

## Öğr. Gör. ELİF ŞAHİN

### Kişisel Bilgiler

İş Telefonu: [+90 0464 344 2045](tel:+9004643442045) Dahili: 2027

E-posta: [elif.sahin@erdogan.edu.tr](mailto:elif.sahin@erdogan.edu.tr)

Web: <https://avesis.erdogan.edu.tr/elif.sahin>

### Eğitim Bilgileri

Doktora, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kardiyopulmoner Rehabilitasyon, Türkiye 2016 - Devam Ediyor

Yüksek Lisans, Karadeniz Teknik Üniversitesi, -, Fizyoloji, Türkiye 2014 - 2016

Lisans, Hacettepe Üniversitesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Fakültesi, Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Bölümü, Türkiye 2005 - 2010

### Yabancı Diller

İngilizce, C1 İleri

### Sertifika, Kurs ve Eğitimler

Sağlık ve Tıp, Craniosacral osteopati, Osteopathie Schule Deutschland (OSD).Torstein LIEM, 2018

Sağlık ve Tıp, NONİNVAZİV MEKANİK VENTİLASYON, TÜRK TORAKS DERNEĞİ, 2017

Sağlık ve Tıp, RESPIRATORY ASSESSMENT AND MONİTORİNG İN THE CRİTİCİALLY İLL, EUROPEAN RESPIRATORY SOCIETY, 2017

Sağlık ve Tıp, İNVAZİV MEKANİK VENTİLASYON KURSU, TÜRK TORAKS DERNEĞİ, 2016

Sağlık ve Tıp, KOMPLEKS BOŞALTICI FİZYOTERAPİ, ACADEMY OF LYMPHATIC STUDİES, İSTANBUL, 2016

Sağlık ve Tıp, İLK YARDIMCI SERTİFİKASI, TÜRK KIZILAYI, 2016

Sağlık ve Tıp, KRANİOSAKRAL TERAPİ, UPLEDGER ENSTİTÜ-İSTANBUL, 2015

Sağlık ve Tıp, Serebral Palside Muayene ve Tedavi Sempozyumu, Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Derneği, 2015

Eğitim Yönetimi ve Planlama, Sağlık Bilimleri Alanında Proje Hazırlama Eğitimi, TÜBİTAK, Trabzon, 2015

Sağlık ve Tıp, West Acupuncture, AC-OMT OSTEOPATHİC MANUEL THERAPY, İstanbul, 2014

Sağlık ve Tıp, CUPPING AND HİRUDOTHERAPY, Dura osteopati derneği, İSTANBUL, 2014

Sağlık ve Tıp, Kineziyotaping, Kinesiotaping Association International, 2012

Sağlık ve Tıp, KAS İSKELET SİSTEMİ PROBLEMLERİNDE RADYOLOJİK GÖRÜNTÜLEME EĞİTİMİ, İSTANBUL, 2012

Sağlık ve Tıp, Fonksiyonel Osteopati, Dura Osteopati Derneği, 2010

Sağlık ve Tıp, Protez ve Ortezde Güncel Yaklaşımlar, Hacettepe Üniversitesi, 2010

### Araştırma Alanları

Sağlık Bilimleri, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon

## Akademik Unvanlar / Görevler

Öğretim Görevlisi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Güneysu Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, 2015 - Devam Ediyor

## Akademik İdari Deneyim

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, 2017 - Devam Ediyor

## SCI, SSCI ve AHCI İndekslerine Giren Dergilerde Yayınlanan Makaleler

- I. Acute effects of blood flow restricted aerobic exercise in type 2 diabetes mellitus**  
ŞAHİN E., Ayaz T., SAĞLAM M.  
Medicine (United States), cilt.103, sa.31, 2024 (SCI-Expanded)
- II. Effect of Progressive Resistance Exercise, Targeting Muscles with High Type 1 Fiber, on Aerobic Capacity of Young Sedentary Individuals**  
Sahini E., AYAR A.  
ACTA PHYSIOLOGICA, cilt.221, ss.146-148, 2017 (SCI-Expanded)

## Diğer Dergilerde Yayınlanan Makaleler

- I. KRONİK AKCİĞER HASTALIKLARINDA KAN AKIMI KISITLAMALI EGZERSİZ**  
Şahin E., Sağlam M.  
Türkiye Klinikleri Özel Konular, sa.2023, ss.41-48, 2023 (Hakemli Dergi)

## Kitap & Kitap Bölümleri

- I. Tip 2 diyabetes mellitus**  
Şahin E., Sağlam M.  
Fizyoterapi ve Rehabilitasyonda Olgu Çözümlemeleri, Prof. Dr. Kılıçhan Bayar, Editör, Hipokrat yayıncılık, Ankara, ss.899-907, 2023
- II. Tip 2 Diyabet & Spor**  
ŞAHİN E.  
Sporun Kavramsal Temelleri 5 -Spor & Sağlık, Gökmen Özen , Tamer Civil, Editör, Efeakademi, ss.217-246, 2020

## Hakemli Kongre / Sempozyum Bildiri Kitaplarında Yer Alan Yayınlar

- I. Tip 2 Diyabetes Mellitus hastalarında kan akımı kısıtlamalı egzersiz eğitiminin etkisi**  
Şahin E., Ayaz T., Avcı U., Sağlam M.  
9. ULUSAL FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON KONGRESİ , Denizli, Türkiye, 26 - 28 Ekim 2023, cilt.34, ss.70
- II. COVID -19 Geçirmiş Kadın ve Erkek Bireylerde Egzersiz Testine Verilen Cevapların Karşılaştırılması**  
Şahin E., Şahin Ü., Özçelik N., Yıldırım M., Sağlam M.  
Türk Toraks Derneği 25. Yıllık Kongresi, Antalya, Türkiye, 24 - 28 Mayıs 2022, ss.309-310
- III. Effects of Progressive Resistance Training Targeting Muscles Rich in Type One Fibers on Ventilatory Efficiency**  
ŞAHİN E., AYAR A.

Physiology 2019, Aberdeen, Birleşik Krallık, 8 - 10 Haziran 2019, ss.1

**IV. Effects of progressive resistance training targeting skeletal muscles rich in type 1 fibers on fat oxidation rate in young sedentary individuals**

ŞAHİN E., AYAR A.

Europhysiology 2018, Londrina, Brezilya, 14 - 16 Eylül 2018, cilt.1, ss.369

**V. Comparison of the effect of progressive resistance exercises, targeting type 1 fiber weighted muscles, and walking exercises on heart rate recovery in young sedentary individuals**

ŞAHİN E., AYAR A.

33. Turkish Cardiology Congress With International Participation, Antalya, Türkiye, 5 - 08 Ekim 2017, cilt.18, ss.1-109

**VI. Effect of Progressive Resistance Exercise, Targeting Muscles with High Type 1 Fiber, on Aerobic Capacity of Young Sedentary Individuals**

ŞAHİN E., AYAR A.

FEPS 2017-Joint Meeting of the Federation of European Physiological Societies and the Austrian Physiological Society with Participation of the Czech, French, Italian, Slovak, Slovenian, Swiss and Turkish Physiological Societies, Viyana, Avusturya, 13 - 15 Eylül 2017, cilt.221, ss.147-148

## **Desteklenen Projeler**

Şahin E., Ayaz T., Sağlam M., TÜBİTAK Projesi, "Tip 2 Diyabetes Mellitus" lu bireylerde Kan Akımı Kısıtlamalı Aerobik Egzersizin Kardiyorespiratuar Uygunluk ve Kan Glukozu Üzerine Etkisinin İncelenmesi, 2021 - 2022

Şahin E., Ayar A., Yükseköğretim Kurumları Destekli Proje, Genç sedanter bireylerde Tip 1 lif oranı yüksek kaslara yönelik yapılan ilerleyici dirençli egzersizin aerobik kapasiteye etkisinin incelenmesi, 2016 - 2016

## **Metrikler**

Yayın: 11

## **Ödüller**

ŞAHİN E., 33. Uluslararası Kardiyoloji Kongresi Günün Poster Ödülü, Türk Kardiyoloji Derneği, Ekim 2017

## **Akademi Dışı Deneyim**

Ticari Kuruluş Özel, İmperial Hastanesi

Ticari Kuruluş Özel, Özel Yıldızlı Güven Hastanesi

Diğer, Alkış Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Kurumu