

HP

**HUMANİTE
PSİKİYATRİ**

TIP MERKEZİ



NÖROPLASTİTE

(Zihni ve yaşam biçimini değiştirerek
kaderine yön vermek)

Prof.Dr.Sedat Özkan



NÖROPLASTİSİTE NEDİR?

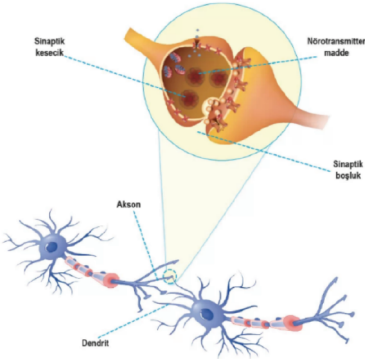
Diğer bir deyişle «beyin plastisitesi»

Beynin ve sinir sisteminin yapısını, işlevini ve bağlantılarını yeniden düzenleyebilme yeteneğidir. Bu düzenleme hem içsel hem dışsal uyarılara yanıt olarak yapılır. İnsan beyni hamur gibidir, yoğrulabilir. Beyin sürekli gelişir, beyin plastisittir, değişebilir, durağan değildir.

İnsan beyni her yaşta değişebilir. Erişkin korteksinde de sinaptik bağlantılar yeniden örgütlenebilmektedir. Erişkin bir hayvanda bir parmağın kesilmesi, o parmakla ilgili duyuşal girdi alan beyin bölgesinin diğer parmaklardan girdi alacak şekilde yeniden şekillenmesi ve işlev kazanmasına neden olur.

Beyin ve psikoloji yaşamımızı etkiler. Yeni öğrenmeler, yeni deneyimler beyni değiştirir, yoğurur. Yaşam biçimimiz de beynimizi değiştirir. Davranışsal bağımlılıklar ve madde bağımlılıkları sonucunda da değişiklikler ortaya çıkar.

İnsanın yeni koşullara uyum sağlayabilmesi, yaşantılarla ilgili bellek oluşturabilmesi, karmaşık motor becerileri öğrenebilmesi beyin plastikliği sayesinde olmaktadır. Beyin bunu mevcut bağlantıların gücünü ayarlayarak, yeni sinapslar oluşturarak ve hatta bazı bölgelerde yeni nöronlar üreterek başarır.



Beynin plastikliği nöronlar arasındaki bağlantılarda ve dolayısıyla nöron ağlarının davranışlarında ortaya çıkan her türlü değişikliği ifade etmektedir.

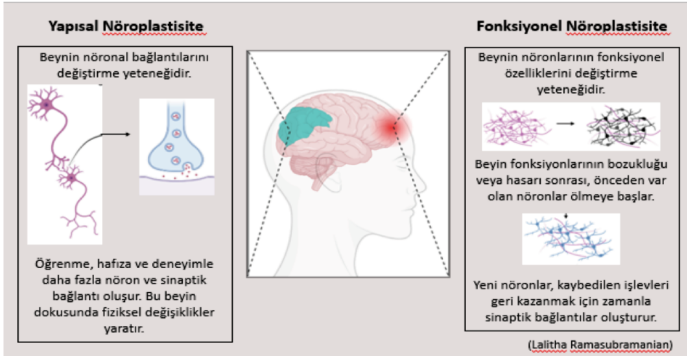
Sinapslarda güçlenme, zayıflama, reseptör proteinlerinde, sinaps sonrası sinyal iletim düzeneklerinde, hatta nöron çiftleri arasındaki sinapsların sayı ve dağılımındaki değişiklikler bunlar arasında sayılabilir.

Nöronlar daha fazla bağlantı kurdukça ve daha karmaşık ağların parçası haline geldikçe, tekrarlanan görevlerin tamamlanmasına veya diğer tipik çevresel uyarılara yanıt verilmesine izin vermek için kendilerini yeniden düzenlerler.

Nöroplastisite yaygın olarak iki kategoriye ayrılır:

1-Yapısal Nöroplastisite

2-İşlevsel Nöroplastisite



Yapısal nöroplastisite, yeni nöronların büyüdüğü ve mevcut nöron ağlarıyla sinaptik bağlantılar oluşturduğu normal bir bedensel süreç olarak kabul edilir. Bu süreç öğrenmeye ve yeni deneyimlere yanıt olarak fiziksel beyin dokusunun yeniden şekillenmesini ifade ederken, fonksiyonel nöroplastisite, mevcut nöronların hasarı sonrasında veya fonksiyonel kayıptan sonra çoğaldığında ve yeni sinaptik bağlantılar oluşturduğunda ortaya çıkar.

Nöroplastisite sayesinde:

- Beyin hücreleri – nöronlar- arasında yeni bağlantılar kurulabilir
- Kullanımda olan nöronlar kullanım dışı bırakılabilir
- Yeni nöronlar oluşabilir

Bu düzenlemeler moleküler, hücresel, sistemsel yapıda olabilir. Biz ise bu değişiklikleri davranışsal olarak görebiliriz.

Nöroplastisite zaman alan bir süreçtir. Nasıl vücudumuzdaki kasları çalıştırarak büyütüyor, dans etmeyi, bisiklete binmeyi tekrar ederek öğreniyor ve bu alanlarda uzmanlaşıyorsak, aynı şeyi beynimizle de yapabiliriz. Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon beden hücrelerini, yaşam biçimi beyin hücrelerini etkiler.

Nöroplastisite yaşam boyu biz farkında olmadan gerçekleşir. Doğduğumuzdan beri çevremiz ve kendimizle olan etkileşimimiz esnasında beynimiz bazı bağlantıları güçlendirirken bazılarını siler ve bazı yeni bağlantılar oluşturur. Yani hayatta olduğumuz sürece nöroplastisite aktif bir mekanizmadır ama biz bu süreci elimize alıp beynimizin istediğimiz konularda gelişmesini sağlayabiliriz.

Nöroplastisiteye en basit örnek hayatınız boyunca öğrendiklerinizdir. Yeni şeyler öğrendikçe ve tekrarladıkça beynimiz bu bağlantıları güçlendirir. Bu bilgileri -dolayısıyla beynin bu bilgilerle alakalı bağlantılarını- kullanmadığımızda ise beynimiz bir süre sonra bu bağlantıları siler.

Öğrenme dışında nöroplastisite fiziksel travmayı takiben de teşvik edilebilir.

✓ **Örneğin**, birisi bir beyin hasarı geçirirse, nöroplastisite, nöral devreleri yeniden inşa ederek ve beyin hasar görmemiş bir kısmının hasarlı kısmı devralmasına izin vererek beyin işlevini eski haline getirmek veya maksimize etmek için beyin kendisini yeniden düzenlemesine izin verir.

İnme yaşamış hastalarda inme sonrası fonksiyon kaybının zamanla geri kazanılması nöroplastisite örneğidir.

✓ **Örneğin**, inme bir kişinin beyninin sol yarısını etkilemişse, bu kişilerde konuşma güçlüğü görülebilir. Bu güçlüğü atlatmak için beyin zamanla yeni bağlantılar kurarak kişinin konuşma yetilerini geri kazanmasını sağlar. Bu süreçte rehabilitasyon ne kadar erken başlarsa kazanım o kadar artar. Fiziksel ya da konuşma egzersizleri tekrar tekrar yapılır, beyindeki bu yeni bağlantılar her egzersizde biraz daha güçlenir.



Nörolojik ve psikiyatrik birçok hastalık nöroplastisite çerçevesinden açıklanabilir:

1. Travmatik Beyin Hasarı (TBI) ve Omurilik Yaralanmaları

Beyinde veya omurilikte motor kayıplara neden olan yaralanmayı takiben, birçok fiziksel rehabilitasyon müdahalesinin fonksiyonel iyileşmelere neden olduğu bilinmektedir. Rehabilitasyon birçok farklı teknik içerir. Bunlardan bazıları;

- Kol ve el için kısıtlama kaynaklı hareket terapisi
- Vücut ağırlığı destekli koşu bandı eğitimi
- Robotik cihazlar, davranış şekillendirme
- Göreve yönelik fizik tedavi

2. Körlük ve Ekolokasyon

Duyu kaybı olan kişilerin beyinlerinde, kaybettikleri duyu için ayrılmış olan bölge başka görevler için kullanılır. Yani başka duyları beyin duyu kaybıyla ilişkili bölgesini ele geçirir ve bu duyları kayıp olmaması bir kişiye göre daha fazla gelişir.

√ **Örneğin**, görme kaybı olan kişiler ekolokasyon tekniği kullanırlar. Bu teknik kişinin ağzını şıklatarak karşısındaki cismin uzaklığını ve boyutunu tahmin edebilmesi yeteneğini içerir. Ekolokasyon yapmayı öğrenirken, beyin «duyarak görmeyi» öğrenmiştir.

NÖROPLASTİSİTE VE PSİKİYATRİK HASTALIKLAR

Nöroplastisite, birçok psikiyatrik hastalıkta klinik semptomların tezahürü ve ilerlemesi üzerinde derin bir etkiye sahiptir. Psikiyatrik hastalıklar güçlü bir nörogelişimsel bileşene sahiptirler ve kişinin genetiğinden de etkilenirler.

Bu bozukluklar motivasyon, algı, biliş, davranış, sosyal etkileşimler ve duygu düzenlemesinin altında yatan beyin devrelerindeki anormallikler ile karakterize edilir. Bozukluklarının başlangıcı genellikle akut değildir; hastalığın seyri kronik veya tekrarlayan/episodik olma eğilimindedir. Bu bozuklukların çoğunda iyileşme yavaştır ve nüks oranları yüksektir, her epizot gelecekteki epizot olasılığını artırır.

Psikiyatrik hastalıklarda klinik gidişat kişinin deneyimlerine sıkıca bağlıdır. Stres, madde kullanımına maruz kalma, psikolojik travma, sosyal bağlar, içsel benlik temsilleri gibi çevresel ve deneyimsel olgulardan ve erken dönem şiddet derecesi, çocukluk çağı stresi ya da yetiştirilme gibi diğer sosyokültürel etkilere büyük ölçüde etkilenir.

Psikiyatrik bozuklukların ortaya çıkmasında önemli rol oynayan beyin bölgesi beynimizin ön bölgesi, prefrontal korteks ve buranın beyin diğer bölümleriyle olan bağlantılarıdır. Bu alanlar, sosyal biliş, bilişsel değerlendirme ve dürtü kontrolünde rol oynarlar. Bireysel bilişsel ve duygusal deneyimlere bağlı değişebilirler. Gelişimlerini tamamlamaları erken yetişkinliğe kadar sürer.

Son yıllarda yapılan araştırmalar prefrontal korteks nöronlarının sinaptik plastisite gösterdiğini ve çeşitli bilişsel süreçlerde kalıcı değişimlere yol açtıklarını göstermiştir.

Bu nedenle nöroplastisite, hem ruh sağlığı bozukluklarının oluşumu üzerinde büyük bir etkiye sahiptir hem de terapötik kazanımlar elde etmek için hedeflenebilecek olası bir mekanizma olarak hizmet eder.

NÖROPLASTİSİTE & KLİNİK UYGULAMALARI

1.Farmakolojik Uygulamalar

Kronik stres ve bazı psikiyatrik hastalıklar beyin üzerinde hem yapısal hem de işlevsel olarak zararlı sonuçları olan etkilerde bulunurlar.

Antidepresan ilaçların, çeşitli kronik stres türlerinin hem davranış hem de beyin yapısı üzerindeki etkilerini tersine çevirebildiği gösterilmiştir.



Depresyon üzerinde yapılan bir çalışmada Fluoksetin kullanımının görsel korteks ve hipokampüste, çevresel ve merkezi sinir sisteminde nöronların yaşamasında, büyümesinde ve fonksiyonlarında görev alan Beyin Kaynaklı Nörotrofik Faktör (BDNF) ekspresyonunu desteklediğini gösterilmiştir.

SSRI, ketamin ve lityum da BDNF düzeylerini artırır.

2. Stimülasyon yoluyla Nöromodülasyon

Hem elektriksel hem de manyetik stimülasyon kullanan nöromodülasyon ve devre tabanlı tedaviler, nöroplastisiteyi destekleme ve psikiyatrik ve nörolojik işlev bozukluğundan iyileşmeyi hızlandırma potansiyeline sahiptir. **EKT** ve **TMS** bu tedavilere örneklerdir.

• EKT

Depresyonu olan hastalarda EKT uygulanması beyindeki hacmi küçülmüş bazı bölgelerin hacim kazanmasıyla ilişkilidir.

Muskuler Distrofi hastalarıyla yapılan çalışmalarda sadece 72 saat içinde Hipokampal ve Amigdala hacminin normalleştiği gösterilmiştir.

Bununla birlikte, bazı araştırmalar EKT'nin neden olduğu değişikliklerin, beyin hacminin aksine artan hipokampal fonksiyonel bağlılığına (functional connectivity) bağlı olduğunu öne sürer.

• TMS

TMS depresyon, obsesif-kompulsif bozukluk ve tütün kullanım bozukluğu dahil olmak üzere birçok psikiyatrik bozukluk için etkili bir tedavidir.

Majör depresyonda sıklıkla normale göre daha az aktif olan dorsolateral prefrontal korteks (DLPFC) bölgesinin TMS ile tekrar tekrar uyarılmasının, bu bölgedeki aktivitenin normalleşmesine ve ardından semptomlarda iyileşmelere yol açtığını göstermiştir. Yani tekrarlanan uyarılma sayesinde beyin bu bölümü normal aktivite ile çalışmayı öğrenmiştir.

TMS şizofrenide beyin halüsinasyonlarla bağlantılı olan bölgesine uygulanarak bölgenin aktivitesinde azalmaya ve halüsinasyonların azalmasına sebep olabilir. Burada da tekrar tekrar uygulanma tedavi ile beyin fazla çalışan bir bölgedeki aktiviteyi azaltmayı öğrenir.

3. Bilişsel Eğitim

İlaç tedavisi ya da beyin stimülasyonu gerekmeden, yalnızca davranışsal eğitimin beyinde fizyolojik ve fonksiyonel değişikliklere yol açtığı araştırmalarca gösterilmiştir. Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ve hedefli bilişsel eğitim gibi davranışsal müdahalelerin de sinaptik plastisiteyi modüle etme yetisi olduğu bilinmektedir. Bu konuda yapılan çalışmalarda BDT'nin sinaptik güçte azalma veya artış yoluyla klinik iyileşmeye yol açtığı görülmüştür.

Şu ana kadar yapılan araştırmalar bilişsel eğitimin frontal ve duyuşal sinir ağlarında plastisite geniş, geliştirilebilir ve kalıcı etkiler gösterdiğini kanıtlamıştır. Davranışları, düşünce tarzını ve yaşam biçimini değiştirmek nöronların işlevini değiştirmektedir.

Şizofreni hastalarında yapılan önceki çalışmalar, bilişsel eğitimin yapısal ve işlevsel plastisiteyi etkileyebileceğini ortaya koymuştur.

Sosyal Anksiyete Bozukluğu olan kişilerde BDT uygulanması sonrasında beyin kaygıyı yöneten ve normale göre fazla çalışan bölgelerindeki bağlantıların gücünü azalttığı düşünülmektedir.



Kronik Ağrı şikayeti olan hastalarda ise, BDT uygulanması sonrasında beynin belli bölgelerinde (prefrontal ve posterior parietal kortekslerde) nöronların (gri madde) arttığı, ve klinik şikayetlerde azalma olduğu görülmüştür. Yani düzenli ve devamlı terapi, beynin çalışma biçimini değiştirmiştir.

4.Yaşam Tarzı Değişiklikleri

Yaşam tarzında yapılacak değişiklikler ile nöroplastisitenin ilişkisi de araştırma konuları arasındadır.

• Egzersiz

Egzersiz, nöropsikiyatrik durumlar için potansiyel bir yardımcı tedavi olarak da kabul edilmiştir. İnsanlarda yapılan bir çalışmada 12 haftalık bir egzersiz programı (haftada 4 gün, 40 dakikalık aerobik egzersiz) yapan kişilerin bu süre sonunda beynin belirli bölgelerine giden oksijen akışının arttığı ve bu bölgelere ulaşan yeni damarla oluştuğunu göstermiştir. BDNF (Beyin kaynaklı nörotrofik faktör), sinir büyüme faktörü ve fibroblast büyüme faktörü gibi nörotropik faktörler, fiziksel egzersizin aracılık ettiği bu beyin etkilerinin önemli araçlarıdır.

Egzersiz sonucunda beyinde yeni nöronların oluşması, yeni bağlantıların oluşması ve bu bölgelere giden damar akışını arttıracak değişiklikler olması, egzersizin beyne direkt faydası olduğunu göstermiştir.

Sık yapılan aerobik fiziksel egzersiz, yaşam boyunca ve özellikle yaşlanma sırasında beyin sağlığını ve plastisitesini korumanın bir yoludur.

Tüm bunlar etkileri, düzenli fiziksel aktivite uygulamasının beyin işlevi üzerinde özellikle yaşlanma sırasındaki önemli olabilecek koruyucu bir etkiye sahip olduğu fikrine inandırıcı destek sağlar.

• Kalorik Kısıtlama

Yetersiz beslenme olmaksızın kalori alımının %20-40 arası azaltılması olarak tanımlanan kalori kısıtlamasının hem organizma hem de hücre düzeyinde açıklanan yararlı etkileri vardır. Hem hayvan hem de insan çalışmaları, kalori kısıtlamasının ömrü, hafızayı, yaşam kalitesini artırdığını ve depresyon dahil nörodejeneratif ve psikiyatrik hastalıklar için risk faktörlerini azalttığını göstermiştir.

Kalori kısıtlamasının özellikle yaşlanan beyinde koruyucu etkileri vardır. Bu etkilerden bazıları şunlardır: motor ve bilişsel eksikliklerde azalma, insülin duyarlılığı ve glukoz homeostazı dahil olmak üzere metabolik işlevlerde iyileşmeler ve tümörlerin görünümünde ve kardiyovasküler hastalık insidansında azalmalar.

Bu koruyucu etkilerin altında yatan mekanizmalar sinaptik plastisitedeki değişiklikleri ve hipokampusta artan nörogezezi içerir.

“ Beyin yoğurulur. Hamur gibidir, yeniden yapılabilir. Her insan kendi beyninin heykeltraşı olabilir.”

İnsanın ayırt edici özelliği beyni ve zihnidir, bedenimiz değil. Bizden çok daha güçlü canlılar var. Bizim ayırt edici avantajımız mutluluğumuz, gücümüz, uygarlığımız, zihnimiz ve sosyal yaşamımızdır.

Bedenimiz on binlerce yıldır az değişti. Beynimiz, zihnimiz ve psikolojimiz olağanüstü değişti. Beynimize gelen uyarılar olağanüstü geometrik oranda arttı. Prefrontal korteks ve psikolojimiz, özgün zihnimiz, bedenimizi de ilişkilerimizi de hayatımızı da yönlendiriyor. Düşünce tarzımız, deneyimler, öğrenmeler ve yaşam biçimi beynimizi etkiliyor.



YAŞLANMA İLE BAZI NÖRONLAR KAYBOLUR.

Yeni şeyler öğrenme, sürekli okuma Alzheimer riskini azaltır. Sürekli yeni şeyler öğrenen, sürekli okuyan insanlarda; nöronların sayısı değişmese de (ki arttığını ortaya koyan araştırmalar da var) nöronlar arası bağlantıların sayısı artar. Bu nedenle yaşlanmak yaşta değil başta diyorum. Sürekli öğrenmek, araştırmak, okumak ve sevgi ilişkileri kurmak duyguları da zihni de geliştirir. Bunama riskini azaltır.

- Bedenimize iyi bakacağız. Bedenimizin sesine kulak vereceğiz.
- Hastalıkların tedavisini ihmal etmeyeceğiz.
- Beynimizi (alkol, uyuşturucu vb. maddelerle) zehirlemeyeceğiz.
- Zihnimizin gelişimini yanlış davranışlar (kumar vb.) ve yanlış yaşam biçimleri ile tutsak etmeyeceğiz.

SİZDE NÖROPLASTİSİTEYİ LEHİNİZE KULLANIN!

Yeni sağlıklı öğrenmeler, yeni sağlıklı yaşantılar ve yeni doğru yönelimler beyni değiştirir, kişiliği ve yaşamı yeniler.

Fiziksel ve zihinsel etkinlikler, eğitim, sosyal etkileşim ve her türlü bilişsel iyileşmeler beyni yeniden yapılandırır. Kalitesiz uyku, kötü beslenme, madde bağımlılığı, kaygı, depresyon beyni işler ve yapısını bozar.

Geçmiş travma ve olumsuzlukları, yaşantınızı yönlendirmesi engellenebilir. Baş edemiyorsanız özgün terapilere başvurun (EMDR, CBT). Nasıl travmalar, şiddet beyin kimya ve yapısını bozuyorsa; doğru zihinsel sağlıklı deneyim de beyni olumlu etkiler ve geliştirir. Sinaptik bağlar güçlenir ve yeni nöronlar oluşur.

İnsan kendi irade, öğrenme ve deneyimleri ile kişiliğini değiştirebilir. Yaşamını değiştirerek, beynini değiştirebilir. İnsan sağlığına, insan onuruna, insan mutluluğuna aykırı zihniyet ve yaşam biçimlerini değiştir. Önce insan ve evrensel insan hakları vardır sonra kadın ve erkek vardır.

YAŞAM BİR MARATONDUR. DAHA SAĞLIKLI, YENİLENEN BİR BEYİN İÇİN;

- Düşünce algıya dönüşür, algı da gerçeği yönetir. Nasıl düşünürseniz öyle yaşarsınız.
- Optimum düşünün.
- Yeni koşullar ve gelişmelere adapte olun.
- Kendilik değerlerinizi koruyarak, yeni düşünsel sentezler yapın.
- Yapamayacaklarınızı, yapabileceklerinizi gözelemesin.
- Kendini ve potansiyellerini geliştirmesin.
- Bağımlılıklardan uzak dursun.
- İnsanlarla duygusal bağlar, sevgi ve güven içeren dostluklar kurulsun.
- Yaşamın içinde olulsun.
- Samimi ve empatik ilişkiler kurulsun.
- İletişimin anahtarı empatik dinlemedir. Dayatmadan, küçümsemeden, emretmeden dinlemeyi öğrenmesin. Dilini ve aklını kullanabilen insan bileğini kullanmaya gerek duymaz.
- Katkı sağlayarak, dostlukları ve yaşamı değerli kılsın.
- Dışa dönük yaşa, özgür sevgilerin ve yeni ilgilerin olsun.
- Yeni gelişmeler, yeni öğrenmelerle kendini değiştirmeye açık ol.
- Tembel yaşarsanız, beyniniz de tembelleşir.
- Depresyonda ilaçla tedavi sıklıkla gerekir ancak bu yetmez. Düşünce tarzı da antidepresif olmalı. Bu da yeterli değil, yaşam biçimi de antidepresif olmalı.
- Depresif yaşarsanız, tembel yaşarsanız, nöronları kullanmazsanız, nöronları kaybedersiniz.
- Kullanılmayan ya da zehirlenen hücreler ölür.
- Her yeni öğrenme, yeni beceri, yeni yerler görmek, yeni insan ilişkisi, beyni besler, kapasitesini artırır.
- Bedeni hareket, beyni ve zihni yeni öğrenmeler besler.

Beyninizi değiştirmek için atabileceğiniz en kolay adımlar:

- Yürü,
- Oku,
- Muhabbet et

PROF.DR.SEDAT ÖZKAN



PROF.DR.SEDAT ÖZKAN

Sedat Özkan Konya, Taşkent'te doğmuştur. İstanbul Amerikan Robert Kolej'de 1973 yılında lise öğrenimini tamamlamıştır. Robert Kolej Bilim Büyük Ödülü ve TÜBİTAK Proje Ödülü sahibidir.

1979 yılında İstanbul Tıp Fakültesi'nden mezun olmuş, 1984 yılında İstanbul Tıp Fakültesi'nde Psikiyatri uzmanı olmuştur.

1984–1986 yılları arasında Adana'da zorunlu devlet hizmetini yapmış, bu sürede servis sorumluluğu yanı sıra seminerler ve eğitimler düzenlemiştir.

1986 yılında İstanbul Tıp Fakültesine dönmüş ve doçent olmuştur.

1988–1989 yılları arasında GATA Haydarpaşa'da askerlik hizmeti yapmıştır. Bu dönemde çeşitli araştırmalar yapmış ve sempozyumlar düzenlemiştir.

Özkan, 1993 yılında profesör unvanını almasının ardından 1995–1998 yıllarında Psikiyatri Anabilim Dalı ve Psikiyatri Vakfı başkanlığı yapmıştır. Psikiyatri yataklı servis uygulamalarını koğuş anlayışından çıkararak belirli hastalık ve hasta gruplarına özelleştirmiş, daha hümanist uzmanlaşmayı ve sürekli gelişmeyi sağlamaya açık bir sistem geliştirmiştir.

Prof. Dr. Sedat Özkan, tıp ve uzmanlık eğitimi ve öğretim üyeliği süresince şu yurt dışı kuruluşlarda eğitim almış ve çalışmıştır:

- Christ's College- Cambridge, England
- University Dept. of Psychiatry, Guys Hospital, London England
- St. Olave's Hospital, London, England
- Bexley Mental Health Hospital, Kent, England
- University of Oslo, Norway
- St. James University Hospital, Leeds, England
- University of Manchester, Psikiyatri Eğitimi, England
- University of Pennsylvania, Philadelphia, USA-
Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi ve Kognitif Terapi Eğitimi

İstanbul Tıp Fakültesi'nde "Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi Bilim Dalı'nın" kurucusu olan Özkan yine ülkemizde ilk ve tek olan Onkoloji Enstitüsü bünyesinde "Psiko-Onkoloji Bilim Dalı" başkanlığını ve enstitü bünyesinde yüksek lisans eğitimi sorumluluğunu da yürütmüştür.

Ülkemizde gün geçtikçe yaygınlaşan ve yerleşiklik kazanan bu önemli disiplinlerin önderliğini yapan Prof. Dr. Sedat Özkan, 1990 yılından bu yana ulusal konsültasyon liyezon psikiyatrisi ve psikosomatik tıp bilimsel aktivitelerini (sempoyum, kongre, mezuniyet sonrası eğitim, kurs vb...) yürütmektedir. Uluslararası bilim toplantılarında 100'ün üzerinde tebliğ sunmuştur. Dört kitabı vardır. 1993 yılında yayınladığı "Psikiyatrik Tıp: Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi" kitabı dünyada ilklerdendir. 180'in üzerinde araştırması, psikiyatri ve psikosomatik tıp alanında 27 kitapçığı vardır.



Öncülüğünü yaptığı bu alandaki yüzlerce çalışmaları, araştırmaları, yayınları ve girişimleri sonucu 2005 yılında 8. Avrupa Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi ve Psikosomatik Kongresinin (EACLPP) ve 2011 yılında 13. Dünya Psikoönkoloji Kongresinin (IPOS) başkanlığını yaparak bu kongrelerin ülkemizde gerçekleşmesini sağlamıştır. 5 yıl için Avrupa KLPP yönetim kurulu üyeliğinde bulunmuş ve bu alanlara öncülük etmiştir. Avrupa ve Dünya Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi ve Psikoönkoloji Bilim Topluluğu'nda ülkemizi temsil etmektedir. Prof. Dr. Sedat Özkan, alanında liderlik yapmış, ülkemiz tıp ve biliminin evrensel standartlara ulaştırılması ve toplumda ruh sağlığı bilincinin gelişmesi konusunda dikkat çekici, çarpıcı ve yaratıcı çalışmalara imza atarak, bilimsel hayatımıza ve düşünce dünyamıza yeni ufuklar kazandırmıştır. Hekimler, hastalar, aileler ve topluma dönük düzenlediği toplantılarda psikiyatridi geleneksel anlamından öte çağdaş, evrensel standartlara yükseltmeyi, hastalıklara ve yaşama psikolojik bakış açısını geliştirmeyi hedeflemiştir. İstanbul Üniversitesi bünyesinde Hasta Okulu programının psikiyatri alanının sorumluluğunu yıllarca sürdürmüştür.

Psikiyatrinin toplumun hizmetine sunulmasını ve toplumsal sorunların, bilimsel, humanistik ve çağdaş yöntemlerle çözülmesine yönelik olarak kullanılması doğrultusunda projeler yürütmüştür. Ayrıca, görsel ve yazılı basında topluma dönük aydınlatıcı yüzlerce konuşma, sunu ve danışmanlığı olmuştur. Köken Tıbbi Kongresi'nin Kurucu Yönetim Kurulu (KYK) üyesidir.

Prof. Dr. Sedat Özkan Türkiye'de iki yeni bilim dalı kurmuş bir öğretim üyesidir. Türkiye'de Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi ve Psikoönkoloji'nin kurucusu, lideri ve yürütücüsüdür. Alanında ilk olan kitapları, yüzlerce çalışması, yayınları, eğitimleri, ulusal kongre başkanlıkları, aldığı ödülleri, uluslararası temsilcilikleri, üniversite için ulusal düzeyde çalışmaları ile öncü bilim adamıdır. Binlerce öğrenci, yüzlerce uzman ve öğretim üyesi yetiştirmiştir. Ulusal düzeyde görsel ve yazılı basında programları ile düşünce dünyası ve yaşam biçiminin çağdaşlaştırılması ve Türkiye'nin batı standartlarına ulaşması doğrultusunda seçkin çalışmalar yapmıştır.

Çalışmaları, ilkeleri, araştırmaları, yayınları, değerleri, sorumlulukları, başkanlıkları, uluslararası temsilcilikleri ile hizmetlerini İstanbul Üniversitesi'nde, çeşitli hastanelerde ve kurduğu Humanite Tıp Merkezi'nde sürdürmektedir. Humanite Tıp Merkezi, on yıllara dayanan mesleki ve bilimsel birikimi bireyin, ailenin, toplumun sağlığına sunmayı amaçlamaktadır. Bu merkez, ülkemiz psikiyatrisinde "Gün İçi Yatış" modelini sunmaktadır.

Gün İçi Yatış modeli; Psikiyatri-Dahiliye-Nöroloji ve Psikoloji disiplinlerini bütünleştirir ve geleneksel psikiyatrik yatışa bir seçenek sunar. Bu hızlı ve yoğun program, psikiyatri hastanesine yatış gereksinimini azaltır. Özkan, evrensel, bilimsel ilkeler, ahlaki ve insani ilkeleri tavizsiz benimsemiş, adanmışlık ruhu ile mesleğini yürüten, emek, aşk ve bilimi bütünleştiren anlayışla çalışmakta ve yaşamaktadır.

Prof. Dr. Özkan evli ve 4 çocuk babasıdır. Eşi Prof. Dr. Mine Özkan hem hayat arkadaşı, hem meslektaşı olup, İstanbul Tıp Fakültesi Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi Bilim Dalı ve Onkoloji Enstitüsü Psikososyal Onkoloji Bilim Dalı ve Psikiyatri Anabilim Dalı başkanıdır.

Prof. Dr. Özkan; ülkemizin, üç kıtaya yayılmış kültür coğrafyamızın ve binlerce yıllık köklü uygarlık birikimlerimiz ve değerlerini, çağdaş uygarlık ve insanlık ile sentez etmektedir. Uygarlık birikim ve değerlerimizi insanlığa sunarken, insan uygarlığının çağdaş birikimlerini kültürümüz ile yeni bir sentezi amaçlamaktadır.



*Psikiyatri ve psikolojide
yepyeni bir uygulama başlattık.*

Beden-Beyin-Ruh Sağlığı Merkezi
GÜN İÇİ YATIŞ

*Hastaneye yatış gereksinimini azaltan bu model ile
günlük yoğun gözlem, gününbirlik gözlem
ve tedavi imkanı sunuyoruz.*

ÖZEL HP HUMANİTE PSİKIYATRI TIP MERKEZİ

Beden-Beyin-Ruh Sağlığı Merkezi
GÜN İÇİ YATIŞ

Esentepe Gazeteciler Sitesi Matbuat Sokak No.25 Esentepe-Şişli - İstanbul
0212 274 78 78

www.humanitepsikiyatri.com

BİLİMSEL ADRES



Humanite Psikiyatri

www.humanitepsikiyatri.com

ÖZEL HP HUMANİTE PSİKİYATRİ TIP MERKEZİ

**Psikiyatri, Çocuk Psikiyatrisi, Psikoloji,
Dahiliye, Nöroloji, Çocuk Sağlığı**

Beden-Beyin-Ruh Sağlığı Merkezi
GÜN İÇİ YATIŞ

AKADEMİK KADROMUZUN SUNDUĞU ÜST UZMANLIK HİZMETLERİMİZ

Psikoterapi Birimi (Medikal Psikoterapi Aile ve İlişki Terapisi Bilişsel Davranışçı Terapi Grup Terapileri)	Konsültasyon Liyezon Psikiyatrisi (Psikocerrahi, Nöropsikiyatri, Psikokardioloji, Kadın Doğum Psikiyatrisi, Dahili Tıpta Psikiyatri)	Psikosomatik Tıp (Stres, Ruhsal Kökenli Bedensel Hastalıklar, Ağrı Bozuklukları)
Dahiliye & Biyokimya Laboratuvarı	Klinik Psikiyatri (Duygudurum, Kaygı, OKB, Psikotik Boz. Depresyon)	Nörolojik ve Psikolojik Değerlendirme
Gün İçi Gözlem ve Günübirlik Yatış Servisi	Kanser Psikiyatrisi	Mezuniyet Sonrası Eğitimler-Kurs-Süpervizyon
Alkol, Madde, İnternet Bağımlılığı Bağımlılık Danışmanlığı	Rehabilitasyon ve Uğraş Terapisi	Psikoyaşam Eğitim Seminerleri
Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi	Acil Psikiyatri	EEG
Ruhsal Travma Birimi	TMS	Yaşlılık Psikiyatrisi
Cinsel İşlev Bozukluğu	EMDR	Psikodiyet



KLİNİK HATTI
0212 274 78 78

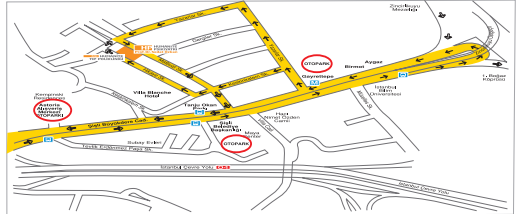


**GENEL
KOORDİNATÖR**
0532 734 68 06



**UZMAN DOKTOR
DANIŞMA HATTI**
0544 542 43 69

Esentepe Mh. Gazeteciler Sitesi Matbuat Sokak No:25
Esentepe – Şişli – İstanbul Telefon: 0212 274 78 78



Prof.Dr.Sedat Özkan