

Türkiye Klinikleri

FİZİKSEL TIP VE REHABİLİTASYON

ÖZEL KONULAR

Physical Medicine Rehabilitation

SPECIAL TOPICS

ZİHİN BEDEN TIBBI

MIND BODY MEDICINE

İÇİNDEKİLER CONTENTS

Ön Söz - Preface

Ülkü Nesrin DEMİRSOY

Özden ÖZYEMİŞÇİ TAŞKIRAN

I. Zihin Beden Tıbbı ve Temel Kavramlar

I. Mind Body Medicine and Basic Concepts

- 1 **Stres ve Psikonöroimmünoloji**
Stress and Psychoneuroimmunology
Derya YILDIRIM, Şeminur HAZNEDAROĞLU
- 6 **Meditasyonun Beyindeki Etkileri (Plastisite)**
Effects of Meditation on the Brain (Plasticity)
Sevin BALKAN
- 11 **Zihin Beden Tıbbı ve Genetik/Epigenetik**
Mind Body Medicine and Genetics/Epigenetics
Haktan Bağış ERDEM, Mehmet Ali ERGÜN

- 15 **Zihin Beden Tıbbı ve Fasya**
Mind Body Medicine and Fascia
Özden ÖZYEMİŞÇİ TAŞKIRAN, Alp ERTUNG

II. Zihin Beden Tıbbı ve Klinik Durumlar

II. Mind Body Medicine and Clinical Conditions

- 21 **Zihin Beden Tıbbı ve Kas-İskelet Sistemi Hastalıkları**
Mind Body Medicine and Musculoskeletal Diseases
Zeynep TURAN
- 28 **Zihin Beden Tıbbı ve İnflamatuar Romatizmal Hastalıklar**
Mind Body Medicine and Inflammatory Rheumatic Diseases
Zafer GÜNENDİ
- 34 **Zihin Beden Tıbbı ve Psikosomatik Hastalıklar**
Mind Body Medicine and Psychosomatic Diseases
Muhammed Hakan AKSU
- 40 **Zihin Beden Tıbbı ve Nörolojik Rehabilitasyon**
Mind Body Medicine and Neurological Rehabilitation
Levent KARATAŞ
- 46 **Zihin Beden Tıbbı ve Kardiyak Rehabilitasyon**
Mind Body Medicine and Cardiac Rehabilitation
Ülkü Nesrin DEMİRSOY

III. Zihin Beden Tıbbı Teknikleri

III. Mind Body Techniques

- 53 **Bilinçli Farkındalık Meditasyonu**
Mindfulness Meditation
Levent KARATAŞ
- 60 **Yoga**
Yoga
Ayşe MUDUN
- 71 **Tai Chi**
Tai Chi
Ayça UTKAN KARASU

- 77 **Çigong**
Qigong
Ayşe Resa AYDIN
- 85 **Pilates**
Pilates
Işık AKGÖL, Elif AYDIN
- 90 **Hipnoz**
Hypnosis
Dilek ÖZCENGİZ
- 94 **Nefes Terapisi**
Breathing Therapy
Neşe ÖZGİRGİN
- 99 **Motor İmgeleme**
Motor Imagery
Esin BENLİ KÜÇÜK
- 105 **Bilişsel Davranışçı Terapi**
Cognitive Behavioral Therapy
Ashhan DÖNMEZ
- 110 **Terapötik Dokunma**
Therapeutic Touch
Dilek EKER BÜYÜKŞİRECI
- 113 **Müzik ve Sanat**
Music and Art
İrem EKMEKÇİ ERTEK