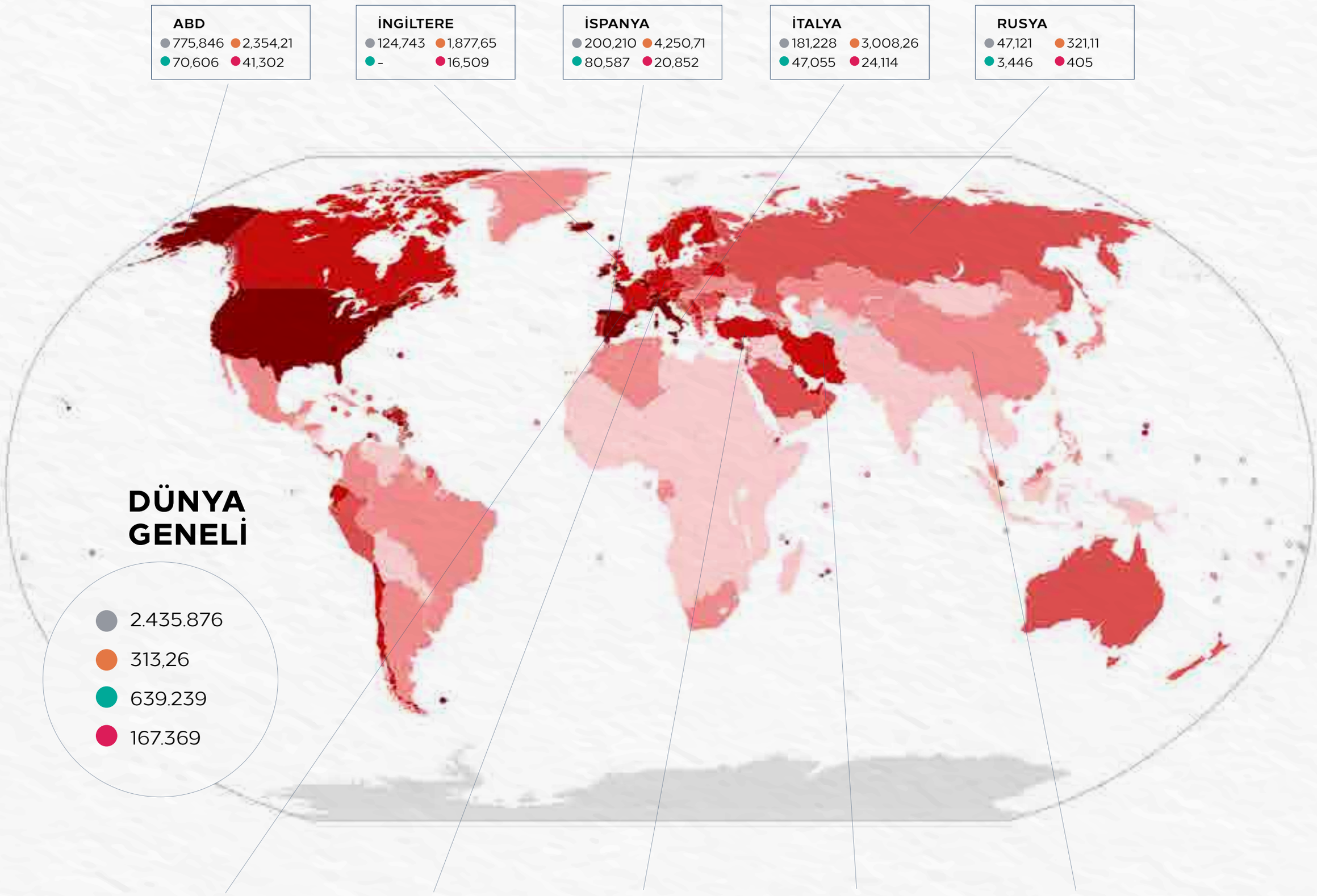
KORONAVİRÜS NEDİR?

Koronavirüsler, hayvanlarda veya insanlarda hastalığa neden olabilecek büyük bir virüs ailesidir. En son keşfedilen virüs çeşidi, solunum yolu hastalığı olarak bilinen COVID-19'a neden olmaktadır . Bu virüsün 60 -140 nanometre boyutunda olduğu diğer virüslere göre daha küçük bir yapıya sahip olduğu, bu nedenle organlarda daha fazla hasara neden olduğu ifade edilmektedir.



DÜNYA KORONAVİRÜS HARİTASI

*** 20.04.2020 itibariyle** Onaylanmış koronavirüs hastalığı vakaları (COVID-19)



1-9 10-99 100-999 1.000-9.999 10.000 +

Onaylanmış vakalar · 1 milyon kişi başına vaka · Kurtarılan · Ölümler

KORONAVİRÜSÜN KISA GEÇMİŞİ

Koronavirüs ilk kez Aralık 2019'da Çin'in Hubei Eyaletine bağlı Wuhan kentinde ortaya çıktı. Wuhan'da bir deniz ürünleri pazarından yayıldığı düşünülen hastalık kısa sürede salgına dönüştü.

1 Ocak 2020'de pazar yeri kapatılsa da vakalar artmaya devam etti. Sosyal medyada ilginç görüntüler elden ele dolaştı. Aniden yere düşüp ölen insanlar, karantinaya uymadığı için yaka paça tutuklananlar, gözyaşları içindeki çaresiz doktorlar ve dahası. Ancak Çin kapalı bir kutuydu ve gerçekten neler olup bittiğini kimse anlayamıyordu. Yaşananlar amatör bir film sahnesi gibi inandırıcılıktan uzaktı.

World Health Organization

Dünya, Çin'de neler olup bittiğini merak ederken Dünya Sağlık Örgütü hastalığın insandan insana geçmediğini ve endişe etmeye gerek olmadığını açıkladı. Fakat salgının şakası yok gibiydi. Çin sınırlarını aşarak Güney Kore, Japonya ve ardından İran'a kadar uzandı. DSÖ Çin'de salgın başladıktan 3 Ay sonra **11 Mart tarihinde koronavirüs (co-vid19) salgınını küresel pandemi olarak ilan etti, DSÖ küresel pandemi ilanından sadece 3 gün sonra salgın merkezini Avrupa olarak güncelledi, zira tedbirler için o denli geç kalınmıştı ki koronavirüs İran ve akabinde İtalya üzerinden bütün Avrupa'yı sarmıştı.**

DÜNYADA NELER OLUYOR?

GÜNEY KORE: 1 Mart'ta, Kore'deki vaka sayıları, Çin harici dünyadaki tüm vakaların toplamında daha fazlaydı. 15 gün sonra ise, bu sayı dünyadaki vakaların %13'ü kadardı. Güney Kore dijital takip teknolojilerinden faydalanarak virüs tespit edilen her vatandaşın telefon ağları üzerinden son 15 gün ziyaret ettiği, gezdiği yerleri, temasta bulunduğu insanları tespit ederek ciddi bir karantina sistemi uyguladı. Karantinaya uymayanlar dijital takip sistemi ile tespit edilip cezalandırılabiliyordu. Hukukun temel şartı olan özel hayata ve mahremiyete saygı ilkelerini radikal biçimde rafa kaldıran tedbirlerle hastalığın kontrol altına alındığı düşünülüyor.

İRAN: İlk vaka 19 Şubat'ta Kum şehrinde görüldü, yeterli önlemler alınmadığı için vaka sayıları hızla yükseldi. Hükümet yetkililerinden koronavirüs kaynaklı ölenler oldu. Bazı şehirlerde sokağa çıkma yasağı ilan edildi ve okullar kapatıldı, sanat ve spor faaliyetleri durduruldu.

İTALYA: 21 Şubat'ta ilk vaka görüldü, vakanın görüldüğü Padova kenti karantinaya alındı. Lombardiya eyaletinde yaşanan ölümlerden sonra halk karantinaya girmemek için başka şehirlere kaçtı ve hastalık İtalya'nın geneline yayıldı. 9 Mart'ta kuzeydeki Lombardiya bölgesinin tamamı ile 14 vilayete karantina kararı verildi ve bölgeler giriş çıkışa kapatıldı. İtalya, Çin'den sonra en çok vakanın görüldüğü yer.

ABD: ABD'de önce Washington eyaletinde görülen koronavirüs vakaları, yeterli önlemlerin alınmaması sebebiyle hızla arttı. Test kitlerinin az olması sebebiyle şüpheli vakaların test edilemediği, bu yüzden gerçek vaka sayılarının bilinmediği düşünülüyor. Trump yönetimi hastalığı önemsemediği, salgına karşı geç önlem alındığı konusunda eleştiriliyor.

İNGİLTERE: İlk ölüm 5 Mart tarihinde gerçekleşti ve vakalar hızla arttı. İngiltere Başbakanı Boris Johnson yaptığı açıklamada İngiltere'de virüse karşı toplum bağışıklığı modelini denediklerini, karantina gibi özel uygulamalar yapılmayacağını bildirdi. Kısa süre içerisinde bu karardan dönen İngiltere, koronavirüs konusunda önlem almaya başladı. Okullarda eğitime ara verildi.

SUUDİ ARABİSTAN: İlk vakaların görülmesi sonrasında Suudi Arabistan hükümeti 6 Mart tarihinde tüm Müslümanları derinden etkileyen bir karar aldı, Kabe ziyaretlerini durdurdu. Kâbe, Mekke ve Medine'deki ziyaret yerleri dezenfektanlara boğuldu.

ALMANYA: İlk vaka 28 Ocakta, koronavirüs kaynaklı ilk ölüm ise 9 martta görüldü. Bu süreçte çok büyük karantina önlemleri alınmadı. Vaka ve ölüm sayıları hızla arttı, son günlerde ölü sayıları azalsa da Almanya hala koronavirüs salgınında nüfus yoğunluğuna göre Avrupa'daki 3. Ülke

Almanya'da hekimler bu süre zarfında; bir yanda hastalığın çok ciddi olduğuna inanan ve kontrol altında tutmak için çaba gösterenler diğer tarafta doğal yolla bağışıklık kazanacağız, virüs değil uygulanan aşırı ve yanlış tedavi öldürüyor diyenler olarak ikiye ayrıldı. Sermayesi üretmek olan Almanya'da belki de ekonomik kaygılar nedeniyle sosyal izolasyon uygulamaları 20 Nisan itibariyle kademeli olarak kalkıyor.

TÜRKİYE: Dünyada koronavirüs vakasının en son ortaya çıktığı ülkelerden. Bazı uzmanlar virüsün genetik tutulum özelliği olduğunu ve Türklerde görülme olasılığının düşük olduğunu söyledi. Ancak geç de olsa koronavirüs Türkiye'de de görüldü. İlk vaka 10 Mart tarihinde görülmüş, hastanın Avrupa temaslı olduğu bildirilmişti. İlerleyen günlerde test sayıları artırıldı ve koronavirüs pozitif tanılı vaka sayısı arttı.Bu süreçte koronavirüse karşı yerli ilaç ve aşı çalışmaları da başlatıldı.

DÜNYA TARİHİNDE SALGINLAR

İnsanlık tarihinin ilk salgını koronavirüs değil. Yaşanmış birçok pandemi var. Ancak gelişmiş teknoloji ve tıp bilgisine sahipken ilk defa bu kadar geniş çaplı bir salgın ile karşı karşıyayız. Çok hızlı bulaşan bir virüs. Ayrıca ne ile mücadele edildiği konusunda da ciddi bir fikir birliği yok.

İnsanlık tarihinin ilk salgını koronavirüs değil. Yaşanmış birçok pandemi var. Ancak gelişmiş teknoloji ve tıp bilgisine sahipken ilk defa bu kadar geniş çaplı bir salgın ile karşı karşıyayız. Çok hızlı bulaşan bir virüs. Ayrıca ne ile mücadele edildiği konusunda da ciddi bir fikir birliği yok.

Dünya tarihinde önemli kırılmalara baktığımızda salgın hastalıkların etkili bir neden olduğunu görüyoruz. Bu salgınlar dünya savaşlarını bitirebilecek, yeni medeniyetler inşa edecek etkiye sahip...

Dünya tarihinde karşılaşılan salgınların nasıl yönetildiği konusu, kimyasalların kullanıma alınmasından önce ve sonra şeklinde incelenebilir. Geleneksel toplumlarda şifa vesileleri tabiatta aranırdı. Hipokrat'ın deyişiyle tıbbın amacı hastayı tedavi etmek değil, acısını dindirmekti. Kadim tıbbın etkisi ve hastalığı kontrol altında tutabilme kapasitesi bugün modern bilimciler tarafından yetersiz görülse de, geçmişte salgınların neden başladığı ve nasıl son bulduğunu kesin olarak ifade etmek

zor. İslam'da her hastalığın bir hikmeti ve hatta bazı alimlere göre yeryüzünde vazifesi vardır. Bu nedenle Peygamber Efendimiz (sav) taundan ölen şehittir buyurarak veba gibi salgın hastalıklara sabretmeyi ve tedbir almayı, korku ve paniğe kapılarak başka insanların hayatını tehlikeye atmamayı tavsiye etmiştir. **Veba salgınlarında temizlik ve tıbbi bilgi nazarıyla, ama en önemlisi de panik yapmadan tevekkül eden inanç sistemiyle önde olan İslam toplumlarının Avrupa'ya nazaran çok daha az etkilendiğini tarih kitaplarından okumak mümkün.**

Öte yandan **Birinci ve İkinci Dünya Savaşlarını takip eden süre zarfında tıp, halk sağlığı ve tarımda kullanılan güçlü kimyasalların ve ilaçların keşfedilmesiyle salgınların dindiğine inanılıyor.** Bu açıdan kimyasal devrimin insanoğlunun yaşamında ciddi bir dönüm noktası olduğu kesin.

Kimyasalların hayatımızdaki yeri Sanayi Devrimi ile paralel olarak kuşatıcı biçimde arttı. Bu dönemde bilim ve teknoloji dünyasında yaşanan birçok yenilik ile geleneksel toplumlarda modernleşme sürecine girildi. Hastalıklardan yakasını kurtaran halklar için artık yaşamın merkezinde hayatta kalmaktan öte iktisadi, sosyal ve eğitim nazarıyla iyileşme ve gelişme vardı.

Topluluk olarak yaşamaya alışmış insan artık bireyselleşmeye, toplum için değil kendisi için var olmaya başladı. Değerler değişti. Yeni bir insan ve toplum modeli ortaya çıktı. Bu toplum modelini daha iyi anlayabilmek adına geçmişteki önemli salgınlar ve etkilerini kısaca hatırlatmak ve bugün yaşadığımız salgın vakasında bizi nelerin bekliyor olabileceğine ışık tutmak istiyoruz.

1860

VEBALAR

İnsanlık tarihinin en ölümcül salgınlarının başında veba salgınları geliyor. Tarih boyunca irili ufaklı sayısız veba salgını meydana gelirken tıp tarihi literatürüne kesin olarak girmiş üç kıtalararası salgın (pandemi) bulunmaktadır: VI. yüzyılda yaşanan **Justinyen Salgını**, XIV. yüzyıldaki **Büyük Veba Salgını** ve 1860'larda patlak verip 1890'larda şiddetlenen ve 1960'lara kadar etkileri süren **Üçüncü Veba Salgını.**

541 yılında Konstantinapol'de İmparator Justinyen tahtta otururken Avrupa'da başlayan bir salgın önce Mısır'a oradan Filistin'e, Suriye'ye ve oradan da Anadolu'ya ulaştı. Salgın askeri birliklerin şehre getirdiği malzemeler arasında yer alan fareler yoluyla girdi. Hastalık normal seyrini sürdürdü ve zamanla kendiliğinden yok oldu ancak salgın iş gücü ve asker sayısını kaybeden Bizans'ın zayıflamasına ve saldırılara açık hale gelmesine neden oldu ki bu durum ***Avrupa tarihini kökten değiştiren gelişmelerin yaşanmasına vesile oldu.***

14.yy ikinci yarısına doğru Çin ve Orta Asya'da baş gösteren en geniş kapsamlı Büyük Veba Salgını dünyanın birçok ülkesini etkiledi. 1348 yılı baharında Avrupa'da İtalya'ya ulaşmasıyla hastalık kapsamlı bir pandemi haline geldi. Çok kısa bir süre sonra Fransa ve İspanya'ya ve İngiltere'ye ulaştı. Sonra sırayla Almanya ve İsveç, Polonya ve Rusya'ya yayıldı. Hastalığın bulaştığı insanlarda irinli urlar, yüksek ateş, kan kusma ve solunum güçlükleri görülüyordu. Hastalığa yakalananların çoğu iki ila yedi gün içinde ölüyorlardı. Bu salgın sonucu dünya nüfusunun dörtte birinin öldüğü düşünülüyor.

Ve 1860-1960 arası süren son dalga **veba salgını sonrası dünya salgın hastalıkların azaldığı fakat kronik hastalıkların arttığı yeni bir döneme girdi.**

1918

İSPANYOL GRİBİ

İspanyol gribi ya da İspanyol nezlesine, 1918-1920 yılları arasında H1N1 virüsünün ölümcül bir alt türü yol açtı. İspanyol Gribi, **18 ay içinde 50 ile 100 milyon arası insanın ölümüne sebep olarak insanlık tarihinde bilinen en büyük salgınlardan biri oldu.** İspanyol gribinin 1. Dünya Savaşı'nın bitmesinde rol oynadığı bilinmektedir.

2002

SARS SALGINI

2002-2003 yılları arasında Asya ve Kanada'da etkili olan Şiddetli Akut Solunum Yolu Sendromu (severe acute respiratory syndrome, SARS), koronavirüs ailesinden bir virüsün (SARS-CoV) neden olduğu bir üst solunum yolu hastalığıdır. Bu salgın dünya çapında 37 ülkede görüldü. DSÖ, ölüm oranını %10,9 olarak açıkladı. **SARS virüsü ülkemizde görülmedi**.

2009

DOMUZ GRİBİ

2009 yılının Mart ayında Meksika'da başlayıp dünyaya yayılan virüs, 191 ülkede yaklaşık 800,000 kişide görülmüş, 8238 kişi H1N1 virüsü nedeniyle yaşamını yitirmiştir. 11 Haziran 2009'da DSÖ pandemi çağrısında bulunmuş ve pandemi seviyesini faz 5-6 olarak belirlemiştir. Hastalık İnfluence A (H1N1) olarak isimlendirilmiştir. Bu virüsün tavuk gribi, domuz gribi ve insan gribi virüsünün birleşmesi ve mutasyona uğramasıyla yeni bir virüs olarak ortaya çıktığı ifade edilmektedir.

Pandemik grip (H1N1) in belirtileri mevsimsel griple aynı olup ateş, öksürük, boğaz ağrısı, baş ağrısı, kas ağrıları ve daha geri planda kalan burun akıntısı, ishal, bulantı-kusma gibi belirtilerdir.

Ülkemizde Virüs 16 Mayıs 2009 tarihinde ABD'den İstanbul'a gelen bir turistte tespit edilmiştir. Aralık 2009 dönemi itibariyle ülkemizde 12,878 laboratuvar teyitli olgu saptanmış olup, yine bu tarihte 78 olgunun yoğun bakımda yatmakta olduğu, 93 olgunun ise ventilatöre bağlı olduğu açıklanmıştır. Ocak 2010 itibariyle hayatını kaybeden kişi sayısı 627 olarak açıklanmıştır.

Daha sonraları Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) hastalıkların sıklık ve yayılma düzenini inceleyen epidemiyoloji birimi direktörü Profesör Ulrich Keil, **"Domuz gribi salgını ilaç üreticilerinin kârlarını artırmak için bu şirketlerle ortak olarak ürettiği bir korku kampanyasıydı."** şeklinde bir açıklama yapmıştır.

2015

ZİKA VİRÜSÜ

Zika virüsü Afrika. Amerika, Asya ve Pasifik'te yayılmış ve 2015'te Orta ve Güney Amerika'da pandemi haline gelmiştir. DSÖ 2016'da virüsün 33 ülkeye yayıldığını söyleyerek acil durum ilan etmiştir. Hemen akabinde virüs için aşı geliştirme çalışmaları başlamıştır.

İddiaya göre virüs hamile kadınları etkiliyor ve bebeklerin mikrosefali ile doğmasına yol açıyordu. Bu nedenle virüsten etkilenen pek çok ülkede İki yıl boyunca çocuk yapılmaması yönünde uyarılarda bulunuldu. Korkunç bebek fotoğrafları tüm dünyaya servis edildi. Fakat yapılan araştırmalar mikrosefali ile doğan bebeklerin annelerinde zika virüsü olduğunu doğrulamıyordu. Birçok bilimsel araştırma, gelir dağılımındaki adaletsizlik nedeniyle yoksul ailelerde görülen kronik beslenme yetersizlikleri ve yoğun tarım kimyasalları kullanımının mikrosefaliye yol açtığına işaret ediyordu. Çok geçmeden gerçek sorunla mücadele etmek istemeyenlerin iradesi ile pandemi havası yavaş yavaş yerini sessizliğe bıraktı.

KORONAVİRÜS SENARYOLARI

BUGÜNDEN YARINA: NE İLE KARŞI KARŞIYAYIZ?

ÇEVRE VE HİJYEN KRİZLERİ

Salgın sonrası Çin'den yayılan dezenfeksiyon görüntüleri dünyada aşırı bir hijyen tutumuna yol açtı. Bolca kullanılan kimyasal dezenfektanların halk sağlığı sorunlarına çözüm olacağına inanılıyor. Halbuki dünyada temizlik sorunu çok daha basit bireysel tedbirlerin uygulanmamasından kaynaklanıyor.

2015 tarihli bir araştırmaya göre Dünya ülkeleri arasında el yıkama oranları %96-94'ler ile en yüksek Bosna Hersek ve Türkiye'de iken diğer ülkelerde bu oranlar çok düşük kalıyor. Salgınların yayılmasında en önemli etken el temizliğine önem vermemek iken, sokakların bu tür işlemlerden geçirilmesi çok anlaşılır değil. Sokakların dezenfekte edildiği görüntüler hızla yayılınca takıntılı temizlik konusunda ciddi sosyal akımlar da başladı. Evlerde yoğun kimyasal deterjan kullanan Türk kadınları marketten aldıkları gıdaları bile deterjanla yıkamaya başladı.

Dünyamız, Yeşil Devrim sonrası halk sağlığı ve gıda güvenliği açısından yoğun kullanılan DDT benzeri kalıcı organik kimyasalların etkisi altında kalmaya devam ediyor. ***Birçok canlının neslinin tükendiği, insanlarda yoğun bağışıklık hasarları, organ bozuklukları görüldüğü, su ve toprak geri dönülemeyecek kadar kirlendiğini biliyoruz.*** Tam artık çevre için kimyasallardan uzak duracağız derken yeni korona salgını ile hijyen korkusu da pandemi haline geldi. Böylece kimyasal kullanımı tehlikeli oranda artmaya başladı. **Ayrıca temizlik kaygısı ile yapılan su israfının yakın gelecekte nelere mal olabileceğini kestirmek zor değil.**

SOSYAL VE AHLAKİ KRİZLER

Pandemi nedeniyle dünyada alınan ciddi karantina tedbirleri günbegün insanları ailelerden, ibadetten, doğadan, kısacası hayattan adım adım el çektiriyor. Bu yasaklar toplumun bazı kesimlerinin de baskısıyla gün geçtikçe artıyor. Gazetelerde, sosyal medyada sokağa çıkma yasağının acilen ve derhal ilan edilmesi baskıları artıyor. Bir yandan da insanlar hastalığın duyarsız kişiler tarafından yayıldığına inanıyor ve toplumsal öfke büyüyor. Benim sağlığım senin yüzünden tehlike altında anlayışı şizofrenik boyutlara ulaştı.

Öte yandan ne yazık ki dünya var olduğundan beri insanın verdiği ırkçılık imtihanı son bulmuyor, sadece şekil değiştiriyor Bu salgın döneminde dünyanın dört bir yanında "ırkçı- virüs taşıyıcı" zorbalığının arttığını görüyoruz. Sosyal ve kültürel etiketlemeler, dışlama, yok sayma, virüsten sorumlu tutma, tedavi ve yaşam hakkının ırk ve zenginliğe göre belirlenmesi gibi uzun bir liste ile zorbalıklar devam ediyor.

DİJİTAL KÜRESELLEŞME VE ROBOTLAŞMA

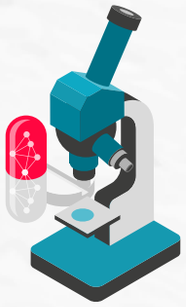
Dünya tarihinde toplumların şekil değiştirdiği önemli kırılma noktaları vardır. Bunlardan biri sanayi devrimi diğeri ise kimyasal devrim. Akabinde başlayan modernleşme süreci toplumların yapısını kültürel, siyasi ve ekonomi başta olmak üzere pek çok açıdan dönüştürdü. Bugün dünya yeni bir kırılma noktasından geçiyor. Artık halk sağlığı sorunlarından ziyade yeni tip virüslerle baş etmek zorundayız. Bu virüsler su kıtlığı, hijyen sorunu yaşayan ülkelerde değil bilakis gelişmiş toplumlarda görülünce çare daha karmaşık yollarda aranıyor. Toplumsal tecrit, sosyal izolasyon çağımızın tehditlerinden biri haline geldi. Virüs vakaları sonrası sosyal mesafeyi teşvik eden tedbirler eğer kalıcı bir hal alırsa hayatının büyük bölümünü dijital dünyada geçirecek bir toplum ile karşı karşıya kalacağız demektir. İnsanlar artık tiyatroları belki sanal gerçeklik ile evlerindeki güvenli ortamdan izleyecekler, okula gitmek yerine sanal dersler ile eğitimlerini tamamlayacaklar. Tüm bunlar modern insanın robotlaşması ile sonuçlanabilecek gibi duruyor. 20. yüzyılın sorunu kendisine yabancılaşan, bireyselleşen, toplumsal ahlaki değerlerden uzaklaşan modern insan olarak karşımıza çıkmıştı. 21. yüzyılın sorunu ise dijitalleşerek robotlaşan insanlar ufukta görünmeye başladı.

Elbette bu dijitalleşme yerelde kalmayacaktır. Zira devletler bu salgınla birlikte kendi sınırları içinde sağlanan sağlık ve güvenlik unsurlarının yeterli olmadığını fark etmiş oldu.

ABD eski Dış işleri Bakanı Henry Kissinger yazdığı makalede vurguladığı noktalar ilgi çekicidir.

"Liderler, bu krizle sadece kendi ülkeleri dahilinde ilgileniyorlar. Oysa salgının etkileri sınır tanımıyor. Koronavirüsün insan sağlığına verebileceği zararın geçici olmasının umulmasına rağmen siyasi ve ekonomik çalkantıları gelecek nesilleri etkileyebilir. ABD dahil hiçbir ülke koronavirüs salgınını ulusal çabalar ile tamamen yenemez. Güncel çabalar küresel bir ortak vizyon ve programda birleşmeli. Eğer her ikisini de yapamazsak en kötüsü ile karşı karşıya kalacağız."

Aidin Salih eserlerinde, küresel ölçekte gerçekleşecek, tek merkezden idare edilen zihin kontrolünün, yakın gelecekte bizi bekleyen ciddi bir tehdit olduğunu defalarca dile getirmişti.



NANOBİYOTEKNOLOJİK DEVRİM

Yeşil devrim, kimyasalların mucizevi biçimde gıda kıtlığı ve salgın hastalıkları bertaraf etmesi gerekçesi ile coşkuyla karşılandı. Çok geçmeden çevre ve insan sağlığı üzerindeki geri dönülmez etkileri anlaşıldı. Ancak sistem o kadar bağımlı kılıcıydı ki günümüzde zararları ancak ve kısmen kabul edildi. Çünkü artık yeni bir alternatif bulundu; nanoteknolojik/ biyoteknolojik dezenfektanlar, tarım ilaçları ve gübreler. Bugün koronavirüs için klasik kimyasallar yerine nano temizleyicilerin sahaya çıktığını görüyoruz. Covid-19'un oluşturduğu panik havasıyla da hayatımıza hızlı bir giriş yapmış oldular.

Yapılan araştırmalar bilhassa nanoteknoloji ile üretilen ürünlerin insan hücre zarını aşıp DNA'ya ve hücre çekirdeğine nüfuz edebileceğini, bunun da insan nesli için öngörülemeyen sonuçlara yol açabileceğini gösteriyor.

Biyoteknoloji ürünlerinde ise taklit edilen yapay bakteriler doğal bakterilerin yerini alabilir. Böylece insanı insan, doğayı doğa yapan doğal florayı kaybetme tehlikesi ile karşı karşıyayız.

Tıbbın Güçlenen Korku Cumhuriyeti; Ismarlama Hastalıklara Ismarlama İlaçlar

Endüstri mekanizmaları , toplumla olan ilişkisini farklı bir boyuta taşımaya çalışıyor, *son yıllarda toplumun ilaç firmalarına güveninin azalmasına çözüm olarak şirketler bilimin itibarı üzerinden kendilerine koşulsuz inanç devşirme peşinde*. Öyle ki herkes ekranlar üzerinden ilaç lobisince geliştirilecek bir aşıya muhtaç hissettirilmeye çalışılıyor.

Sanki önceki domuz gribi, SARS ve MERS gibi salgınları aşıyla atlatmışız da bu salgından da tek kurtuluş yolunun aşı olacakmış gibi algı oluşturuluyor. Sürü bağışıklığı İngiltere modeli üzerinden alay konusu yapılıp salgından kurtuluşta bağışıklık gerçeği örtbas edilmeye çalışılıyor. Bağışıklık sistemi unutturulup tıbbi ilaçlara ve aşılara bağımlılık psikolojisi empoze ediliyor.

Amaç insanlara iyi ki tıp var dedirtmek ve salgın yahut başka değişle ölüm korkusu ile beden bütünlüğü ilkesini unutturup mikro çiplenmeyi istetmek. Aşı çalışmalarının en bonkör savunucusu Bill Gates koronavirüs gündemini zorunlu ve küresel aşılama projesi için fırsata dönüştürmeye çalışıyor. Kimilerine göre bu salgının planlayıcılarından. Bill Gates vakfının geçmişte nüfus planlaması için Afrika ülkelerinde kız çocuklarına yaptıkları düşünülürse çok da uzak bir ihtimal gibi durmuyor.

Modern ilaçlar, geleneksel tıbbın geride kalmadığını gösteriyor...

Tüm bu karanlık senaryolar içinde Geleneksel Tıp adına iyi şeyler de oluyor. Bu dönemde bu gelişmeleri fark etmek ve daha görünür kılmak önemli. Mesela Sanofi laboratuvarı sıtmada kullanılan bir ilacın koronada etkili olduğunu iddia etti. Bu ilacın şu an sentetik olarak elde edilen etken maddesi *kinin, kınakına bitkisinden elde ediliyor ve geçmişte birçok hasta kınakınayla tedavi ediliyordu*. Bunun yanında geçmişteki bir koronavirüs türü olan Sars salgınında, birçok hasta Çin'de geleneksel tıpla tedavi edildi. Meyan kökü, Acı yavşan ve sumak gibi bitkilerin ekstraktlarının kullanıldığı araştırmalar; Journal Of Virology ve Lancet gibi önemli tıp dergilerinde makale olarak yayınlandı. Kullanılan ekstraktların mevcut virütik ilaçlara göre hem çok daha

az yan etki gösterdiği hem de daha etkili olduğu ortaya kondu. Çin, geleneksel tıp çağ dışı demiş olsaydı ne böyle bir araştırma yapılabilirdi ne de günümüzdeki ilaçların birçoğu bugün üretiliyor olurdu.

Bilim belli bir zaman diliminin birikimine hapsedilemez, bize düşen geçmişin tecrübesini araştırıp bugün için en etkili ve en zararsız olanı geliştirmeye çalışmaktır.

ELEKTROMANYETİK DALGALAR

Son günlerde sosyal medyada elektromanyetik dalgaların insan sağlığı, bilhassa akciğer sağlığı üzerinde ciddi etkileri olduğunu iddia eden tartışmalar var. İsviçre'de 5G'nin yaygın kullanıma alınmasına karşı çıkan gruplar hükümetten bu teknolojiyi irdelemesini talep ediyor.

5G teknolojisini, çok sayıda istasyonla, kısa mesafede daha yüksek etki sağlayabilen kablosuz veri iletim altyapısı şeklinde özetleyebiliriz.

Peki 4.5G ve 5G teknolojilerinin yaşam alanlarımıza soktuğu yoğun elektromanyetik alan, sağlığımızı olumsuz etkiliyor ve yeni tip virüslere yakalanmamızı kolaylaştırıyor olabilir mi? 5G ile birlikte çevremizdeki artacak olan kablosuz donanım sayısının, bizlerin ve diğer canlıların sağlığına etkileri yolunda, maalesef ki yeterince araştırma yok. Ve var olan teknolojik gelişmelere paralel olarak artan Otizm, Down Sendromu gibi hastalık vakaları bu endişeleri kuvvetlendiriyor.

5G için konuşulan risk faktörleri sadece fizyolojik etkilerle sınırlı değil. Daha yüksek kapasitede veri akışı ile birlikte kişisel datalar daha kompleks biçimde toplanıp işlenebilecek. IOT donanımlarla kuşatılmış şehirler sadece insana dair olan veriyi değil, odağındaki canlı ve cansız tüm varlıklara dair bilginin sınırsız kombinasyonlarla işlenebilmesini mümkün hale getirecek. Peki biz gerçekten bu düzeyde verisi işlenen bir hayatın parçası olmayı istiyor muyuz? Örneğin Çin'de çalışmalarına başlanan kredili vatandaşlık sistemi ile kişiler mevcut gelirleri ve itibarları ölçüsünde işlere talip olabilecek, bunun üzerinde finansal araçlara ulaşamayacak, hatta seyahat hakkını dahi hesaplanan kredibilitesine göre kazanabilecek. Bunun aslında geçmişte kınanan kölelik ve kast sisteminin modern teknolojilerle tesis edilmiş postmodern bir versiyonu olduğunu görmek zor değil.

KORONAVİRÜSTEN KORUNMAK AMA NASIL?

Aidin Salih hastalıklar konusunda genel bir arınma sistemi belirlemiş ve bir hastalığın tekil olarak tedavi edilmesini anlamsız bulmuştur. Bu herhangi bir virüs için de geçerlidir. Çünkü gerçek tıp sistemine göre bütün hastalıkların sebebi birdir ve o sebepler üzerine çalışılmalıdır. Yaşam tarzı değiştirilmeli, zararlı ve katkılı gıdalardan, kimyasallardan uzak durulmalı ve bedensel arınma (açlık orucu, organ temizliği, kupa terapi vs.) yapılmalıdır.

Koronavirüs, grip ve benzeri salgın virüslerin mutasyona uğramış, şekil değiştirmiş güncel bir versiyonu. İnsan bedeninin daha evvel karşılaşmadığı bir tür. Bu nedenle bağışıklık sistemlerimiz ilk karşılaşmada hızlı bir program üretemeyebilir. Her virüste olduğu gibi, eğer virüsle karşılaşan kişi yaşlı ve bağışıklık hasarı olan, kronik rahatsızlığı olan biriyse hastalık ölümcül bir hal alabilir.

Fakat insan mükemmel bir bağışıklık sistemi ve savunma mekanizması ile yaratılmıştır. Bu nedenle ölüm anı gelmedikçe kişi hastalıklar karşısında çaresiz değildir. Bize düşen bağışıklık sistemimizi korumak ve onun çalışmasına engel olmamaktır. Bunun için yaşam boyu fıtrata ve sünnet-i seniyyeye uygun hareket etmek gerekir.

"Diyelim ki bir sahra var ama orada su ve gıda yok. Orada yaşayabilir misiniz? Tabii ki yaşayamazsınız. Yaşamak için hangi bölgeyi seçerdiniz, peki? Akan su, bol bol meyve veren bahçeler ve hayvanlar olan yeri seçerdiniz. Virüsler de tıpkı diğer bütün varlıklar gibi kendisine uygun olan ortamı arar ve bulur.

Çevremizde bütün mikroplar, hepatit A-B-C virüsler, herhangi bir kurdun yumurtaları ve milyonlarca çeşit bakteriler vardır. Ama biz hastalanmıyoruz çünkü vücudumuzda onların yaşayabilmesi için uygun ortam bulunmamaktadır. Fazla balgam, kan kirliliği, karaciğerde toplanan toksinler ve bağırsaklarda birikinti yoktur. Sağlıklı insanın vücudu virüsler için ırmakların ve meyveli ağaçların olduğu bir yer değil, sahradır. Ama kabız olursanız ve zararlı yiyecekleri yerseniz onların vücudunuza sel gibi geldiklerini görürsünüz."

Aidin Salih'in Son Söz isimli eserinden iktibas edilmiştir.

Genel Olarak Hastalıklara Karşı Dirençli Olabilmek İçin İki Önemli Unsur Bulunur.

GÜÇLÜ BAĞIŞIKLIK SİSTEMİ

Hekim Aidin Salih Gerçek Tıp – Yitik Şifanın İzinde kitabında, " ***Bağışıklık sistemiyle savaşmak yerine ona yardımcı olmak, bunun için ölçülü yiyip içmek, doğal gıda tüketmek, açlık yapmak, kanı ve organları temizlemek gerekir. O zaman bağışıklık sistemi, sağlığı korumak veya yeniden kazanmak için gereken bütün işlemleri kendisi yapar. Bağışıklık sisteminin mekanizması tam anlamıyla mükemmeldir***." ifadelerini kullanmıştır.

• Mizaca uygun beslenmek (bugünkü pratik ifade ile kan grubuna uygun beslenmek) hazım sisteminin doğru çalışmasını sağlar. Hazım sistemi iyi çalışır, tüketilen gıdalar etkili biçimde sindirilirse, emilim tam olur ve beden ihtiyaç duyduğu gıdalara erişebilir. Vücutta mikro besin yeterliliği bağışıklık sistemini güçlendirir.

• Tıbbın kurucusu İbn-i Sina'nın ifade ettiği gibi hastalık sebebi ikidir, çok yemek ve karışık yemek. Bu prensipten yola çıkarak öğünlerde aşırıya kaçmamak ve çeşit sayısını sınırlı tutmak gerekir. Günde 2 öğünde fazla tüketmemek gerekir. Az yemenin sıhhat açısından faydasını şu hadisi şerif ne güzel izah eder;

İskenderiye Mukavkısı, Resûlullah'a pek çok hediyelerle birlikte bir de doktor göndermişti. Efendimiz doktora:

– Ev halkının yanına dönebilirsin. Çünkü biz acıkmadıkça yemeyen bir kavimiz. Yediğimiz zaman da doyuncaya kadar yemeyiz." buyurdu. (Halebî, III, 299) "

• Salgın süresi boyunca süt, peynir gibi laktoz içeren gıdalardan, şeker ve hamur işleri gibi bağırsak florasına zarar veren virüs, bakteri gibi yabancı mikroorganizmalara besin kaynağı olan gıdalardan uzak durmak gerekir.

KARACİĞER SAĞLIĞI

Hekim Aidin Salih Gerçek Tıp Yitik Şifanın İzinde kitabında karaciğerin önemini ve sağlıklı çalışmadığında olabilecek durumları şu şekilde ifade etmiştir.

"Karaciğer, sindirim sistemi ile kana geçen tüm maddeler için süzgeç görevi görür. Enerji kaynağı olan glikoz ve vitaminleri, ihtiyaç olduğunda kullanmak üzere depolar. Safra asitlerini sentezleyerek, yağların ve yağda eriyen vitaminlerin emilimini sağlar. Kanın pıhtılaşması ve suyun damar içinde durmasını sağlayan proteinleri üretir. Bu proteinler kanamayı ve ödemi engeller.

Karaciğer , sindirim yoluyla gelen pek çok zararlı maddeyi, metabolizma atıklarını ve tıbbi ilaç kalıntılarını nötrleştirerek vücuttan uzaklaştırır. Ancak, karaciğere gelen zararlı madde miktarı, karaciğerin nötralize etme ve dışarı atma kapasitesinin üzerindeyse, karaciğer dokularında depolanır. Atık ve toksik maddelerin biriktiği dokularda iltihaplanma başlar, dokular bozulur. Kronik toksik hepatite zemin oluşturur. "

• Karaciğer sağlığı vücuda yabancı organizmaların girmemesi için elzemdir. Enginar, kereviz sapı ve yaprakları, zeytinyağı, sarımsak, çörekotu, hindiba, elma, greyfurt, kapari karaciğer için önemli destekleyici gıdalardır. Yılda en az 2 defa karaciğer temizliği yapılmalıdır.

Bağışıklık sisteminin etkili çalışmasını engelleyen ve karaciğerde toksin yükünü arttıran her tür alışkanlıktan uzak durulmalıdır. Bunları iki başlıkta özetleyebiliriz; Kimyasallardan uzak durmak ve Doğru Beslenme.

1-) Kimyasallar Kullanmak Yerine Doğal Temizlik Yöntemleri Uygulayın

Öncelikle koronavirüsten korunmanın ilk şartı bolca ve yoğun kimyasallar ile temizlik yapmak değil, bulaşı olacak ortamlarda uzak durmaktır. Bulaşı olabilecek bir ortama girildi ise elleri kesinlikle ağzınıza ve yüzünüze götürmemektir. Çünkü virüsler tutundukları zeminde uzun süre yaşayamazlar ve ağız veya burun yoluyla vücudunuza girmedikçe zarar veremezler.

Bunun dışında ikinci şart ellerinizi dış ortamla temasta iseniz sık yıkamaktır. Evde iseniz ve kimseyle temas etmiyorsanız takıntılı bir el yıkama alışkanlığı geliştirmekten sakınmalısınız.

Son zamanlarda reklamları iyice artırılan antibakteriyel sabunlar içerdiği kimyasallar sebebiyle vücutta toksik birikmelere yol açarak özellikle tiroitlere zarar veriyor, flora ve mikrobiyotayı bozarak pek çok hastalığa yol açıyor. Antibakteriyel sabunların virüs bulaşı konusunda etkin bir temizlik yapmadığı ve sık kullanımında bakterilerin direnç kazandığı yeni bakterilerin oluşmasına sebep olabileceği ayrıca toksik içeriği nedeniyle bağışıklık sistemini zayıflatacağı da düşünülmektedir.

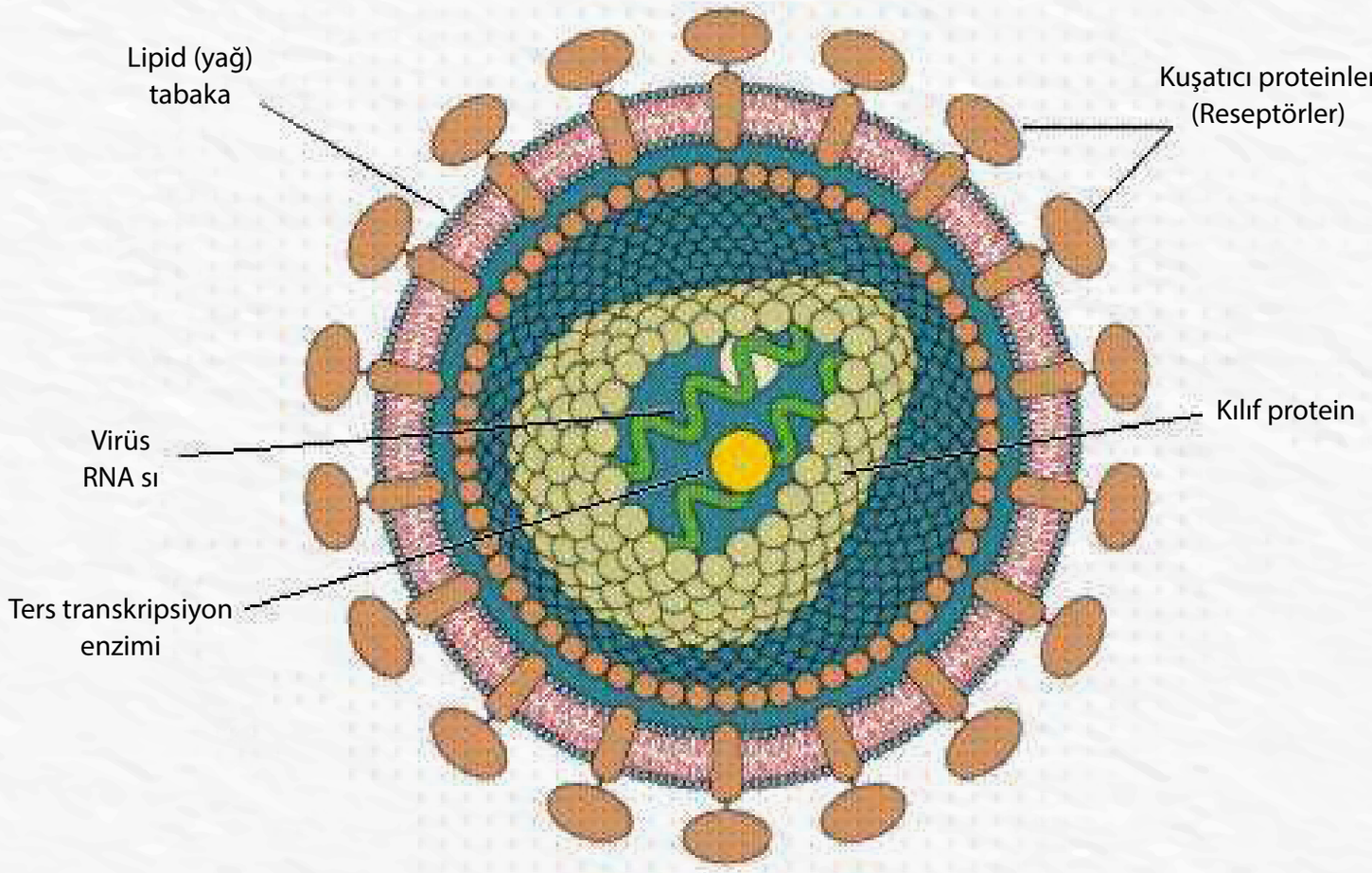
Maalesef temizlik deyince akla gelen zehirli kimyasallardan biri de çamaşır suyudur. Çamaşır suyunun içerdiği yakıcı kimyasal hidroklorür burun ve cilt yolu ile kana karışır, hücrelerde bozulmaya yol açar, bilhassa sinir uçlarındaki yağlı kılıfları eriterek beyin hasarına ve nörolojik bozukluklara yol açar. ***Özellikle evde kalmanın yoğun olduğu şu günlerde evlerinizde çamaşır suyu kullanmayın.***

Koronavirüsten korunmada doğal içerikli zeytinyağlı sabunla detaylıca elleri yıkamak yeterli olacaktır. Sabunun yapısı virüsü etkisiz hale getirebilecek niteliktedir.

El yıkamada doğal yağlı sabunlar, ev temizliğinde de bitki bazlı ve boraks gibi doğal temizleyiciler kullanılabilir. Dışarıyla temasta iseniz eve gelince ılık su ile kısa bir duş almak ve durulama suyunda sirke kullanmak faydalı olacaktır.

Virüsü çevreleyen zar lipit formdadır. Bu lipit tabaka virüsün hücreye kolayca girmesini sağlar, bu süreçte önce reseptörlerle hücreye bağlanır. Sabun ise hidrofobik (apolar) ve hidrofilik (polar) uçlara sahip bir maddedir. Bir maddenin diğerini çözmesi için aynı yapıda olması gerekir. Sabundaki apolar uç virüs membranında yine apolar yine apolar olan virüs lipit takasını çözmektedir.

Böylece virüs membranı dağılarak parçalanır, virüs RNA, enzim vs. serbest kalır. Böylece virüs etkisini yitirir. Sabundaki polar uç ise su ile etkileşir. Yapı moleküllerinin etrafını sarar ve birbirlerinden ayırır. Su içinde dağılan yağlar böylelikle uzaklaştırılmış olur. Bu etki mekanizması, sabunun ellerdeki yağ ve kirleri de çözerek uzaklaştırma mantığıyla aynıdır. Yani temizlik, bu kadar sade ve nettir.



Temizlikte veya buhurdanlık yoluyla evinizden antiseptik hidrolat ve aromatik yağlardan faydalanabilirsiniz. Kekik, karabaş otu, lavanta gibi bitkilerle hazırlanan hidrolat suları antiseptik değeri yüksek ürünlerdir. Özellikle karabaş otu bitkisi Osmanlı Tıbbında kolera hastalığıyla mücadelede kullanılmış ve etkili sonuçlar alınmıştır. Ayrıca karanfil, üzerlik, günlük yağlarını buhurdanlıkta kullanabilirsiniz .

Ev temizliğinde doğal sirke, boraks gibi yabancı organizmaları yok eden fakat çevreye ve insan sağlığına zarar vermeyecek ürünler kullanabilirsiniz. **Ayrıca dünyanın ciddi bir su krizi ile karşı karşıya olduğunu ve suyu israf etmemek gerektiğini de unutmayın.**

2-) Doğal Beslenme

> “Hiç bir insan midesinden daha tehlikeli bir kap doldurmamıştır. Hâlbuki kişiye, kendisini ayakta tutacak bir kaç lokma yeter. Şayet bir kimsenin mutlaka çok yemesi gerekiyorsa, midesinin üçte birini yemeğe, üçte birini içeceğe, üçte birini de nefesine ayırsın!”
>
> ***(Tirmizî, Zühd, 47)***

Doğru, ölçülü ve sağlıklı beslenme her çağda olduğu gibi günümüzde de hastalıklardan korunmak için vücut direncini arttıracak önemli bir unsurdur. Geçmişte beslenme yetersizlikleri gıda kıtlığı olarak karşımıza çıkarken, bugün ise niteliksiz, sağlıksız, karışık ve aşırı beslenme sonucu bünyeler zayıflamış durumda.

TEMEL BESLENME ÖNERİLERİ

1. Güne 1 adet limon suyu + 200 gr su + 1 tatlı kaşığı zencefil suyu ve bir çay kaşığı organik sirke karışımı ile başlamak kanı temizler. Karaciğerin arınmasına destek olur.

2. Gün boyu içtiğiniz suyun içine biraz sirke ve gül suyu damlatmak antiseptik etki gösterir.

3. Yoğurt turşu gibi probiyotik bakımından zengin gıdalar tüketebilirsiniz.

4. Apiterapi ürünleri bağışıklık sistemi için önemli bir destektir. Güvenilir ve doğal üretim yapan yerlerden arısütü, polen ve propolis karışımı temin edebilirsiniz.

5. Kuşburnu, kuşkonmaz, portakal, sumak gibi c vitamini bakımından zengin gıdaları beslenmenizde mutlaka bulundurun. Sumağın viral etkisi üzerine birçok bilimsel yayın olduğunu da hatırlatalım.

6. Çiğ soğan ve sarımsak tüketmek doğal antibiyotik etkisi ile bu dönemde oldukça faydalı olacaktır.

7. Enfeksiyonlara karşı oldukça etkili olan dut şurubu tercih edilebilir. Özellikle çocuklara günde 2 kere verilebilir. 1,5 yemek kaşığı dut kurusu, 1 bardak suyla 7-8 dakika kaynatılır, süzülerek içilir.

8. Zerdeçallı süt hazırlanıp içilebilir. Aşamalı olarak bir su bardağı süte bir çay kaşığı zerdeçal atılır, iki üç dakika kısık ateşte kaynatılır. Ve bir çay kaşığı bal karıştırıp kahvaltıdan yarım saat önce içilebilir. Buradaki zerdeçal süt ile beraber olduğunda tüm üst solunum yollarını temizler.

9. Acı pelin otunu yakarak dumanını çekmek veya tütsü yapmak koruyucu bir önlem olarak uygulanabilir.

10. Her sabah 11 adet çam fıstığı ikindi vaktinde de 21-27 adet hünnap yenebilir.

11. Haşlanmış havuç ve şalgam bağışıklık güçlendirir.

12. Kekik etken maddesi karvakrolün virüsler üzerinde etkili olduğu bilimsel olarak kanıtlanmıştır. Antibiyotik etki olarak mikroorganizmaların üremesini geciktirdiği veya tamamen durdurduğu bilinmektedir. Ayrıca mantar hastalıklarına karşı inhibitör etkisi olduğundan, mantar ilaçlarının bileşiminde de yer almaktadır. Dünyada en yüksek karvakrol oranına sahip kekik Türkiye'de yetişiyor. Distile edilmiş kekik suyu içmek veya kekik çayı tüketmek bu dönemde şifa vesilesi olabilir.

13. Sabahları bir şey yiyip içmeden önce ağızda yağ çekme (Hindistan cevizi yağı, susam yağı veya zeytinyağıyla) uygulaması yapılabilir.

14. Peygamber Efendimiz sallallahu aleyhi ve's-sellem'in ; bal şerbeti, çörek otu ve udi hindinin pek çok ağır hastalığa şifa olacağı hususunda rivayetleri vardır. Her gün bir çay kaşığı udi hindi, bir çay kaşığı çörekotu ılık su ve balla karıştırılıp içilebilir.

Hastalıklardan, Bela ve Musibetlerden Korunmak İçin Yapılacak Dua ve Zikirler

Üsâme b. Zeyd'den (r.a) rivayet edildiğine göre Hz. Peygamber : "Bir yerde veba salgını olduğunu işittiğiniz zaman, oraya girmeyin. Bulunduğunuz yerde veba salgını baş gösterirse oradan da çıkmayın" buyurdu. (B 5728 Buhârî, Tıb, 30; M5787 Müslim, Selâm, 100)

Hz. Muhammed Sallallahu aleyhi ve'ssellem bu mübarek sözleriyle, salgın hastalık zamanlarında karantinayı tavsiye etmektedir. Bugünlerde zikir ve Kuran-ı Kerim ile meşgul olmak, bol bol tövbe istiğfarda bulunmak da önemlidir. **Ayrıca hekim İbn-i Sina, salgın zamanında evinizde oturun ve neşeli olun der. Hastalık neşeden kaçar. Çünkü neşe bir hamd ve rıza halidir.**

Bu dönemde evlerimizde dua ile meşgul olmak kadar darda olan, çalışamayan yakınlarımıza, komşulara ve ihtiyaç sahiplerine sadakalar ile ulaşmak çok önemli toplumsal bir vazifedir.

Cenab-ı Hak Beled suresi 14. Ayette : "Salgın bir hastalık /kıtlık gününde yemek yedirmek sadakadır" buyurur.

Birçok Hadis-i Şerifte Peygamber Efendimiz hastalık ve musibetler için sadaka ve duayı tavsiye etmiştir.

Mallarınızı zekâtla emniyet altına alınız. Sadaka vermekle hastalarınızı tedavi ediniz. Belânın gelmemesi için dua ediniz.

(Cami-u'ssağir - 3728)

Sadaka Allahü teâlânın gazabını söndürür ve kötü ölümden korur.

[Tirmizi]

Bu dönemde en yakınınızdaki ihtiyaç sahiplerine yardım eli uzatabilir, yahut Devletimizin başlatmış olduğu **#BizBizeYeterizTürkiyem** kampanyası kanalıyla sadaka verebilirsiniz.

"...En iyi koruyucu Allah'tır. O, acıyanların en merhametlisidir."

Yûsuf Suresi - 64 . Ayet

İbn Abbas'tan nakledildiğine göre, Hz. Peygamber (sav) Hasan ile Hüseyin için dua ederek şu sözlerle (onların başına gelebilecek kötülüklerden) Allah'a sığınırdı:

"Her tür şeytandan, haşereden, kem nazardan Allah'ın tam kelimelerine (sonsuz iradesine ve hükmüne) sığınırım."
Sonra da ***"Atanız İbrahim de bu duayı oğulları İsmail ve İshak için yapardı."*** derdi.

(B3371 Buhari, Enbiya, 10)

AİDİN SALİH VİRÜSLERDEN NASIL BAHSEDERDİ?

Merhum Hekim Aidin Salih'in kitaplarında virüslerle alakalı pek çok bölüm vardır. Bir kısmını iktibas ederek sunuyoruz. Daha detaylı bilgi için Gerçek Tıp, Son Söz – Gerçek Tıp Dersleri muhakkak okunmalıdır.

"Küresel ısınma ile kutuplardaki buzullar hızla erimekte; buzulların erimesiyle okyanus ve denizlerde su seviyesi yükselmekte, yeni virüsler ve bakteriler ortaya çıkmaktadır."

Gerçek Tıp - Yitik Şifanın İzinde isimli eserinde:

• *Sarımsak (Allium sativum) : Kanı temizler, akciğer, karaciğer, safra kesesi ve kalbi kuvvetlendirir. İltihabı kurutur ve bütün hastalıkları yok eder. Atardamarlardaki kireçlenme, daralma ve tıkanıklığı gidermek için sarımsaktan daha iyi ilaç yoktur. Kurtları döker, tüberküloz bakterisi dahil zararlı mikropları, virüsleri ve parazitleri öldürür...*

• *....Ancak sağlıklı karaciğer, virüslerin yaşayabileceği bir ortam değildir. Yalnızca, kronik hazımsızlık çeken ve kronik toksik hepatite zemin oluşturan madde kullananın karaciğerinde toksik madde ve atıkların birikmesiyle virüsler çoğalarak karaciğeri temizleme görevini yerine getirmeye başlar. Virüsler karaciğerdeki toksinleri temizleyebildiği müddetçe hastalık belirti vermez. Ancak toksin miktarı virüslerin temizleme kapasitesini aşacak boyuta geldiğinde hepatit belirtileri görülmeye başlar.*

Son Söz- Gerçek Tıp Dersleri I isimli eserinde:

• Karaciğerde birikinti oluşmaya başlarsa ilk önce parazitler, mesela lamblialar gelir ve karaciğeri temizlemeye çalışırlar. Ama parazitler yıkıcı toksinlerin birikmiş olduğu karaciğer ortamında yaşayamıyorsa virüsler gelir. Çünkü o toksinler parazitleri de öldürür ve karaciğerden çıkarır. O zaman virüsler gelir çünkü onlar en dayanıklı varlıklardır. Virüse karşı hiçbir ilaç veya toksin yoktur.

• Hiçbir şeyle virüsleri öldürmek mümkün değildir. Ama onlar soğan ve sarımsağı sevmezler. Bu yüzden soğan ve sarımsak virüsleri vücuttan uzaklaştırır.

• Sağlıklı insanın vücudu virüsler için ırmakların ve meyveli ağaçların olduğu bir yer değil, sahradır. Ama kabız olursanız ve zararlı yiyecekler yerseniz onların vücudunuza sel gibi geldiklerini görürsünüz.

Son Söz – Gerçek Tıp Dersleri II isimli eserinde:

• "Siz sahrada kalabilir misiniz? Hayır, oradan uzaklaşırsınız. Parazitler de öyledir. Aynı zamanda virüsler ve bütün mikroorganizmalar da öyledir. Onlar vücudumuza ne zaman gelir? Bizde onlar için rızık, birikintiler varsa gelirler. Aslında onlar bize zarar vermek için değil, kendi rızıklarını yemek için geliyorlar. Yani onlar kendi vazifelerini yerine getiriyorlar. Cenab-ı Hak, "18 bin âlemi senin için yarattım." dedi. Bütün mikropları, kuşları, hayvanları, bitkileri, ayı, güneşi ve her şeyi bizim için yarattı. Bunu muhakkak anlamak gerekir ki insan Allah'a şükredebilsin."

UZMAN GÖRÜŞLERİ
RÖPORTAJLAR

Prof. Dr. Alişan Yıldıran
Çocuk İmmunologu

"Dezenfektan ve sıvı sabunlar ihtiva ettikleri kimyevi maddelerin mukozalardan emilimi ile kemik iliğinde inhibisyona ve dolayısı ile immün sistemde baskılanmaya sebep olabilir. Üstelik yeterli koruyucuları olmadığı daha evvel belirlenmiş en iyi el temizliğinin bildiğimiz katı sabun ile yapılabilir."

Prof. Dr. Ayten Altıntaş

Koronavirüsten çok daha öncesi, Tıp Tarihinde Salgın Hastalıklar

Tıp Tarihçisi Prof. Dr. Ayten Altıntaş sorularımızı cevaplıyor

1-) Tıp tarihinde önemli salgınlar nasıl yönetildi?

Tarihte salgın hastalık her zaman olmuştur. O zamanlar hastalık yapan 'kirli hava' olarak düşünülüyordu. Havanın temizlenmesi için 'tütsü' kullanıyorlardı. Evleri tütsülerlerdi. Türklerde üzerlik otu ve ardıç dalı en çok kullanılan tütsülerdi. Tütsüler kötülükleri kovardı. Ayrıca defne, kekik, adaçayı da kullanılırdı. Sokaklar için sirke ile havayı temizleme adeti vardı. Sokakların köşelerine taşlar yığıp onları ateşle ısıttıktan sonra sirke dökerek havayı temizlerlerdi. Salgınları yaygınlaştıran faktörlerin başında "pislik" olduğunu çok iyi biliyorlardı. Ve kötü hava dedikleri pis ve durgun havalı yerlerden kaçıyorlardı.

2-) O günün şartlarında hastalık sebepleri nelerdir? Bugünden farkı nedir?

Bedeni zayıflatan ve hastalığa sebep olan şeylerin başında çok yemek gelirdi. Az yemek, vücut temizliği ve güzel kokular tavsiye edilirdi. Salgınlarda en çok kullanılması istenen ağaç kavunu (bergamot) kokusunun faydalı olduğuna inanıyorlardı.

3-) Ortaçağda Avrupa ve İslam dünyası salgınları nasıl yönetti ? Yöntem farkı nedir?

Ortaçağda Avrupa'da büyük bir pislik vardı. Bu sebeple salgın hastalıklar çok görülüyordu. Ortaçağda Doğu dünyasında şehirler temiz, insanlar sık yıkanıyor, hamamlar kullanılıyor ve yiyecek içeceklerin temizliğine önem veriliyor. Sabun, Avrupa'da pek bilinmiyor, İslam dünyasında ise çokça kullanılıyordu. Temizlik salgın hastalıklarda iki dünyada ciddi farklılıklar yaratmıştı.

4-) Osmanlıda benzer durumlarda ne tavsiye edilirdi?

Osmanlı'da hastalıklarda tavsiye edilen çok önemli bir ilaç sirkeydi. Hem temizlikte hem içilerek kullanılıyordu. Sirkencubin denilen bal ve sirke ile hazırlanan şerbet hastalıkların tedavisinde tavsiye ediliyordu. Gül suyu, çok kullanılan bir antiseptikti. Özellikle ateşli hastalıklarda ateş düşürücü ve ferahlatıcı olarak vazgeçilmezdi.

Dr. Türkan Peker

Gerçek Tıp Hekimi
Doğal Sağlık Derneği Başkanı

Dr. Türkan Peker Koronavirüs sorularımızı Gerçek Tıp bakış açısıyla yorumladı

1.) Koronavirüs insandan insana geçtikçe zayıflar mı?

Bu virüs daha önce insanlarda hastalık yapmadığı için insan bağışıklık sistemi bu virüsü tanımıyor, ama insanlar hastalığı geçirip bağışıklık kazandıkça virüsün etkisi de zayıflayabilir.

2.) Virüse yakalanan kişilerin iyileştikten sonra yeniden yakalanma riski var mıdır?

Hastalandıktan sonra iyileşen insanlar bağışıklık kazandığı için tekrar yakalanma riski yok, ama virüs form değiştirirse tekrar yakalanabilirler, böyle bir durumda bile hastalığı daha hafif atlatırlar, bağışıklık sistemi daha önce benzer bir virüsle tanıştığı için ona karşı savunma geliştirmesi kısa sürede olur.

3.) Korona virüs için geliştirilecek olası bir aşının, koruyuculuğu hakkında ne düşünüyorsunuz?

Bu tür virüslere karşı aşı geliştirilmesi çok mantıklı değil çünkü bu virüsler antijenik yapılarını zamanla değiştirdiği için aşı önceki forma karşı etkili olabilir ama virüsün yeni formuna etkili olmaz, hastalığı geçirmek yukarıda ifade ettiğimiz gibi daha kalıcı bir bağışıklık sağlar, bağışıklık sistemi virüsün yeni formuna karşı da savunma geliştirir. Ayrıca, aşılar artık daha etkili olduğu düşünüldüğü için genetik teknoloji ile üretiliyor bu ise aşılar hakkında kafalarda soru işareti oluşturuyor; aşılar insanı koruyor mu? Yoksa insanın genlerini de olumsuz mu etkiliyor? Kansere yatkınlık veya genetik mutasyonlar gibi...

4.) Hastalıktan korunma adına ne gibi kişisel önlemler alabiliriz?

Doğru beslenerek (gerçek tıp beslenme kuralları) bağışıklık sistemini kuvvetli tutmak ve her zamanki temizlik kurallarına dikkat ederek korunulabilir, virüs vücut soğuk olduğunda ve dolaşım iyi olmadığında daha hızlı çoğaldığı için vücudu içten ısıtacak yiyecek ve içeceklere ağırlık verilebilir; ceviz, koyun eti, siyah zeytin, nohut, havuçlu pilav, Antep fıstığı, siyah kuru üzüm, rezene, meyan kökü, tarçın, zencefil, acı pul biber , karabiber gibi. Bağışıklığı kuvvetlendirmek için de çörekotu, çörekotu yağı, zencefil, propolis, ekinezya, hünnap kullanılabilir.

5.) Antiseptik, kolonya ve mekânsal dezenfektan kullanımının uzun vadede bağışıklık için oluşturduğu bir tehdit var mı? Sabunun daha etkili olduğu söyleniyor bu görüşü paylaşıyor musunuz?

Bunlar cilde uygulandığında cildin normal mikrobiyotasını yani kalkanını ortadan kaldıracağı için vücudu her tür zararlı mikroorganizmaya karşı savunmasız hale getirir, aynı zamanda daha kuvvetli ve dirençli patojenlerin gelişmesine sebep olur, aynı şekilde mekanlarda kullanılan kuvvetli dezenfektanlar da bu ortamlarda bulunan ekolojik sistemin dengesini sağlayan mikroorganizmaları yok edeceği için insanlarda daha ciddi hastalıklar oluşturan patojenlerin ortaya çıkmasına sebep olur, tıpkı hastanelerde ortaya çıkan dirençli patojenler gibi, bunlar hastanede yatan insanlarda hastane enfeksiyonu diye adlandırılan enfeksiyonlara sebep olur, çok kuvvetli antibiyotiklere bile direnç geliştiren bakterilerdir ve hastanelerde kullanılan dezenfektanlar ve en üst seviye antibiyotikler sonucu ortaya çıkarlar. Onun için su ve sabun daha etkili ve güvenli temizlik sağlar, antiseptik olarak da kekik suyu etkili ve güvenli olarak kullanılabilir.

SALGIN HASTALIKLAR ÜZERİNE FİLM VE KİTAPLAR

Salgın filmleri öylesine mi? Yoksa gelecekten haber mi?

Dünya sineması ölümcül bir virüsün tüm dünyayı yok etmeye başladığı, bir grup kahramanın da bu virüsü yok etmeye çalıştığı filmlerle dolu. Küçük bir virüs, tüm dünyayı etkisi altına alır ve virüsten etkilenenler ya kısa sürede ölür ya da garip zombilere dönüşürler. Virüslere laboratuvar ortamında biyolojik kitle imha silahı olarak üretiliyordur bu arada. Nerdeyse bütün filmlerin özeti bu. Peki bu fikirler gerçek mi? Öylesine çekilmiş korku araçları mı, yoksa laboratuvar virüslerinin ön gösterimi mi?

Bilemiyoruz, fikir sizin. Tüm mesajların ve öğretilerin sinema ve TV'ler aracılığıyla verildiği bir çağda neden olmasın ki?

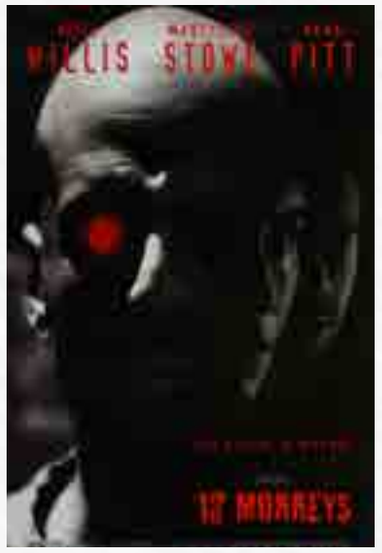
İŞTE ADINDAN SIKÇA SÖZ ETTİREN SALGIN FİLMLERİNDEN BAZILARI

Salgın / Contagion (2011)

Birdbox (2018)

Dünya Savaşı Z
World War Z (2013)

28 Gün Sonra
28 Days Later (2002)



12 Maymun
Twelve Monkeys (1995)

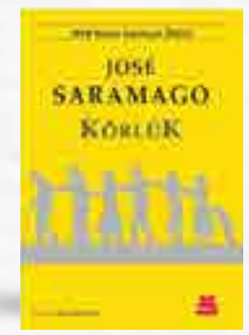
SALGIN HASTALIKLARA DAİR YAZILMIŞ KİTAPLARDAN BİRKAÇI

Mahşerin Dördüncü Atlısı - Salgın ve Bulaşıcı Hastalıklar Tarihi / Andrew Nikiforuk

Andrew Nikiforuk Mahşerin Dördüncü Atlısı eserinde, dünya tarihindeki salgınlar ve bulaşıcı hastalıkları anlatıyor. Toplumların sosyoekonomik, sosyolojik, demografik ve başka pek çok yönden yapısını değiştiren salgınların mikro boyutunu, mikroorganizmaların tarihiyle anlatıyor. Ve insanları dünyanın en eski sakinleri mikroorganizmalarla barışmaya çağırıyor.

Dünyamızı Değiştiren On İki Hastalık / Irwin W. Sherman

Amerikan Mikrobiyoloji Derneği (ASM) Koleradan sıtmaya, sıtmadan AİDS'e dünya tarihini her anlamda değiştiren 12 hastalığı ele alıyor. Hastalığın yayılımı ve sonrası incelenirken ilginç anekdotlar, detaylara da yer veriliyor.



Körlük – Jose Saramago

Körlük, bir kasabada başlayan körlük salgının ele alan kurmaca bir kitap. Kasabada insanlar hızlıca kör olmaya başlıyor ve bembeyaz bir görüntüyle devam ediyorlar hayatlarına. Salgından etkilenmeyen tek insan kasabanın göz doktorunun eşi. Körlük, bu yönüyle ürkütücü bir roman, beklenmedik bir felaketi yaşayan bir toplumun nasıl çöktüğünün, nasıl bencilleştiğinin ve değer yargılarını yitirdiğinin hikayesi. Bu hikaye bize çok da yabancı değil aslında, henüz sadece 2 haftadır hayatımızda olan koronavirüsün bize neler ettiğine bakmak gerek...

Kitapta ***"Asıl körlük, umudun tükendiği bu dünyada yaşamaktı."*** Diyor Saramago, peki gerçek hastalık da korkularımız ve takıntılarımız olabilir mi?

SALGIN ZAMANI NE OKUYALIM?

Merhum Hekim Aidin Salih'in eserleri bu dönemde daha dikkatlice okunmalı, yaşam tarzı tavsiyeleri uygulanmalıdır. Salgın vesilesiyle iyice görmüş olduk ki, hastalıklardan korunma tedaviden çok daha kolay ve masrafsızdır. Koruyucu hekimlik bütün tedavi metotlarından daha önemlidir. Aidin Salih'in eserlerinde ve konuşmalarındaki en dikkate şayan tavsiye kişinin hastalık gelmeden kendini koruması ve sağlık kaygısı, ölüm korkusu ile Deccal fitnelerine karşı şuur kaybetmemesi yönündedir. Bu süreci gerçek tıp okumaları yaparak daha verimli ve bilinçli geçirebilirsiniz.

Prof. Dr. Selim Şeker'in 5G Nesnelerin İnterneti ve Sağlığımız isimli kitabı, salgın sebebiyle gündeme gelen 5G teknolojilerini anlamak, tehlike ve risklerini öğrenmek noktasında iyi bir okuma sağlayabilir.

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Koronavirüs küresel pandemisi ile insanlığı çok yakın gelecekte nelerin beklediği gözler önüne serildi. Bir asrın kapanıp yeni bir dönemin başlamasına yol açan, her türlü yatırımın yapıldığı sağlık sistemi bugün tek bir virüs karşısında yetersiz kalıyor. Yaşanan krizler karşısında mevcut yaşam modelleri ve yönetim sistemlerinin sorgulandığı bir dönemde, ne pahasına olursa olsun yaşatmak(!) anlayışından, insanın ekosistem içinde yaratılmış varlıklardan sadece biri olduğunu benimseyen, hasta olmadan sağlığı korumayı temel alan, ecel fikrini ve doğal ölümü kucaklayabilen, fıtrat yanlısı bir yaşam modeline geçmek gerektiğine inanıyoruz. Ülkemizde hastane kültürünün daha yaygın bir anlayışla Şifahane kültürüne dönüşmesini görmek ve bu sürece gereken katkıyı sunabilmek istiyoruz.

Virüs salgınını gösterdi ki bağışıklık sistemi son derece zayıf genç bir nesil ile karşı karşıyayız. Araştırmalar bunun kimyasallara maruz kalmak kadar kötü beslenme alışkanlıklarından da ileri geldiğini gösteriyor. Genç yaştaki sporcularda dahi virüsün ölümcül seyir ile görülmesi sağlığın sadece fiziksel beden gücü olmadığının adeta kanıtı. Sentetik proteinler ve tıbbi ilaç takviyeleri kullanan bu gençlerin neden hastalıklara karşı dirençsiz olduğunu görmek çok da zor değil. Beslenmenin nefsin bir arzusunu gidermek olduğu anlayışı ile mücadele etmemiz gerekiyor. **Peygamber Efendimiz (sav) buyurduğu üzere insanın canının çektiği ve arzu ettiği her şeyi yemesi, şüphesiz israftır! (İbn-i Mâce, Et'ime). Gıda beden ve ruh için bir ihtiyaç ve aynı zamanda ilaç. Bu nedenle insan fıtratına uygun, temiz, doğal ve ölçülü gıda üretmek ve tüketmek hayati önem taşıyor.**

Hekim Aidin Salih, yaşadığı süre boyunca kendisine ulaşan herkese kendi sağlığının sorumluluğunu almayı, sağlıklı ve temiz beslenmeyi kısacası helal yaşamı öğretti. Doğal Sağlık Derneği olarak daha fazla insana bu beceriyi kazandırmak için tüm gayretimizle çalışıyoruz. Ülkemizin geleceği için akıl, vicdan ve duyarlılık sahibi sağlıklı nesillerin yetişmesi için elimizden gelen gayreti göstermeye Allah'ın izni ile devam edeceğiz.

Koronavirüs gündeminin bir müddet sonra dinmesi bekleniyor. Bunu salgının başladığı Çin'de hayatın normale dönmeye başlamasından da anlayabiliyoruz . Fakat yaşadığımız gezegende artık birçok şey değişti ve değişmeye devam edecek gibi görünüyor. Yaşananlar birçok açıdan krizlere gebe bir geleceği ifade etse de, her şerde bir hayır arayan İslam toplumları için belki de öze dönüş vesilesi olacak. Benmerkezci Batı medeniyetlerinin gerçek yüzü gözler önüne serilirken, bu dönemin yaratılan tüm alemlerin hakkını gözeten İslam medeniyetinin tekrar canlanması için bir vesile olmasını ümit ve Allah'tan niyaz ediyoruz. Elbette ahirzaman fitnelerini hiçbir zaman unutmadan...

Bu vesile ile Dernek faaliyetlerimizin parçası olmak isteyen, araştırma ve çalışmaları ile destek vermek isteyen tüm kardeşlerimize kapımızın açık olduğunu, çalışmalarımızın devamlılığı için hayırseverler tarafından yapılacak tüm desteklerin de anlamlı olacağını belirtmek istiyoruz.

DERNEĞİMİZE ULAŞMAK İÇİN

www.dogalsaglikdernegi.com | dogalsaglikdernegi@gmail.com | GSM: 0530 527 71 66

DogalSaglikDernegi DogalSaglikDernegi DogalSaglikDer

Bağış Bilgileri

DOĞAL SAĞLIK DERNEĞİ KUVEYT TÜRK

IBAN: TR060020500002707201700001 Hesap Numarası: 27072017

DOĞAL
SAĞLIK
DERNEĞİ