

Araştırma Makalesi/ Research Article

COVID-19 Hastalarının Yaşadığı Ağrılar İçin Bütünleşik Tıp Kullanımı

Use of Integrated Medicine for Pain Experienced by COVID-19 Patients

Filiz Polat¹  Leyla Delibaş² 

¹Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Osmaniye, TÜRKİYE

²Hasan Kalyoncu Üniversitesi Meslek Yüksekokulu, Diyaliz Bölümü, Gaziantep, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 08/01/2022

Kabul tarihi/ Date of acceptance: 26/05/2022

© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Türkiye, Published online: 17/07/2023

ÖZ

Amaç: Bu çalışmada amaç, COVID-19 hastalarının yaşadıkları ağrılarla baş etmek için kullandıkları bütünleşik tıp yöntemlerini ve bu yöntemlerin ağrı üzerine etkisini belirlemektir.

Yöntem: Tanımlayıcı tipteki araştırma olası olmayan örnekleme yöntemlerinden kartopu örnekleme yöntemi kullanılarak 13 Aralık 2021-23 Aralık 2021 tarihleri arasında 312 COVID-19 hastası ile yürütüldü. Veriler, Kişisel Bilgi Formu ve Vizuel Analog Skala kullanılarak toplandı. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistikler (yüzde, frekans, ortalama, standart sapma, minimum, maksimum) ve bağımsız gruplarda t testi kullanıldı. Sonuçlar $p<0.05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular: Hastaların %83.3'ünün baş ağrısı şikâyeti olduğu, %67.3'ünün bütünleşik tıp yöntemlerini iyi geldiği için kullandığı, %69.2'sinin C vitamini desteği aldığı, %60.3'ünün dua/ibadet ettiği, %67.0'sinin sarımsak tükettiği belirlenmiştir. Hastalar bütünleşik tıp yöntemi kullandıktan sonraki ağrı düzeylerinde azalma olduğu belirtmiş ve her iki ağrı seviyesi arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: COVID-19 hastalarının hastalık sürecinde kullandıkları bütünleşik tıp yöntemlerinin ağrılarını azalttığı belirlendi.

Anahtar Kelimeler: Ağrı, bütünleşik tıp, hasta, COVID-19

ABSTRACT

Objective: The aim of this research is to determine the integrated medicine methods used by COVID-19 patients to cope with the pain they experience and the effect of these methods on pain.

Methods: The descriptive study was conducted with 312 COVID-19 patients between 13 December 2021 and 23 December 2021 using the snowball sampling method, one of the improbable sampling methods. Data were collected using Personal Information Form and Visual Analogue Scale. Descriptive statistics (percentage, frequency, mean, standard deviation, minimum, maximum) and t-test for independent groups were used to evaluate the data. The results were evaluated the significance level was $p<0.05$.

Results: It was determined that 83.3% of the patients complained of headache, 67.3% of them used integrated medicine methods because it made them feel better, 69.2% of them took vitamin C Supplement, 60.3% of them prayed/worshiped, and 67.0% of them consumed garlic. The patients stated that their pain levels decreased after using the integrated medicine method, and the difference between the two pain levels was found to be statistically significant ($p<0.05$).

Conclusion: It was determined that the integrated medicine methods used by COVID-19 patients during the disease process reduced their pain.

Keywords: Pain, integrated medicine, patient, COVID-19

ORCID IDs of the authors: FP: 0000-0001-8326-9504; LD: 0000-0002-9529-5459

Sorumlu yazar/Corresponding author: Dr. Öğr. Üyesi Filiz Polat

Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Osmaniye, TÜRKİYE

e-posta/e-mail: filizmermer@yahoo.com

Atf/Citation: Polat F, Delibaş L. (2023). COVID-19 hastalarının yaşadığı ağrılar için bütünleşik tıp kullanımı. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi. 6(1), 65-74. DOI:10.38108/ouhcd.1054552



Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Giriş

Coronavirüs hastalığı (COVID-19), hayatı tehdit eden, küresel halk sağlığı sorunu olarak kabul edilen şiddetli akut solunum sendromu koronavirüs 2'nin (SARS-CoV-2) neden olduğu bir hastalıktır (Mirzaie ve ark., 2020). COVID-19'un neden olduğu hastalıkta; yüksek ateş, öksürük, dispne, halsizlik, balgam üretimi, hemoptizi, ishal, lenfopeni gibi belirtilerin yanı sıra hastaların çoğunda baş ağrısı, sırt, bel, kalça, karın, göğüs, kas ve eklem ağrılarında tüm vücut ağrılarında kadar değişen ağrı şikayetleri mevcuttur (Alkan ve Dindar, 2020; Dikmen ve ark., 2020; Göksu ve Kumcağız, 2020; Yıldız ve Babaoğlu, 2020; Kam ve Dowdall, 2021; Siso-Almiral ve ark., 2021). Ağrı, COVID-19 hastalarında yaygın görülen ancak sıklıkla göz ardı edilen bir semptomdur (Sir, 2021). Ağrı yönetimi, hastanelere ve tıbbi kaynaklara erişimin azalması nedeniyle COVID-19 salgını sırasında oldukça önemli bir hal almıştır (Wang ve ark., 2020a).

COVID-19 tedavisi için birçok tedavi protokolü yayınlanmış olmasına rağmen, ağrı yönetimiyle ilgili herhangi bir tedavi önerisi sunulmamıştır. Bunların en kapsamlılarından olan National Institute for Health and Care Excellence rehberinde dahi ağrı şikâyeti ve yönetimi hakkında herhangi bir tedavi önerisi yer almamıştır (Sir, 2021). Günümüzde COVID-19 küresel salgını insanların ve toplumların hayatlarını etkisi altına aldığı için geleneksel ve tamamlayıcı tedaviler olarak nitelendirilen uygulamalara, bu süreçte oldukça ilgi gösterilmektedir (Kaplan, 2020; Işık ve Can, 2021).

Bütünleşik tıp; tamamlayıcı veya alternatif tedavilerin konvansiyonel sağlık bakımına aktarılması anlamına gelen bir yaklaşımdır. Bütünleşik tıp, geleneksel ve alternatif tıp/tamamlayıcı tıp kavramlarını kapsayan yeni bir terimdir (Akkuzu ve ark., 2018). Tamamlayıcı ve alternatif tedaviler mevcut sağlık sisteminin dışındaki tüm sağlık uygulamalarını, yöntemlerini, değerlerini ve inançlarını içeren çok yönlü bir alandır (Wang ve ark., 2020b). Tamamlayıcı ve alternatif tedaviler kapsamlı ağrı tedavisinde güvenli ve etkili bileşenlerdir, tek başına veya ilaç tedavisiyle kombinasyon halinde kullanılabilir (Tick ve ark., 2018). Ağrı kontrolünde kullanılan tamamlayıcı alternatif tedavi yöntemleri; soğuk-sıcak uygulamalar, bitkisel tedavi, masaj, dua etme, müzik terapi, aromaterapi, akupunktur, refleksoloji, meditasyon, egzersiz, terapötik diyetler, akupresür, terapötik dokunma, beslenme biyoterapisi, rehberli imgeleme, gevşeme egzersizleri, biofeedback, mega

vitamin, dikkati başka yöne çekme vb. girişimlerdir (Kavurmacı ve ark., 2018; Bayındır ve Çürük, 2015).

Modern tıbbın henüz çare bulamadığı bu hastalıkta tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de insanların "alternatif" yöntemler aradığı ve başvurduğu bir dönem yaşanmaktadır. Dolayısıyla salgın sürecinde "geleneksel" tedavi ve sağlığı korumaya ilişkin bilgi ve uygulamalar daha fazla araştırılmakta, elde edilen bilgiler ve pratikler önem kazanmaktadır (Kaplan, 2020). Ülkelerin çoğunda COVID-19'un önlenmesi veya tedavisinde bir seçenek olarak tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemleri tek başına kullanılmaktadır. Çin, Hint ve İran geleneksel tıbbı, COVID-19 dahil hastalıkların önlenmesi, tedavisi ve rehabilitasyonu için bazı şifalı otlar önermektedir (Mirzaie ve ark., 2020). Çin COVID-19'da geleneksel Çin tıbbı ile girişimsel tedavilerde önemli klinik etkiler elde etmiştir (Huang ve ark., 2020). Ni ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, COVID-19 tedavisi için diğer tedavilerle birlikte bitkisel ilaç kullanılmış ve yan etkiler olmaksızın semptomlarda iyileşme olduğu görülmüştür (Ni ve ark., 2020). Liu ve ark. akupunktur ve kataplazma uygulamalarının COVID-19'da olumlu etki yaptığını belirtmiştir (Liu ve ark. 2020).

Günümüzde uygulanan destekleyici tedavi seçeneklerinden olumlu sonuçlar elde edildiği için, yüksek riskli popülasyonlarda COVID-19'un önlenmek için bitkisel ajanların alternatif olarak kullanılabilmesi bildirilmiştir (Yıldız ve Babaoğlu, 2020). Salgın sürecinde insanlar, COVID-19'un tam anlamıyla tedavisinin bulunamamasından dolayı hastalıktan korunmak veya semptomlarla baş etmek için bütünleşik tıp yöntemlerine başvurmaktadır. Ulusal literatürde COVID-19'un neden olduğu hastalıkta sadece ağrıyla baş etmek için kullanılan bütünleşik tıp yöntemleri konusunda yapılan herhangi bir araştırmaya rastlanmadığı için bu çalışmanın yapılmasına gereksinim duyulmuştur. Bu nedenle bu araştırmada amaç; COVID-19 hastalarının ağrılılarıyla baş etmek için kullandıkları bütünleşik tıp yöntemlerini ve bu yöntemlerin ağrı üzerine etkisini belirlemektir.

Araştırma soruları:

1. COVID-19 hastalarının ağrıya yönelik kullandıkları yöntemler nelerdir?
2. COVID-19 hastalarının bütünleşik tıp yöntemlerini kullanma öncesi ve sonrası ağrı seviyeleri ne düzeydedir?

Yöntem**Çalışmanın Tipi, Evren ve Örneklemi**

Tanımlayıcı tipteki araştırmanın evrenini Türkiye’de 13 Aralık-23 Aralık 2021 tarihleri arasındaki COVID-19 günlük toplam vaka sayısı olan 185.950 birey, örneklemini ise; örneklem hesaplamasına göre %90 güven aralığında %5 hata oranı ile 271 birey oluşturdu. Araştırmada daha fazla bireye ulaşmayı hedeflediğimiz için çalışmaya dahil etme kriterlerini karşılayan 312 COVID-19 hastası örnekleme dahil edildi. Araştırmada olasılıksız örnekleme yöntemlerinden kartopu örnekleme yöntemi kullanıldı.

Dahil etme kriterleri

- 18 yaş ve üzeri olup, en az ilköğretim mezunu ve sosyal medya kullanan,
- COVID-19’a bağlı hastalığın aktif döneminde olan ve ağrı semptomu bulunan,
- Bütünleşik tıp yöntemi kullanan,
- Araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireyler çalışmaya dahil edildi.

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verilerini toplamak için araştırmacılar tarafından dijital anket formu oluşturuldu. Bu form sosyal medya platformlarında (Whatsapp, twitter, instagram, facebook gibi) paylaşıldı ve ankete cevap veren kişilerin anketi COVID-19 pozitif bireylerle paylaşması istendi. Katılımcılara gönderilen anketin başında araştırmanın amacı, dahil etme kriterleri, araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğuna dair bilgiler yer aldı. Ankete katılımcıların kimlik bilgileri kaydedilmedi. Veri toplama formunun doldurulması yaklaşık 10 dakika sürdü. Bireylerin bütünleşik tıp yöntemleri kullanma öncesi ve sonrası ağrı düzeylerini ölçmek için kullanılan Vizuel Analog Skalası bir kez uygulandı ve tek seferde bireylerin deneyimlerine dayalı olarak hissettikleri ağrı düzeyleri sorgulandı.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın verileri; Kişisel Bilgi Formu ve Vizuel Analog Skala (VAS) kullanılarak toplandı.

Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu iki kısımdan oluşmaktadır. Birinci bölüm; COVID-19 hastalarının sosyo-demografik özellikleri (yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim, gelir düzeyi, çalışma durumu, aile tipi, COVID-19’a bağlı ağrı yaşama durumları) ile ilgili toplam 9 sorudan oluşmaktadır. İkinci bölümde ise; hastaların kullandıkları bütünleşik tıp yöntemleri,

yan etkileri ve bu yöntemler hakkında bilgi alma durumlarını belirlemeye yönelik 7 soru bulunmaktadır.

Vizuel Analog Skala (VAS)

Ağrının şiddetinin ölçülmesinde ve takibinde kullanılan ölçektir (Cline ve ark., 1992). Ağrı gibi sayısal olarak ölçülemeyen değerlerin sayısal hale çevrilmesinde kullanılan ölçeğin bir ucunda ağrısızlık diğer ucunda olabilecek en fazla ağrı şiddetini gösteren 10 cm’lik ölçektir. VAS’a göre genellikle "ağrı yok" 0 puan ve "hayal edilebilecek en kötü ağrı" 10 puan olarak derecelendirilmektedir. Hasta ağrısının şiddetine göre ölçek üzerinde uygun olan sayıyı işaretlemektedir. Ağrı şiddeti için aralıklar; <3 hafif ağrı, 3-6 orta şiddette ağrı, >6 şiddetli ağrı olarak belirtilmiştir. Bu ölçümün diğer tek boyutlu ölçeklere göre daha duyarlı ve güvenilir olduğu belirtilmektedir (Aslan ve ark., 2016; Yeşilyurt ve Faydalı, 2020).

Verilerin Analizi

Veriler SPSS 24.0 istatistik programında değerlendirildi. Kolmogorov-Smirnov testiyle verilerin normal dağılıma uygun olduğu belirlendi. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler (yüzde, frekans, ortalama, standart sapma, minimum, maksimum) ve bağımsız gruplarda t testi kullanıldı. Sonuçlar %90 güven aralığında, anlamlılık p<0.05 düzeyinde değerlendirildi.

Bulgular

Araştırmaya katılan hastaların %75’inin kadın, %59.6’sının evli, %60.3’ünün üniversite mezunu, %82.7’sinin çekirdek aile yapısında olduğu, %68.6’sının gelirinin giderine eşit olduğu, %72.8’inin çalışmadığı, %54.8’sinin günlük ortalama 1-2 litre su içtiği, %59.6’sının 6-9 saat arası uyuduğu, %83.3’ünün baş ağrısı, %77.2’sinin eklem/kas ağrısı, %69.9’unun sırt ağrısı yaşadığı belirlendi (Tablo 1).

Araştırmaya katılan hastaların %35.9’unun bütünleşik tıp yöntemleri ile ilgili bilgileri yakın çevresinden aldığı, %70.5’inin yöntemlerden fayda gördüğü, %93.6’ü bütünleşik tıp yöntemlerinin yan etkisini görmediği, %62.8’i yöntemler hakkında bilgiyi sağlık personelinin aldığı belirlendi. Hastaların %67.3’ü yöntemin kendisine iyi geldiği için, %59’u çok fazla ilaç kullanmak istemediği için, %53.2’si hastalığın kanıtlanmış bir tedavisi olmadığı için bütünleşik tıp yöntemlerini kullandığı belirlendi (Tablo 2).

Tablo 1. Hastaların sosyo-demografik özellikleri (n=312)

	n	%
Cinsiyet		
Kadın	234	75.0
Erkek	78	25.0
Medeni Durum		
Evli	186	59.6
Bekâr	126	40.4
Eğitim Durumu		
Okur-Yazar	32	10.3
Ortaokul	37	11.9
Lise	55	17.6
Üniversite	188	60.3
Aile Tipi		
Çekirdek	258	82.7
Geniş	54	17.3
Gelir Durumu		
Gelir giderden düşük	64	20.5
Gelir gidere eşit	214	68.6
Gelir giderden fazla	34	10.9
Çalışma Durumu		
Çalışıyor	85	27.2
Çalışmıyor	227	72.8
Günlük ortalama ne kadar su içiyorsunuz?		
1 litreden az	59	18.9
1-2 litre arası	171	54.8
3-4 litre	82	26.3
Günlük ortalama kaç saat uyuyorsunuz?		
2-5 saat	27	8.7
6-9 saat	186	59.6
10-13 saat	83	26.6
14 saat ve üzeri	16	5.1
*COVID-19'a bağlı ağrı yaşama durumları		
Baş Ağrısı	260	83.3
Eklem/Kas Ağrısı	241	77.2
Sırt Ağrısı	218	69.9
Göğüs Ağrısı	160	51.3
Karın Ağrısı	99	31.7
Toplam	312	100.0
Yaş Min-Max (18-68)		
$\bar{X} \pm SS$ (28.66±11.4)		

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Tablo 2. Hastaların COVID-19'a bağlı ağrıda bütünleşik tıp yöntemi kullanma durumları (n=312)

	n	%
Bütünleşik tıp yöntemleri ile ilgili bilgileri kimden aldınız?		
Yakın çevrem	112	35.9
Sağlık personeli	99	31.7
Yarar gören hastalar	51	16.3
Medya	50	16.0
Bütünleşik tıp yöntemlerinden fayda gördünüz mü?		
Evet	220	70.5
Hayır	92	29.5
Bütünleşik tıp yöntemlerinin yan etkisi oldu mu?		
Evet	20	6.4
Hayır	292	93.6
Bütünleşik tıp yöntemlerini kullanırken sağlık personeline danıştınız mı?		
Evet	116	37.2
Hayır	196	62.8
Bütünleşik tıp yöntemlerini kullanma sebepleri*		
Bu yöntem bana iyi geldiği için	210	67.3
Çok fazla ilaç kullanmak istemediğim için	184	59.0
Psikolojik olarak rahatlamak için	183	58.7
İlaçların yan etkisinden korunmak için	173	55.4
Hastalığın kanıtlanmış bir tedavisi olmadığı için	166	53.2
Dini sebeplerden	142	45.5

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir.

Araştırmadaki hastaların COVID-19'a bağlı ağrı ile baş etmek için; %69.2'sinin C vitamini desteği aldığı, %60.3'ünün dua veya ibadet ettiği, %58.3'ünün bitkilerle tedavi yöntemlerine

başvurduğu, %36.2'sinin masaj, %33'ünün gevşeme egzersizleri, %29.5'inin sıcak uygulama yaptığı, %26.6'sının müzik dinlediği belirlendi (Tablo 3).

Tablo 3. Hastaların COVID-19'a bağlı ağrı sebebi ile başvurdukları bütünleşik tıp yöntemleri *(n=312)

Başvurulan bütünleşik tıp yöntemleri	Evet		Hayır	
	n	%	n	%
C vitamini (portakal, limon, limonlu çay)	216	69.2	96	30.8
Dua/ibadet etme	188	60.3	124	39.7
Bitkilerle Tedavi	182	58.3	130	41.7
Masaj	113	36.2	199	63.8
Gevşeme Egzersizleri	103	33.0	209	67.0
Sıcak Uygulama	92	29.5	220	70.5
Müzik Terapi	83	26.6	229	73.4
Soğuk Uygulama	34	10.9	278	89.1
Terapötik Dokunma	20	6.4	292	93.6
Yoga ve Meditasyon	16	5.1	296	94.9
Hacamat	11	3.5	301	96.5
Akupunktur	5	1.6	307	98.4
Hipnoz	2	0.6	310	99.4

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler n=312 üzerinden alınmıştır.

Hastaların COVID-19'a bağlı ağrı ile baş etmek için; %67'sinin sarımsak, %50.6'sının ıhlamur, %48.4'ünün sirke, %42.6'sının zencefil, %35.8'inin sumak, %34.6'sının zerdeçal, %34'ünün adaçayı, %24.4'ünün kuşburnu, %22.4'ünün brokoli, %22.1'inin papatya, %17.9'unun karanfil gibi bitkisel yöntemleri kullandığı belirlendi (Tablo 4).

Araştırmaya katılanların bütünleşik tıp yöntemi kullanmadan önceki baş ağrısı seviyelerinin ortalamasının 5.90±2.9, kullandıktan sonraki ağrı seviyelerinin ortalamasının 3.66±2.5 olduğu ve her iki ağrı düzeyi arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlendi (p<0.05). Hastaların bütünleşik tıp yöntemi kullanmadan önceki sırt ağrısı seviyelerinin ortalamasının 5.20±3.4, kullandıktan sonraki ağrı seviyelerinin ortalamasının 3.31±2.8 olduğu ve her iki ağrı düzeyi arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlendi (p<0.05), (Tablo 5).

Araştırmaya katılanların bütünleşik tıp yöntemi kullanmadan önceki eklem/kas ağrısı seviyelerinin ortalamasının 5.74±3.2, kullandıktan sonraki ağrı seviyelerinin ortalamasının 3.46±2.8 olduğu ve her iki ağrı düzeyi arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu (p<0.05) belirlendi. Hastaların bütünleşik tıp yöntemi kullanmadan önceki göğüs ağrısı seviyelerinin ortalamasının 3.82±3.5, kullandıktan sonraki ağrı seviyelerinin ortalamasının 2.42±2.7 olduğu ve her iki ağrı düzeyi arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptandı (p<0.05). Katılımcıların bütünleşik tıp yöntemi kullanmadan önceki karın ağrısı seviyelerinin ortalamasının 2.70±3.2, kullandıktan sonraki ağrı seviyelerinin ortalamasının 1.69±2.4 olduğu ve her iki ağrı düzeyi arasındaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlendi (p<0.05), (Tablo 5).

Tablo 4. Hastaların COVID-19'a bağlı ağrı sebebi ile kullandıkları bitkisel yöntemler *(n=312)

COVID-19'a Bağlı Ağrı İçin Kullanılan Bitkisel Yöntemler	Evet		Hayır	
	n	%	n	%
Sarımsak	209	67.0	103	33.0
Ihlamur	158	50.6	154	49.4
Sirke	151	48.4	161	51.6
Zencefil	133	42.6	179	57.4
Sumak	111	35.8	201	64.4
Zerdeçal	108	34.6	204	65.4
Adaçayı	106	34.0	206	66.0
Kuşburnu	76	24.4	236	75.6
Brokoli	70	22.4	242	77.6
Papatya	69	22.1	243	77.9
Karanfil	56	17.9	256	82.1
Çörek otu/çörek otu yağı	54	17.3	258	82.7
Reyhan	39	12.5	273	87.5
Sarımsaklı süt	31	9.9	281	90.1
Isırgan otu	26	8.3	286	91.7
Anason çayı	24	7.7	288	92.3
Lavanta	16	5.1	296	94.6
Hardal/hardal yağı	13	4.2	299	95.8

*Birden fazla seçenek işaretlenmiştir. Yüzdeler n=312 üzerinden alınmıştır.

Tablo 5. Katılımcıların bütünleşik tıp yöntemlerini kullanma öncesi ve sonrası ağrı seviyeleri (n=312)

	İlk Ağrı Seviyesi	Son Ağrı Seviyesi	t	p
	$\bar{X} \pm SS$	$\bar{X} \pm SS$		
Baş Ağrısı	5.90±2.9	3.66±2.5	16.626	0.000
Eklem/Kas Ağrısı	5.74± 3.2	3.46±2.8	15.771	0.000
Sırt Ağrısı	5.20±3.4	3.31±2.8	13.527	0.000
Göğüs Ağrısı	3.82±3.5	2.42±2.7	11.057	0.000
Karın Ağrısı	2.70±3.2	1.69±2.4	8.414	0.000

t=Bağımsız Gruplarda t Testi, p < 0.05

Tartışma

Günümüzde ağrı kontrolünde kullanılan tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemleri, ağrının ilaçla birlikte veya ilaç dışı uygulamalarla kontrol edilmesidir. Bu yöntemler; hastanın ağrısını olabildiğince gidererek yaşam kalitesini yükseltmek ve analjeziklerin kullanımını azaltmak amacıyla kullanılmaktadır (Çevik ve Taşçı, 2017).

Bu çalışmada COVID-19 hastalarının ağrılarıyla baş etmek için bütünleşik tıp yöntemleri ile ilgili bilgileri yakın çevrelerinden, fayda gören COVID-19 hastalarından, medyadan ve sağlık personelinin aldıkları belirlendi. Sayın ve arkadaşlarının yaşlı bireylerin ağrıya yönelik

kullandıkları tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada da çalışmamıza benzer olarak yaşlı bireylerin bu yöntemler hakkındaki bilgiyi yakın çevrelerinden ve kitle iletişim araçlarından elde ettikleri saptanmıştır (Sayın Kasar ve ark., 2020). Bireylerin tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemleri hakkındaki bilgi kaynakları en fazla yakın arkadaş veya aile, televizyon ve internet, medya gibi kitle iletişim araçlarıdır (Chen ve ark., 2020). Yazılı ve görsel iletişim araçları bu yöntemlerin tanıtılmasına ve kullanımının yaygınlaşmasına katkı sağlamaktadır (Çakmak ve Nural, 2017). İnsanlar bazen şifa

bulmak için ailesinden, yakınlarından, çevresinden ya da sosyal medya aracılığı ile duyduğu tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanmaktadırlar (Kaplan, 2020).

Araştırmaya katılan hastaların çoğu ilaçların yan etkisinden korunmak ve hastalığın kanıtlanmış bir tedavisi olmadığı için bütünleşik tıp yöntemlerini kullandığını belirtmiştir. Hastaların güncel bakım ve tedavi yöntemlerine karşı kuşku duymaları ve yan etkilerinden korkmaları tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanmalarına neden olmaktadır (Çakmak ve Nural, 2017). Bireyler COVID-19'un tedavisinin olmaması, tedavi yaklaşımlarının yan etkilerini azaltmak ve tedaviye uyumu artırmak, uzmanların destek tedavilerini önermeleri ve vücut direncini arttırmak gibi nedenlerle tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanmaktadırlar (Uçar ve ark., 2020; Akbaş ve Akçakaya, 2020).

Araştırmadaki hastaların ağrıya yönelik olarak soğuk/sıcak uygulama, masaj, gevşeme egzersizleri, dua/ibadet etme, yoga, meditasyon, hacamat ve akupunktur gibi bütünleşik tıp yöntemlerini kullandığı belirlendi. Salgın sürecinde COVID-19'a yakalanan kişilerin daha fazla dinî ibadatlere (dua etmek, namaz kılmak, kuran okumak) yönelindikleri görülmüştür (Kalgı, 2021). Birch ve ark., çalışmada akupunkturun uzun dönem COVID-19'un ortak belirtilerinden olan miyaljik ensefalitin ağrı ve kronik baş ağrıları için etkili olduğu belirtilmiştir (Birch ve ark., 2021). Akupunktur veya bitkisel ilaçlar gibi geleneksel tedavileri kullanarak COVID-19'u tedavi etmek, daha fazla pratik bilgiye sahip olmak ve kanıt geliştirmek için akupunktur tedavilerine odaklanmak gerekmektedir (Birch ve ark., 2021). Birch ve ark., akupunkturun etkinliğine ilişkin yaptıkları bibliyometrik analizde; akupunkturun ağrılı ve ağrısız endikasyonda kullanımı ile ilgili olumlu önerilerin olduğu, çoğu kişi tarafından giderek etkili bir tedavi olarak kabul edildiği ve akupunktur uygulamasında yıllara göre artış olduğu belirlenmiştir (Birch ve ark., 2018). COVID-19 hastalığından korunmada, tedavi sürecini yönetmede ve iyileşmede özellikle akupunktur ve fitoterapi gibi geleneksel Çin tıbbi yöntemleri etkin rol oynamaktadır (Kalaycı ve ark., 2020). Akupunktur tedavisi, masaj terapisi yasal düzenlemeye tabi profesyoneller tarafından sağlanan etkili farmakolojik olmayan tedavilerdendir (Tick ve ark., 2018).

Bu araştırmadaki hastaların ağrıyla başetmek için; C vitamini desteği aldığı (portakal, limon, limonlu çay), sarımsak, zencefil, zerdeçal, karanfil,

ballı sıcak su, çörek otu/çörek otu yağı, kuşburnu, adaçayı, ihlamur, sumak, sirke, papatya gibi bitkisel yöntemleri kullandığı belirlenmiştir. Araştırma bulgumuza benzer olarak; Kaplan'ın çalışmada bireylerin salgın sürecinde C vitamini içeren portakal, limon, limonlu çay, sarımsak, zencefil, zerdeçal, sirkeli su ve yeşil çay kullandığı (Kaplan, 2020), Işık ve Can'ın çalışmada da sarımsak, sirkeli su, limon suyu, zerdaçal, çörek otu, zencefil, adaçayı, papatya, karabaş otu, kantaron otu gibi bitkilerin bitkisel tedavi yöntemi olarak kullanıldığı belirtilmiştir (Işık ve Can, 2021).

Araştırmaya katılan hastaların bütünleşik tıp yöntemlerini kullanma öncesi ve sonrası ağrı seviyeleri arasında fark olduğu belirlenmiştir ($p<0.05$). Kas ağrıları ve boğaz ağrısı COVID-19'da görülen belirtilerdir. Yapılan araştırmalarda COVID-19'a karşı etkili olabilecek doğal ürünler, geleneksel Çin ilaçlarını içeren ilaçlar belirlenmiştir. Bu ilaçlardan bazıları klinik çalışmalarda hemen test edilmiş ve COVID-19'a karşı etkili olduğu gösterilmiştir (Mutlu ve ark., 2020). Yapılan retrospektif ve kontrollü klinik araştırmalarda bütünleşik tedavilerin COVID-19 hastalarında baş ağrısı ve diğer hastalık semptomlarını etkili bir şekilde iyileştirdiği bildirilmiştir (Wang ve ark., 2020a, Yao ve ark., 2020; Qu ve ark., 2020). Klinik deneyler, Lianhua Qingwen granüllerinin boğaz ağrısı, vücut ağrısı ve yorgunluk gibi semptomları hafifletmede iyi bir klinik etkiye sahip olduğunu göstermiştir (Zhao ve ark., 2014). Ayrıca, HuoXiang Zhengqi damlatma hapları, diğer semptomların yanı sıra kas ağrısı ve yorgunluğun tedavisinde de önemli bir rol oynamaktadır (Han, 2016). Xiao ve arkadaşlarının COVID-19 tedavisinde kullandıkları geleneksel Çin tıbbına ait Lianhua Qingwen granülleri ve Huoxiang Zhengqi damlatma haplarının uzuv ağrıların tedavisinde faydalı olduğu belirtilmiştir (Xiao ve ark., 2020). Hu ve arkadaşlarının kırk iki çalışmayı kullanarak yaptığı meta-analizde; geleneksel Çin tıbbına ait Lianhua Qingwen kullanan COVID-19 hastalarında diğer semptomların yanı sıra kas ağrısında da iyileşmelerin olduğu görülmüştür (Hu ve ark., 2020).

Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada COVID-19 hastaları ağrı ile baş etmek için bütünleşik tıp yöntemlerini kullandıkları ve bu yöntemleri kullandıktan sonra ağrıların azaldığı belirlendi. Hastaların bütünleşik tıp yöntemlerini; çok fazla ilaç kullanmak istemedikleri için, yöntemlerin kendisine iyi geldiği ve hastalığın

kanıtlanmış bir tedavisi olmadığı için kullandıkları belirlenmiştir. Ayrıca bu yöntemleri psikolojik olarak rahatlamak, dini sebeplerden ve ilaçların yan etkisinden korunmak için kullanmışlardır. Hastaların en fazla C vitamini desteği aldıkları, bitkilerle tedavi yöntemlerine başvurdukları, dua ve ibadet ettikleri, masaj, gevşeme egzersizleri, sıcak uygulama yaptıkları ve müzik dinledikleri saptanmıştır. Bitkisel tedavilerden ise en çok; sarımsak, ıhlamur, sirke, zencefil, sumak, zerdeçal, adaçayı tükettikleri belirlenmiştir.

Bu sonuçlar doğrultusunda; hemşireler bütünleşik tıp yöntemleri ve ilaç-bitki etkileşimleri konusunda bilgi sahibi olmalı, hasta ile iletişim kurarak kullandığı bütünleşik tıp yöntemlerini sorgulamalı ve bu yöntemler hakkında güvenilir kaynaklardan bilgi edinmeleri konusunda bireylere rehberlik etmelidir. COVID-19 hastalarının ağrılarına yönelik kullanılan bütünleşik tıp yöntemleriyle ilgili kanıta dayalı bilimsel çalışmalar yapılmalı, hemşirelerde bu konuda aktif rol alınmalıdır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın belirli bir zaman diliminde yapılmış olması, COVID-19 hastalarıyla yapıldığı için yüz yüze anket yapılmamış olması araştırmanın sınırlılıkları arasındadır. Ayrıca elde edilen veriler çalışmaya katılan bireylerin kişisel beyanları ile sınırlıdır.

Teşekkür

Araştırmaya katkıda bulunan tüm katılımcılara teşekkür ederiz.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee

Approval: Araştırmanın yürütülebilmesi için Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'ndan etik kurul (Etik Kurul No:2021/E.880) izni, T.C. Sağlık Bakanlığından araştırma izni (2021-12-11T14_30_04) alındı.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir/kavram: FP, LD Tasarım: FP, LD; Danışmanlık: FP, LD; Veri toplama ve/veya Veri İşlem: FP, LD; Analiz ve/veya Yorum: FP, LD; Kaynak tarama: FP; Makalenin Yazımı: FP; Eleştirel inceleme: FP.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Bu çalışmada COVID-19 hastalarının ağrı ile baş edebilmek için uyguladıkları bütünleşik tıp yöntemleri ve bitkisel ürünler belirlendi.
- Hastaların kullandıkları bütünleşik tıp yöntemlerinin ağrı seviyesini düşürdüğü belirlendi.

Kaynaklar

- Akbaş MN, Akçakaya A. (2020). COVID-19 and phytotherapy. *Bezmialem Science*, 8(4), 428-437. <https://doi.org/10.14235/bas.galenos.2020.4962>
- Akkuzu G, Yılmaz B, Ün D. (2018). Başkent Üniversitesi Öğrencilerinin Bütüncül Tıp (İntegratif Tıp) Konusundaki Farkındalıklarının İncelenmesi. *Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Dergisi*, 1(1), 10-7. <https://doi.org/10.5336/jtracom.2017-54799>
- Alkan Çeviker S, Dindar Demiray EK. (2020). SARS-CoV-2 (COVID 19) enfeksiyonu ayırıcı tanı açısından diğer solunumsal virüsler. *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research*, 1(Özel Sayı), 45-49.
- Arslan M, Albaş S, Küçükerdem HS, Pamuk G, Can H. (2016). Vizüel Analog Skala ile kanser hastalarında palyatif ağrı tedavisinin etkinliğinin değerlendirilmesi. *Family Practice of Palliative Care*, 1(1), 5-8.
- Bayındır SK, Çürük GN. (2015). Türkiye'de ağrıya yönelik tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları konusundaki hemşirelik tezlerinin incelenmesi. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 12 (3), 162-169.
- Birch S, Alraek T, Gröbec S. (2021). Reflections on the potential role of acupuncture and Chinese herbal medicine in the treatment of COVID-19 and subsequent health problems. *Integrative Medicine Research*, 10(Suppl), 100780. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2021.100780>
- Birch S, Lee MS, Alraek T, Kim TH. (2018). Overview of treatment guidelines and clinical practical guidelines that recommend the use of acupuncture: A bibliometric analysis. *Journal of Alternative Complementary Medicine*, 24(8), 752-769. <https://doi.org/10.1089/acm.2018.009>
- Chen L, Xiong J, Bao L, Shi Y. (2020). Convalescent plasma as a potential therapy for COVID-19. *The Lancet. Infectious Diseases*, 20(4), 398-400.
- Cline ME, Herman J, Show F, Marton RD. (1992). Standardization of the visual analogue scale. *Nursing Research*, 41(6), 378-380.
- Çakmak S, Nural N. (2017). Kronik hastalıklarda tamamlayıcı ve alternatif tedavi uygulamaları. *Türkiye Klinikleri Journal of Internal Medicine Nursing-Special Topics*, 3(2), 57-64.
- Çevik B, Taşcı S. (2017). Akupres uygulamasının ağrı yönetimine etkisi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 26 (3), 257-261.

- Dikmen AU, Kına HM, Özkan S, İlhan MN. (2020). COVID-19 epidemiyolojisi: Pandemiden ne öğrendik? *Journal of Biotechnology and Strategic Health Research, Özel Sayı*, 29-36. <https://doi.org/10.34084/bshr.715153>
- Göksu Ö, Kumcağız H. (2020). COVID-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri. *Turkish Studies*, 15(4), 463-479.
- Han XP. (2016). Efficacy of oseltamivir phosphate in the treatment of influenza with Huoxiang Zhengqi liquid. *Chin. J. Modern Drug Appl*, 10(18), 139-141.
- Hu C, Liang M, Gong F, He B, Zhao D, Zhang G. (2020). Efficacy of Lianhua Qingwen compared with conventional drugs in the treatment of common pneumonia and COVID-19 pneumonia: A Meta-Analysis. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 5157089. <https://doi.org/10.1155/2020/5157089>
- Huang Y, Bai C, He F, Xie Y, Zhou H. (2020). Review on the potential action mechanisms of Chinese medicines in treating Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). *Pharmacological Research*, 158, 104939. <https://doi.org/10.1016/j.phrs.2020.104939>
- Işık MT, Can R. (2021). Bir grup hemşirelik öğrencisinin COVID-19 riskine yönelik koruyucu, geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamaları. *Lokman Hekim Dergisi*, 11(1), 94-103.
- Kalaycı MZ, Bayar B, Çiftçi MM, Karaağaç H, Kasımay A, Sanlı ZD, Tayfun K, Uçar D, Müslümanoğlu AY, Cabrioğlu MT, Derince Zorlu D. (2020). "COVID-19 Enfeksiyonunda Akupunktur Tedavisi", Yılmaz N. editör. *Yeni Koronavirüsün Tedavisinde ve Önlenmesinde Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (COVID-19)*. Ankara: Türkiye Klinikleri, p. 33-41.
- Kalgı ME. (2021). COVID-19 salgınına yakalanan kişilerde dindarlık ve dinî başa çıkma. *Marife*, 21(1), 131-150. <https://doi.org/10.33420/marife.908432>
- Kam A, Dowdall M. (2021). Managing the long-term effects of COVID-19. *Pharmaceutical Journal*, 306(7949). <https://doi.org/10.1211/PJ.2021.1.86280>
- Kaplan M. (2020). COVID-19: Küresel salgın sürecinde geleneksel ve tamamlayıcı tedavi uygulamaları. *Millî Folklor*, 16(127), 35-45.
- Kavurmacı M, Tan M, Kavurmacı Z. (2018). Nursing, midwifery, and dietetics students' attitudes to complementary and integrative medicine and their applications. *Bakırköy Tıp Dergisi*, 14, 300-306. <https://doi.org/10.5350/BTDMJB.20170606124143>
- Liu WH, Guo SN, Wang Y, Hao Y. (2020). Understanding guidance for acupuncture and moxibustion interventions in COVID-19 published by CAAM (Second edition). *World Journal of Acupuncture Moxibustion*, 30 (1), 1-4.
- Mirzaie A, Halaji M, Dehkordi FS, Ranjbar R, Noorbazargan H. (2020). A narrative literature review on traditional medicine options for treatment of coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Complement Ther Clin Pract*, 40, 101214. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101214>.
- Mutlu O, Uygun İ, Erden F. (2020). Koronavirüs hastalığı (COVID-19) tedavisinde kullanılan ilaçlar. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(3), 168-173
- Ni L, Wen Z, Hu X, Tang W, Wang H, Zhou L ve ark. (2021). Effects of Shuanghuanglian oral liquids on patients with COVID-19: A randomized, open-label, parallel-controlled, multi center clinical trial. *Frontiers of Medicine*, 28, 1-14. <https://doi.org/10.1007/s11684-021-0853-6>
- Qu XK, Hao SL, Ma JH, Wei GY, Song KY, Tang C. (2020). Observation on clinical effect of Shufeng Jiedu Capsule combined with Arbidol Hydrochloride Capsule in treatment of COVID-19. *Chinese Traditional and Herbal Drugs*, 51, 1167-1170.
- Sayın Kasar K, Ünal E, Çapacı S, Kütmeç Yılmaz C, Duru Aşiret G. (2020). Yaşlı bireylerin ağrıya yönelik tamamlayıcı ve alternatif tedavi kullanım durumu ve tutumu. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 7(3), 271-277. <https://doi.org/10.31125/hunhemsire.834195>
- Sir E. (2021). Ignored symptom in COVID-19: Pain, 33(3), 203-204. <https://doi.org/10.14744/agri.2020.3334>
- Sisó-Almirall A, Brito-Zerón P, Ferrín LC, Kostov B, Moreno AM, Mestres J ve ark. (2021). Long COVID-19-19: proposed primary care clinical guidelines for diagnosis and disease management. *Int J Environ Res Public Health*, 18(8), 4350. <https://doi.org/10.3390/ijerph18084350>
- Tick H, Nielsen A, Pelletier KR, Bonakdar R, Simmons S, Glick R ve ark. (2018). Evidence based nonpharmacologic strategies for comprehensive pain care: The consortium pain task force white paper. *Explore*, 14(3),177-211.
- Uçar D, Kanat T, Müslümanoğlu AY, Kalaycı MZ (2020). Koronavirüs ve fitoterapi. *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbı Dergisi*, 1(2), 49-57.
- Wang C, Chao J, Chang YH, Chou C, Kao CL. (2020a). Care for patients with musculo skeletal pain during the COVID-19 pandemic: Physical therapy and rehabilitation suggestions for pain management. *Journal of Chinese Medical Association*, 83(9), 822-824. <https://doi.org/10.1097/JCMA.0000000000000376>.
- Wang T, Shi L, Chen YY, Fang YK, Yang W. (2020b). Clinical efficacy analysis of 50 cases of COVID-19 in Traditional Chinese Medicine. *Jilin Journal of China. Medicine*, 40, 281-285.
- Xiao M, Tian J, Zhou Y, Xu X, Min X, LvY. (2020). Efficacy of Huoxiang Zhengqi dropping pills and Lianhua Qingwen granules in treatment of COVID-19: A randomized controlled trial. *Pharmacological Research*, 161, 105126.
- Yao KT, Liu MY, Li X, Huang JH, Cai HB. Retrospective clinical analysis on treatment of novel coronavirus-infected pneumonia with traditional Chinese medicine

- Lianhua Qingwen. Chinese Journal Experimental Traditional Medical Formulae, 1–7. <https://doi.org/10.13422/j.cnki.syfjx.20201099>.
- Yeşilyurt M, Faydalı S. (2020). Ağrı değerlendirmesinde tek boyutlu ölçeklerin kullanımı. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 23(3), 444-451. <https://doi.org/10.17049/ataunihem.508877>
- Yıldız H, Babaoğlu AR. (2020). SARS-CoV-2 enfeksiyonu (COVID-19) ve güncel tedavi yaklaşımları. Van Sağlık Bilimleri Dergisi, 13 (Özel Sayı), 76-84.
- Zhao P, Yang HZ, Lv HY, Wei ZM. (2014). Efficacy of Lianhuaqingwen capsule compared with oseltamivir for influenza A virus infection: A meta-analysis of randomized, controlled trials. Alternative Therapies in Health and Medicine, 20 (2), 25–30.