

Ramazan Rahmettir.

Ramazan-ı Şerifimiz mübarek olsun.

BENİM
ŞEHİRİM

KONYA
BÜYÜKŞEHİR
BELEDİYESİ

UĞUR
İBRAHİM
Altay
KONYA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ BAŞKANI

KULESİTE'DE YAP ALIŞVERİŞİ KAZAN MERCEDES'İ

Kulesite'de 19 Temmuz'a Kadar Yapacağınız Her 1.500 TL'lik Alışverişte Bir Çekiliş Hakkı Kazan!

MERCEDES EQA 250+ SENİN OLSUN!

KULESİTE
Alışveriş ve Eğlence Merkezi

Bu kampanya MPI'nin 16.02.2026 tarih ve E-24951361-255.01.02-86025 sayılı izni ile düzenlenmektedir. Ayrıntılı kampanya koşulları için www.kulesite.com adresinden inceleyebilirsiniz.

www.anadoludabugun.com.tr

Mobil
uygulamamızı
indirdiniz mi?



Karekoduz
okutunuz



App Store

Google Play

ANADOLU'DA BUGÜN:

www.anadoludabugun.com.tr

KONYA - KARAMAN - AKSARAY BÖLGE GAZETESİ

17 Mart 2026 . Salı . 10 TL

SAYI:4072



HİZMET
PETROL

Yarım Asırlık
Hizmet Aşkı

Mevlana Civan Üçler Mezarlığı Karşısı
0332 352 22 41

Sahurdan sonra boğaz yanması ve ÖKSÜRÜĞE DİKKAT!

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Yasemin Tüfek Büyükcan, Ramazan ayında sahurdan sonra sık görülen boğaz yanması ve kuru öksürüğün çoğu zaman reflü kaynaklı olabileceğini belirterek sahurdan sonra hemen uyutulmaması gerektiği konusunda uyardı

SAHUR SONRASI ÖKSÜRÜĞÜN NEDENLERİ

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Yasemin Tüfek Büyükcan, sahur sonrası yaşanan şikâyetlerin nedenlerini ve alınması gereken önlemleri Anadolu'da Bugün'e anlattı. Sahurdan sonra başlayan boğaz yanması ve kuru öksürüğün en sık nedenlerinden birinin gastroözofageal reflü olduğunu belirten Büyükcan, mide asidinin yemek borusuna ve boğaza geri kaçmasının özellikle gece saatlerinde şikâyetleri artırdığını söyledi. "Mide içeriğinin yukarı doğru kaçması boğazda yanma, gıcık hissi ve öksürüğe yol açabilir. Bu durum çoğu zaman solunum yolu hastalığı sanılsa da aslında reflü kaynaklı olabilir." diyen Büyükcan, özellikle sahur sonrası yatmanın bu şikâyetleri artırabileceğini ifade etti.

ALINMASI GEREKEN ÖNLEMLER

Göğüs Hastalıkları Uzmanı Yasemin Tüfek Büyükcan, sahurda yağlı, baharatlı ve kızartılmış yiyecekler ile aşırı çay, kahve ve gazlı içeceklerden kaçınmanın reflüyü ve boğaz yanmasını önlemeye yardımcı olduğunu ifade etti. Büyükcan, sahurdan sonra hemen yatmak, en az 1-2 saat dik pozisyonunda kalmak ve dengeli şekilde su tüketmenin şikâyetleri azaltabileceğini belirtti. Ayrıca, öksürük ve boğaz yanması uzun sürerse veya nefes darlığı gibi ek belirtiler görülürse mutlaka doktora başvurulması gerektiğini hatırlattı. »3'TE



Selçuklu Sanat Akademisi'nin ilahi konseri gönülleri fethetti

Selçuklu Belediyesi Sanat Akademisi, Ramazan ayı kapsamında düzenlenen "Gönülden İlahiler Konseri" ile vatandaşlara tasavvuf müziği eşliğinde unutulmaz ve manevi bir akşam yaşattı. »4'TE



Konya'da organik ve verimli tarım dönemi hayata geçiyor

»sayfa 5'te



ÖZEL
HABER
Evren Atıcı

» Konya'da Ramazan Bayramı alışverişi yoğunluğu başladı 5



Başkan Altay'dan dar gelirli ailelere müjde!

Konya Büyükşehir Belediyesi, dar gelirli ve yeni bebek sahibi ailelere 12 ay boyunca aylık 2 bin lira maddi destek ve temel ihtiyaç malzemeleri sağlayacak kapsamlı bir sosyal destek programı başlattı. »5'TE



Konya'da Afet Haberciliği projesi uluslararası katılımı tamamlandı

Selçuk Üniversitesi öncülüğünde, RTÜK ve uluslararası üniversitelerin iş birliğiyle yürütülen "Afet Haberciliği" projesi, kriz iletişimi ve etik habercilik konularında eğitimler, dijital içerikler ve rehberler hazırlayarak başarıyla tamamlandı. »3'TE



KTO Karatay'da vatan sevgisi ve fedakârlık sergide buluştu

KTO Karatay Üniversitesi İletişim ve Tasarım Bölümü, 18 Mart Çanakkale Zaferi ve Şehitleri Anma Günü kapsamında öğrencilerin hazırladığı tasarımlarla Çanakkale ruhunu, fedakârlık ve vatan sevgisini yansıtan özel bir sergi açtı. »4'TE



Karatay'da binlerce minik bayram coşkusunu yaşadı

Karatay Belediyesi Gençlik Meclisi, Ramazan Bayramı öncesinde bin 200 öksüz ve yetim çocuğa kendi bayramlık kıyafetlerini seçme imkânı sunarak bayram sevincine ortak oldu. »3'TE



Konya Gazeteciler Cemiyeti heyetinden Bakan Çiftçi'ye "Hayırlı olsun" ziyareti

Konya Gazeteciler Cemiyeti heyeti, İçişleri Bakanlığı'na atanan Konyalı hemşerileri Mustafa Çiftçi'yi makamında ziyaret ederek tebrik ve başarı dileklerini iletti. Görüşmede Konya basını ve şehir gündemi üzerine değerlendirmeler yapılırken, heyet Bakan Çiftçi'ye misafirperverliği için teşekkür etti. »3'TE

**KONYA
BENİM
İKİNCİ
EVİM**

Tümosan Konyaspor'un Sloven golcüsü Blaz Kramer, Konya'da kendini özel hissettiğini ve ailesi ile birlikte çok mutlu olduğunu kaydederek, "Konya'yı ikinci evim olarak görüyorum" dedi. »SAYFA 8'DE



Gazetemize abone olan herkese

Kur'an-ı Kerim HEDİYE

ABONELİK HATTI!
0501 724 78 88

www.anadoludabugun.com.tr