



Kanser Araştırma Vakfı Bülteni

Kanser Araştırma Vakfı Bülteni Şubat 2015 Sayı: 6



Pro Cancer Research Fund

Hayatta Yalnız Bırakmayız!



Orkide Yürüyüşü Ana Sponsoru



Değerli dostlar, destekleyiciler,

Bu yıl 12. Orkide yürüyüşünü kutluyoruz. Yürüyüşümüz artık Kıbrıs'ın en büyük vakıf etkinliği olmuştur. Yıllar boyunca elde ettiklerimizden, hem mutlu hem de gururluyum. Sizler, gönüllüğümüz ve tabii ki sponsorlarımız olmasa biz amaçlarımızı yerine getiremeyiz.

Sizlere KAV olarak neler yaptığımızı anlatmak istiyorum. Kanser komplike ve zorlu bir yolculuktur. Tabii ki yeni kanser ilaçları, teşhis yöntemleri geliştirip hastalara destek vermek kesinlikle önceliklidir. Fakat belki de önlemek ve nedenlerini bilmek de çok daha önemlidir. Bugün kanserde çevresel faktörlerin çok önemli olduğundan şüphe yoktur. KAV ailesi olarak biz KKTC'de su, toprak ve çevresel faktörleri bilimsel ulusal standartlarda yapmayı çok önemsiyoruz. KKTC topraklarında yoğun bazı kanserojen maddeler bulunduğunu biliyoruz. Tam olarak nerede ne var ve nerden kaynaklanır bilmemiz gerekir. Gerçek tablo ortaya çıktıktan sonra çözüm getirmek ve bunların giderilmesi ile ilgili ayrı bir proje ele alınacaktır.

Burada belirtmek isterim ki yürüyüşten elde edilen tüm kaynak KKTC'de kullanılıyor ve genç bilim yetenekleri geliştirip vatanımıza kanser konusunda dünya standardında araştırma yaparak kazandırıyoruz. Bizim tüm maddi kaynağımız etkinliklerden elde edilir. Gerekli zaman ABden ve/ya Tubitak'tan destek almaktayız. Bu standarttaki araştırmalar tabii ki çok pahalıdır. Vurgulamak isterim ki tüm vakıf çalışanlarımız gönüllü destek veriyor ve ödenekli hiçbir personelimiz yoktur.

Bu yıl yeni açılan merkezimizin haberini de burada vermek isteriz. Merkezimiz Ortaköy'de, tüm KAV çalışmaları ile ilgilenecek. Yakında, maddi destek mümkün kılarsa, kanserden etkilenen kişilere ücretsiz psikoperapi vermeyi hedefliyoruz.

Yeni web sitemiz de kurulmaktadır ve yakında ziyaret edip yardımcı bilgiler alabileceksiniz.

Son olarak, yıllardır uğraştığım yeni ilaçlar şu an insanlar üzerinde denenmeye hazırdır. Yeni geliştirilen bir ilaç 4 araştırma safhasından geçtikten sonra reçete olarak yazılabilir. Benim geliştirdiğim ilaçlar şu an 2. safhadadır ve umarım ki önümüzdeki 5 yıl içerisinde artık kullanıma geçecektir. Çok heyecanlıyız çünkü bu ilaçların çok az yan etkileri vardır, yani kemoterapiden tamamı ile farklı çalışan bir türdür. Tabii bu konu hastalar ve yakınları için çok önemlidir. Umarız böylelikle hastaların hayat kaliteleri çok zorlanmadan etkili tedavi ve 'kansere ile yaşama' mümkün olacaktır.

Ortak amaçlarla ve tek-yürek kansere karşı yürüyoruz.

Hepinize gönülden teşekkür ediyor, sağlıklı ve huzurlu bir yaşam diliyorum.

Prof. Mustafa Camgöz
Başkan, KAV

Dear Friends and Supporters,

This year we are celebrating the 12th anniversary of The Orchid Walk. This event has now become the biggest charity event in TRNC. I am both happy and proud about our achievements over the years. Without the support of you, our volunteers, supporters and sponsors this would not have been possible. I would like to briefly outline what KAV has done. Cancer is a complex and challenging journey. There is no doubt that treatment, diagnosis and the support of patients will always come first. However, what is equally important is prevention and early diagnosis. There is no doubt that environmental factors and diet have a huge impact on the incidence of cancer. As KAV we are committed to finding the cause of cancer incidence in Cyprus and as such we have embarked on a major environmental project to test the soil and water. Having just concluded a year of soil analysis and from previous research we have conducted know that there are significant carcinogenic substances in the soil. This research is being done at IUC and once we have a clear picture of what the problem is we will then be doing research into what can be done to improve the water and soil.

I would like to point out that all funds raised from the walk and all our other activities are used in TRNC to support local scientists to undertake cancer research to international standards. We believe in high standard research that can be published in international peer reviewed journals. High quality research is expensive and we now have a need to increase our fundraising efforts. We are supporting a three year project at a cost of £10,000 per annum. We have no paid staff and we are purely volunteer led. We are proud to announce the opening of our centre in Ortaköy. We are planning to offer psychotherapy to those who have been affected by cancer to international standards with supervision and high class training once financial support is available. Our new website is currently being launched and it will have useful information. Our work is supported by your donations we also receive grants from EU and Tubitak.

Last but not least, you may know that I have been working on developing new drugs for the treatment of metastatic cancer. I am happy to inform you that the drugs are now ready to be tested on humans. Drugs need to go through four stage clinical trials on humans before they can be prescribed. My new drugs are ready for Phase 2 my hope is that they will be ready for use in the next five years. It is a very important development as the new drug works on stopping the spread of cancer and has little or no side effects unlike chemotherapy. It is my hope that people will live with cancer without lowering their quality of life.

We are walking together for one aim against cancer. I thank you from the bottom of my heart for your continued support and wish you all a healthy and happy life.

Professor Mustafa Camgöz
Chairman, KAV

KAV'a bağışlarınız için:
Asbank 14-304-9217

5TL bağış için 5228'e boş SMS gönderebilirsiniz
Aylık düzenli bağış için ABONE KAVmiktart (miktar:
10,25,50,75,100) yazıp 4271'e gönderebilirsiniz

For your donations to KAV:
Asbank 14-304-9217

For 5TL donation send an empty SMS to 5228
For monthly donations write ABONE KAVamount
(amount: 10,25,50,75,100) and send to 4271

BİZ KİMİZ?

Kanser Araştırma Vakfı (KAV), Prof. Mustafa Camgöz tarafından 2002 yılında kuruldu. KAV'ın birincil amacı kanser hastalıklarının tanınması ve bu hastalıklardan korunma yöntemleri konusunda halkın bilinçlendirilmesi amacıyla gerek KKTC'de gerekse Imperial College, Londra'da araştırmalar yapılmasına destek olmaktır.



BUGÜNE DEK NELER YAPTIK?

- 7 bilim adamına kanser araştırmalarına katkı koymaları için burs verdik.
- KKTC'deki kanser sorununun nedenlerini belirlemek amacıyla özellikle tarım yapılan topraklarda kanserojen ağır metal kirliliğini inceledik.
- Bu amaçla 2013 yılında £10,000 değerindeki Ömer Anıl bursu ile bir araştırmacıyı toprak ve su analizlerini gerçekleştirmesi için destekledik ve bu çalışmayı doktora tezi kapsamında su ve insanlarda incelenmesi için genişlettik.
- Kanserle ilgili hazırlamış olduğumuz belgesel CD'sini 25.000 öğrenciye ulaştırarak farkındalık derecesini ölçtüğümüz bir AB projesi tamamladık.
- KKTC'de 1990-2004 yılları arasında görülen kanser vakalarının istatistiksel incelemesini gerçekleştirip bilimsel bir dergide yayınladık.

WHO ARE WE?

The Cancer Research Foundation (KAV) was founded by Prof. Mustafa Camgoz in 2002. The primary objective of KAV is to raise awareness of Cancer and prevention methods.

It is well known that we are what we eat and with this in mind we are funding a large scale international standard soil and water analysis in North Cyprus.

WHAT WE HAVE DONE SO FAR?

- Provided scholarships for 7 scientists to carry out research.
- Conducted a soil analysis in North Cyprus, to determine carcinogenic and heavy metal pollution in the soil.
- In 2013, we founded the Omer Anil Scholarship, worth £10,000, to perform soil and water analyses. Later, based upon these findings, we have extended the scholarship to a 3-year PhD studentship.
- We have published and distributed a documentary CD to 25,000 students as part of an EU project to raise public awareness.
- A statistical analysis of cancer incidence in North Cyprus between 1990 – 2004 was carried out and this was published in a scientific journal.

**MAUREEN
HUTCHINSON VE TÜM
KANŞER SAVAŞINI
KAYBEDENLERİ
ANIYORUZ**

**REMEMBERING
MAUREEN HUTCHINSON
AND ALL THOSE WHO
LOST THE CANCER
BATTLE**

Lemar BURADA
MUTLULUK
VAR


atlasglobal

KKTC'DE TOPRAK VE SU ANALİZİ

Bir yıl boyunca beş farklı bölgeden toplanan toprak ve su numuneleri üzerinde başta arsenik olmak üzere ağır metal kirliliğini tespit etmek üzere çeşitli deneyler yapılmıştır. Bu yıl, bu proje biraz daha geliştirilip, doktora projesine dönüştürülmüştür. 3 yıl sürmesi planlanan bu proje ile, sadece toprak ve su değil aynı zamanda etki alanında yer alan bitki, hayvan ve insanlar da araştırılacaktır. Bölgelere karar verildikten sonra, harita eşit aralıklardaki gridlere ayrılıp, numune alınacak yerler tespit edilecektir. Bu bölgelerden nüfus ve yerleşim yerlerinin büyüklüğü dikkate alınarak çeşitli sayıda toprak, su ve bu bölgede yetiştirilen

sebze ve hayvan ürünleri toplanacaktır. Arsenik, besin döngüsü yoluyla topraktan bitkiye, bitkiden insana veya hayvana kolaylıkla geçebilmektedir. Belirlenen bölgelerden toplanacak bitki ve hayvan ürünleriyle bu geçişin ne kadar sağlandığı tespit edilmeye çalışılacaktır. Bu geçiş esnasında arsenik bir miktar elimine olsa da, uzun vadede insan vücudunda ciddi birikimlere sebep olabilmekte ve kanser başta olmak üzere çeşitli hastalıklara yol açmaktadır. Ek olarak toprak ve su doğal organik yapısı, pH değeri, iletkenliği ve benzer parametreler saptanacak ve bu parametrelerle, metal geçişi arasında bağlantı kurulmaya çalışılacaktır.

Saç ve tırnak insan vücudunun bu zararlı metallerle maruz kalıp kalmadığını gösteren en önemli biyolojik göstergelerdir. Kirliliğin tespit edildiği bölgelerde yaşayan insanlardan toplanan saç ve tırnak örnekleri üzerinde yapılacak testlerle, insanların bu zehirli metale maruz kalıp kalmadıkları ortaya konulacaktır.

Bu projenin gerçekleşmesinde önemli yere sahip gönüllüler, siz destek veren halkımız ve bize her türlü laboratuvar ve araştırma imkanını sunan Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi'ne teşekkür ederiz.

Beste Arslan

KAV Ömer Anıl Bursiyeri
Doktora öğrencisi, Çevre Mühendisliği
Mühendislik Fakültesi
Araştırma Görevlisi, Biyoteknoloji
Araştırma Merkezi
Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

SOIL AND WATER ANALYSIS IN TRNC

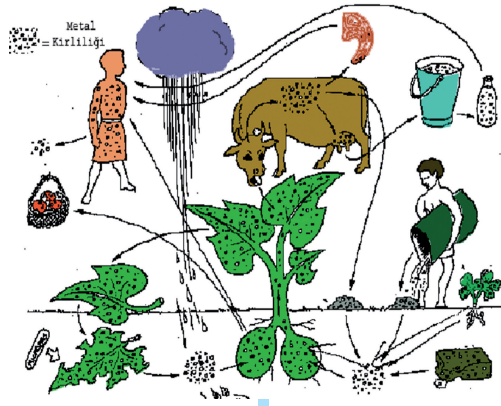
Soil and water samples collected from 5 different regions of North Cyprus over a year has been tested mainly for arsenic and heavy metal pollution content. This year, the project has been developed into a doctoral study which is planned to last about 3 years where plants, animals and humans will also be part of the research focus. After deciding which regions will be part of the research, the map will be divided into equal distance grids in order to determine the spots where samples will be collected.

Considering the population and the size of settlements, a number of soil, water, plant and animal products from the region will be collected. Arsenic can easily be passed onto plants from soil via nutrient cycles and can be transferred from plants to humans and animals. Our aim is to analyse, the amount of arsenic that has passed onto plants, humans and animals via samples collected from chosen regions. Although, the amount of arsenic is eliminated to a certain extent during this transfer, its long term accumulation in the human body can lead to cancer and several other conditions. At the same time, the natural biologic structure of soil and water, Ph value, conductivity and similar parameters will be evaluated and the relationship between these parameters and metal transition will be analysed. Hair and nails are important biological indicators which can show whether human body has been subject to these dangerous metals. Hair and nail samples collected from individuals who live in areas where pollution has been spotted will be tested to find out whether individuals have been subject to this poisonous metal.

Finally, we would like to thank our volunteers who have made a major contribution to carry out this project, for general public support and to International Cyprus University for providing us with the laboratory and research facilities required for the study.

Beste Arslan

KAV Omer Anil Scholarship awardee
Phd Student in Environmental Engineering
Faculty of Engineering
Research Asst. in Biotechnology
Research Center (BRC)
Cyprus International University



DİKKAT
GEÇMEYEN BİR YARA
KİTLE
SEBEPSİZ KİLO VERME
SİZİN İÇİN NORMAL SAYILMAYAN
HERHANGİ BİR DEĞİŞİKLİK,
GEÇMEYEN BİR ÖKSÜRÜK

**BİR
DOKTORA
DANIŞIN**

**CONSULT
A DOCTOR**

ATTENTION
A SCAR THAT WILL NOT HEAL
UNEXPLAINED WEIGHT LOSS
A LUMP THAT DOES NOT GO AWAY
ANY CHANGE THAT IS NOT NORMAL
FOR YOU
PERSISTANT COUGH

**SAĞLIKLI
YAŞAM
NASIL OLUR?**

KİLO VER
HAREKET ET
SİGARAYI KES VEYA AZALT
STRESS İLE BAŞ ETMEYİ ÖĞREN
KENDİNİ TANI
GÜNDE EN AZ BEŞ AYRI RENK MEYVE
VE SEBZE TÜKET
SÜT ÜRÜNLERİNDEN UZAK DUR
TUZU AZALT
ALKOLU AZALT

LOSE WEIGHT
STOP SMOKING OR REDUCE
KNOW YOUR BODY
CONSUME AT LEAST FIVE DIFFERENT
COLOUR FRUIT AND VEGETABLES DAILY
STAY AWAY FROM DAIRY
MINIMISE SALT
MINIMISE ALCOHOL
LEARN TO COPE WITH STRESS
EXERCISE

**HEALTHY
LIVING
TIPS**

BUGÜN
KENDİM
İÇİN NE
YAPTIM?

BENİ MUTLU
EDEN
NEDİR?

KENDİMİ
DİNLEDİM
Mİ?

HİSLERİMİ
KENDİMİ İFADE
ETTİM Mİ?

KENDİMİ
SEVİYOR
DEĞER
VERİYORUM

WHAT DID
I DO FOR
MYSELF
TODAY?

WHAT
MAKES
ME HAPPY?

DID I LISTEN
TO
MYSELF?

DID I EXPRESS
MYSELF AND
MY FEELINGS?

I LOVE AND
APPRECIATE
MYSELF

focus *Pest Control* **HAŞERE İLACI VE İLAÇLAMA**
0392 444 0327

Her Türlü Haşere Probleminizde
% 100 Garantili Çözümler!

JOTUN Evinizi Boyasın...

0392 444 0 246 0533 861 90 10

TUNALI
İNŞAAT

ATANER
DANIŞMANLIK
EDUCATION & BUSINESS CONSULTANCY
"Powered success for a brilliant future"

Adres: 40. Kemal Şemiler Caddesi, Metehan - Lefkoşa - Tel: 0548 835 5888
www.atanerdanismanlik.com - ahmet.ataner@gmail.com f atanerdanismanlik

INTERNATIONAL EDUCATION, CAREER, BUSINESS & INVESTMENT CONSULTANCY

ULUSLARARASI
EDİTİM
VE KARIYER

60
DİLDE
CEVAPLI

YÖNETİM & YATIRIM
GELİŞTİRME

Web Sitesi &
SEO Hizmetleri

Virane
Çorba
Restaurant

Damak zevkinizin yeni adresi

0392 223 49 80-0392 223 55 02
0533 849 51 31

Pazartesi-Perşembe 17:00-03:00
Cuma-Cumartesi 17:00-04:30

Şaziye Hacı Maltızlar Sk. No: 2/1
Kermiya/Ortaköy LEFKOŞA

AŞAN LTD.

KM KIBRIS
manşet
hayata habersiz kalma

ENGLISH HOUSE
by Önder Fahiioğlu

Uçak Bileti
Otel Rezervasyonu
Gemi Turları
Anadolu Sigorta
Araç Kiralama
Transfer

CEREMİ TRAVEL
We make it easy...

Lefkoşa Ofis: Kemal Aşık Cad. No. 16 K.Kaymaklı Lefkoşa
Tel: (0392) 227 88 81 Fax: (0392) 227 88 24

Girne Ofis: Karaoğlu Cad. E-48 Girne
Tel: (0392) 822 38 22 Fax: (0392) 822 41 08

Website: www.ceremitravel.com E-mail: info@ceremitravel.com

TOYS FOR BIG BOYS TRD. LTD.

DUCATI

TRIUMPH
FOR THE RIDE

KTM

Küçük Kaymaklı, Lefkoşa
Tel: 0392 22 92112

SELEN **Selen Ofset Ltd.**

"Mükemmeliyetçi Matbaa"

Gazete, kitap, dergi, broşür, makbuz
fatura, etiket, kartvizit ve her türlü
baskı ihtiyacınızda hizmetinizdeyiz.

Cihan Sokak No.5 Haspolat Sanayi Bölgesi, Lefkoşa
Tel: 0533 824 2323 Fax: 0392 227 2612
email: selenofset@hotmail.com

dup
www.dupfitness.com

HALKIN SESİ

Kurucusu: Dr. Fazıl KÜÇÜK (1906-1984) • Kuruluş: 14 Mart 1942 Halkın Sesi ve Halkın Dilidir...

Hep yanınızdayız

DECOREM GROUP
www.decoremgroup.com

GELENEKSELLEŐTİRDİĐİMİZ ETKİNLİKLERİMİZ

OUR ESTABLISHED ACTIVITIES

- 2003'den beri Şubat ayındaki Orkide Yürüşü ve gala gecesi
- 2013'den beri Nisan ayında Parkeoloji Çocuk Etkinliği
- 2013'den beri her mevsim başında düzenlenen Sabah Kahvesi Etkinliği
- 2013'den beri 4 ayda bir çıkan ve ücretsiz 10,000 adet dağıtılan bilgilendirici bülten
- 2014'den beri Ekim ayında Bisiklet etkinliği
- Konserler, tiyatrolar, sergi ve niceleri...

1. Orchids walk and ball organized every February since 2003
2. Parkeology Children's activity organized every April since 2013
3. Morning coffee gathering organised at the beginning of every season since 2013
4. Our informative bulletin is published every 4 months since 2013 and 10,000 copies are distributed free of charge
5. Bicycle tour organised since October 2014
6. Concerts, theatre plays, exhibitions and more



Geleneksel hale gelen Orkide yürüyüşümüz.



Meme kanserine farkındalık amaçlı "kansere karşı yola çık" etkinliğimizin ilkinin gerçekleştirdik.



Her yıl geleneksel olarak gerçekleştirdiğimiz bir diğer etkinlikte parkeoloji



Geleneksel olarak gerçekleştirdiğimiz Sabah Kahvesi Etkinliğimiz

Beslenme ve kanser ilişkisinde farklı bir bakış açısı: Vücut asit seviyeleri

Beslenme ile kanser arasındaki ilişki, son dönemlerde bilim adamlarını oldukça heyecanlandıran bir konu haline gelmiştir. Her geçen gün farklı bir bakış açısıyla ele alınan beslenmenin, hem kansere karşı korunmada, hem hastalığın tedavisinde kullanılan yöntemlerin etkinliğini artırmada, hem de tedavi süresince gelişebilecek yan etkilerin azaltılmasında oldukça önemli olduğu yapılan çalışmalarla gösterilmiştir.

Son dönemde yapılan çalışmalarda, kanser hücrelerinin mikroçevrelerinin (hücre içi ve hücre dışı) sağlıklı hücrelerin mikroçevrelerine göre daha yüksek asit seviyelerine sahip olduğu gösterilmiştir.

Bununla birlikte yayılma eğilimi olan kanser hücrelerinin, asidik ortamlarda daha çok agresifleştiği gözlemlenmiştir. Hayvan modelleri üzerinde yapılan çalışmalar, hücrelerdeki asit seviyelerinin düşürülmesi ile, kanserin yayılması ve tümörün büyümesi engellenebilmektedir. Vücuda alınan besinlerin, vücuttaki asit seviyelerin de değişikliğe neden olduğu bilinmektedir. İşte bu noktada "hangi besinlerle vücuttaki asit seviyelerini düşürebiliriz?" sorusu kanserle baş edebilmemizde oldukça büyük rol oynayacaktır.

Bitkisel kaynaklı besinlerden zengin bir diyet, kanser mikroçevresinin asit seviyelerinde düşüş sağlayacaktır. Güvenli kaynaklardan elde edilecek olan taze sebze ve meyvelerden, tam tahıllı besinlerden, ceviz, badem, fındık gibi yağlı tohumlardan zengin, hayvansal kaynaklı proteinlerden fakir, Akdeniz diyeti özellikleri taşıyan bir beslenme şekli, vücut asit seviyelerinin düşmesini sağlayacaktır.

Unutmayın ki kanserle baş edebilmek ve kanseri yenmek sizin elinizdedir! Yapacağınız bir takım hayat tarzı değişiklikleri güzel yüzünüzü güldürmeye yetecektir.

Sağlık dolu günler...
Sultan Nazif
Beslenme ve Diyet Uzmanı
Wellness Sağlıklı Yaşam ve Diyet Merkezi
info@sultannazif.com

A different perspective on the relationship of nutrition and cancer: the body acid levels

The relationship between nutrition and cancer has become a topic which has become a quite excited topic for the scientists. Nutrition, dealt with a new perspective every day, has been shown in studies to be important for protection against cancer, enhancing the efficiency of the methods used to treat the disease and to reduce the side effects that may develop during treatment.

In recent studies, the microenvironment of cancer cells (intracellular and extracellular) has been shown to have higher acid levels compared to that of healthy cells. Cancer cells that tend to spread have been observed to act more aggressively in acidic environments. Studies on animal models have shown that proliferation of cancer and tumour growth can be hindered by reducing the acid levels in the cells.

The food taken into the body is known to cause a change in the acid levels. At this point, the question of "which type of food can reduce acid levels in the body?" plays a big role in how one can cope with cancer. A diet rich with plants will enable a decline in the acid level of the cancer microenvironment.

Fresh vegetables and fruits obtained from safe sources, whole grains, walnuts, almonds, hazelnuts, and less animal proteins i.e. a diet that will meet the specifications of a Mediterranean diet, will ensure the lowering of the body acid level.

Please note that to cope with and beat cancer is in your hands! A number of lifestyle changes that you will take, will be enough to put a smile on your beautiful face.

Wishing days full of health
Sultan Nazif
Diet and Nutrition Specialist
Wellness Healthy Life and Diet Centre
info@sultannazif.com



BigiBox
Doğa Dostu
0542 853 83 22

PLAY
FM
102.9 • 107.2

ÖZERLAT
Turkish
Coffee
Since 1982

Hayatta yalnız bırakmayız

Telsim

Vodafone Grup Şirketi



Dur! O Daha Çocuk
Çocuk İhlal ve İstismarı
Konusunda Anne-Baba ve
Eğitimciler İçin Seminerler

