

Kadınlar için Daha Uzun Bir Yaşam

Bir çalışmaya göre, kadınlar hormon tedavisiyle yaşamlarını 3,5 yıl uzatma şansına sahip olabilecekler.

Boston'da New England Tıp Merkezi'nde bir grup araştırmacı bazıları hormon tedavisi (HRT: *Hormone Replacement Therapy*) gören 30-74 yaşları arasında 3000 kadın üzerinde 12 yıl süren bir çalışma yapmış. Araştırmanın sonunda, menopoza sonra hormon verilen kadınların daha uzun yaşayabileceği sonucuna varmışlar.

HRT, dişilik hormonu östrojenin düşen seviyesiyle meydana gelen kemik zayıflamalarını düzeltmek için geliştirilmiş. Hekimler, şimdi HRT'nin başlıca öldürücü hastalıklardan olan kalp damar hastalıklarının riskini azalttığını farketmişler. Ancak bunu meme ve diğer tip kanser riskini artırarak yapıyor.

Bu riske rağmen, hekimler HRT'nin verilip verilmemesi gerektiğini tartışıyorlar. Bunun için bir

grup bilim adamı, deneylerine katılan kadınlarda kalp hastalıklarının ortaya çıkma riskini, kanser ve kalp damar hastalıklarının riskleriyle karşılaştırmışlar; sonra sonuçları bütün Amerika'daki kadınlara uygulayacak bir matematik model bulmuşlar ve HRT'nin yaşam süresine etkisini belirlemişler. Sonuçlarda HRT'nin çoğu menopoz görmüş kadında yaşam süresini uzattığı görülmüş.

Meme kanseri riski düşük, ancak kalp krizi geçirme riski çok yüksek olan kadınlar HRT ile 41 aylık bir zaman kazanabilirler. Ancak, diğer uzmanlar bunu denemek için yine de çok erken olduğunu söylüyorlar. Ayrıca, yaşam tarzları ve diyetlerin farklılığı yüzünden bu tedavi, diğer ülkelerin kadınlarına uygun olmayabilir.

Bu durumda, kalp krizinin ortaya çıkmasındaki azalmanın ne kadarının HRT sayesinde olduğunu araştırılması gerekiyor. Araştırmacılar Avrupa, Güney Afrika ve Avustralya'da 30 000 kalp hastası kadın üzerinde çalışmaya başlayacak.

Selda Arıt

New Scientist, 19 Nisan 1997

Yolculuk Yapan Televizyonlar

Yolculuğa çıktığınız zaman en sevdiğiniz televizyon programlarını artık kaçırmak zorunda değilsiniz. Aslında, bugünlerde yolculuğa çıkmak yanınıza her şeyi almak anlamına geliyor.

California'daki bir şirket (Datron Systems), televizyon yayınlarını izlemeyi teknelerde, karavanlarda ve aklınıza gelen hareketli her araçta mümkün kılıyor. Şirketin hareketli uydu sistemi DBS-400, araç hareket halindeyken uydu yayınına kilitli kalınmasını sağlayan bir takip anteni içeriyor.

Araç yön değiştirdikçe sistem yayına kilitlenmiş olarak kalıyor. Ancak, yön değişimleri çok hızlı ve keskin olursa sistem kendini yeniden ayarlama gereksinimi duyuyor. Bu durumda ise yaklaşık 20 saniyelik bir kesintiden sonra ekranda temiz bir görüntü tekrar belirliyor.

Murat Maga

http://www.cnn.com/TECH/9705/02/t_trvv

Gıda Katkıları

7 Mayıs 1997 tarihinde, Ankara Üniversitesi 100. Yılı Salonu'nda, Ankara Üniversitesi Gıda Mühendisliği Bölümü öğretim üyesi Prof. Dr. Aziz Ekşi "Gıda Katkıları Gerçekten Zararlı mı?" başlıklı bir konferans verdi. Bu konferansın verilmesinin nedeni ise, ülkemizde 6 aydır fakstan faks yollanan ve 133 gıda katkısını kapsayan "E listesi" ve sonuçta tüketicide oluşan E paniği konusunda yanlış bilgiler yerine bilimsel doğruların kamuoyuna iletilmesiydi. Konferansa ilgi oldukça fazlaydı ve bu ilgi konferansın ayakta izleyicilerinden hemen anlaşılıyordu.

Adı geçen listedeki 133 gıda katkısından 82'si zararsız, 35'i kuşku, 6'sı tehlikeli, 10'u ise kanserojen olarak tanımlanıyordu. Prof. Dr. Aziz Ekşi'ye göre, gıda katkılarının zararlı ve zararsız diye gruplara ayrılması yanlış. Bunlar, zararsızlık dozları bilinen maddelerdi ve zarardan söz edilmesi için, bir katkıya izin verilen dozdan fazla katıldığına, yetkili bir laboratuvarca kanıtlanması gerekiyordu. Bu liste ise böyle bir araştırmaya dayanmıyordu. Aziz Ekşi konuyla ilgili olarak özellikle şu hususları vurguladı.

"Bu liste imzasızdır ve kaynağı belirsizdir. İlk kez 1976 yılında Fransa'da ortaya çıktığı bilin-

mektedir. 1986 yılında ise Almanya'da dağıtılmıştır. Türkiye'de ise 1996 yılında ortaya çıkmıştır. Yayılma nedeni, herkesin yakınlarını ve tanıdıklarını gerçek olmayan bir tehlikeden koruma duygusudur ve en acı yanı da budur.

Bir maddenin gıda katkısı olarak kullanılabilmesi için, öncelikle NOEL değeri denilen zararsızlık dozunun araştırmalarla belirlenmesi gerekir. Gıdaya katılan miktar, bu değerin güvenlik faktörüne (genellikle 100) bölünmesi ile elde edilen ADI (Acceptable Daily

Intake) değerine göre hesaplanmaktadır. Güvenlik faktörünün nedeni, sağlık açısından zararlı olabilecek olasılıkların tümüyle elimine edilmesidir.

Gıdaya katılan miktarın doğru belirlenmesinde o gıdanın günlük ortalama tüketim miktarı ile o katkıya diğer gıdalarda alınan günlük ortalama miktarının da bilinmesi gereklidir.

Türkiye'de Avrupa Birliği'nde olduğu gibi bunu değerlendirecek bir Gıda Bilimsel Komitesi bulunmaması önemli bir eksiklikler.

AB'nin, Gıda Bilimsel Komitesi, zararsızlık ve kullanılma dozu belirlenen ve üye ülkelere önerilen gıda katkılarına E ile başlayan bir kod vermektedir. Bu E, Europe'un E'sidir. Bugüne kadar türveleri hariç 230 maddeye E kodu verilmiştir. Gıda katkılarının kimyasal adları uzun olduğu için, gıda etiketinde katkıların işlevi ve E kodu ile

belirlenmesi yaygındır. Örneğin, kalsiyumdisodyumetilendiamintetraasetat yerine E 385 yazılmaktadır. Bu uluslararası bir iletişim dilidir. Dolayısıyla E kodu sanıldığı veya yazıldığı gibi gıdadaki zararlı bileşimlerin simgesi değildir. Tam tersine, E kodu bu açıdan bir güvencedir.

Öte yandan, katkı gıdaya bilinerek ve belirli fonksiyonu yerine getirmek amacıyla katılmaktadır. Helvanın yağ sızdırması, yağların acılaştırılması, kaysının küflenmesi, sosisin matlaşması bu yolla önlenmektedir. Amaç gıdanın herhangi bir kusurunun kapatılması değildir. Katkının kontrol dışında fazla kullanılmasını kendiliğinden kısıtlayan iki etken daha vardır. Birincisi, belirli miktarın üzerinde, fazla katılma ile artık etkisinin artmasıdır. İkincisi ise pahalı olması nedeniyle maliyeti yükseltmesidir.

Çok sayıda gıda katkısının belirtilen listede verilen etkileri de yakıştırmaya veya uydurmaya. Bunların en komik olanı ise sitrik asidin (E 330) "kanserojen yapıcı, en tehlikeli" olarak tanımlanmasıdır. Sitrik asit doğal bir gıda bileşimidir. Portakal, limon ve daha birçok meyvenin ekşiliği bu bileşimden kaynaklanmaktadır. Buna kanserojen denilmesinin nedeni, sitrik asit döngüsü ve trikarboksilik asit döngüsü olarak bilinen metabolik sürecin, bu olguyu 1957 yılında ilk kez kanıtlayan bilim adamının (Hans Krebs) soyadı nedeniyle Krebs Döngüsü olarak da adlandırılması ve Krebs sözcüğünün Almanca kanser anlamına gelmesidir.

Kısaca; gıda katkıları zararsızlık dozu bilinen bileşimlerdir. Genel bir zararlı veya zararsız yargısı yanlış. Bu yargı ancak somut bir durum için geçerlidir. Yargı kriteri ise Pardelelsus'un daha 1538'de belirttiği gibi katkıların dozudur. Dağıtılan liste gerçeklere aykırıdır."

