

# HASTA VE HEMŞİRE PERSPEKTİFİNDEN TAMAMLAYICI SAĞLIK YAKLAŞIMLARI

COMPLEMENTARY HEALTH APPROACHES PERSPECTIVE FROM THE NURSE AND THE PATIENT

Elif Sözeri Burcu Bayrak Kahraman

Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi,  
Hemşirelik Bölümü, Ankara

## Yazışma Adresi:

Elif Sözeri

Emniyet Mah. Muammer Yaşar Bostancı  
Cad. No: 16 Beşevler /Ankara Ankara –  
Türkiye

E posta: sozerielif@hotmail.com

Kabul Tarihi: 07 Ekim 2015

DOI:10.5505/bsbd.2016.53244

Balikesir Sağlık Bilimleri Dergisi

ISSN: 2146-9601

e-ISSN: 2147-2238

[bsbd@balikesir.edu.tr](mailto:bsbd@balikesir.edu.tr)

[www.bau-sbdergisi.com](http://www.bau-sbdergisi.com)

## ÖZET

Günümüzde Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarının (TSY) kullanımı yaygındır. Tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının çoğu doğal ürünler, zihin ve beden uygulamaları olarak şeklinde iki alt gruba ayrılır. Bu uygulamalar hastalar ve hemşireler tarafından da sıklıkla kullanılmaktadır. Hastalar konvansiyonel tıbbın sınırlılığı ya da ilaçların bazı yan etkilerinden korunmak amacıyla TSY nı kullanmaktadır. Hemşireler de hastaların rahatladıkları gibi düşüncelerle bu yöntemleri kullanır. Bu makalenin amacı hasta ve hemşirelerin TSY kullanma durumlarını belirlemek, bu yaklaşımlara bakış açıları ve bilgi kaynaklarına dikkat çekmektir.

**Anahtar Kelimeler:** Hasta, Hemşire, Tamamlayıcı sağlık yaklaşımları

## SUMMARY

Nowadays, the use of Complementary Health Approaches (CHA) is widespread. Most complementary health approaches fall into one of two subgroups—natural products or mind and body practices. These practices are frequently used by patients and nurses. Patients use CHA to avoid the unpleasant side effects of some drugs or because of the limitations of conventional medicine. Nurses use these methods as they relax with thoughts of patients. Our writing aimed to determine the use CHA of the patients and the nurses and draw attention to the perspectives and sources of information on these approaches.

**Keywords:** Patient, Nurse, Complementary health approaches

## TANIMLAR

Amerika Birleşik Devletlerinde Ulusal Sağlık Enstitüsüne (NIH) bağlı Ulusal Tamamlayıcı ve İntegratif Sağlık Birimi (National Center for Complementary and Integrative Health (NCCIH)) (2014) tarafından yapılan tanımlamada tamamlayıcı tıp; konvansiyonel tıp ile birlikte kullanılan, alternatif tıp; konvansiyonel tıbbın yerine kullanılabilen, İntegratif tıp ise; alternatif ve tamamlayıcı tıp ile kanıta dayalı tıp uygulamalarını değerlendiren bütünleştirici/bütüncül tıp olarak ifade edilmiştir. Ancak gerçekte alternatif tıbbın kullanımının yaygın olmadığı ve konvansiyonel tıbbın yerine kullanılmasının bazı sakıncalı durumları beraberinde getirebileceği ifade edilmektedir. NCCIH bu tıp yaklaşımlarını “Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımları (TSY)” olarak ele almıştır. Günümüzde kullanımı oldukça sık olan “Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımları” doğal ürünler ile zihin ve beden uygulamaları şeklinde iki grup olarak sınıflandırılmıştır. Otlar (bitki olarak ta kullanılabilir), çeşitli vitaminler,

mineraller ve probiyotikler doğal ürünlerin içerisinde yer almaktadır. Beden ve zihin uygulamaları ise akupunktur, masaj terapi, meditasyon, hareket terapileri, relaksasyon teknikleri, spinal manipülasyon, Tai chi ve qi gong gibi geleneksel çin uygulamaları, yoga, iyileştirici dokunma ve hipnoterapi gibi uygulamalardır. Bu uygulamaların eğitilmiş bir uygulayıcı ya da eğitmen tarafından uygulanması gerekliliği de vurgulanmaktadır.<sup>1</sup>

## Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarının Kullanım Alanları ve İnsidansı

Tüm dünyada kullanımı giderek artan tamamlayıcı sağlık uygulamalarına başvuru oranının %9-65 gibi bir aralıkta değiştiği belirtilmektedir.<sup>2</sup> Ülkemizde ise Güngörmüş ve Kıyak'ın belirttiğine göre bu oran %12.6-76 arasındadır. Avrupa da yapılan bir çalışmada bireylerin yaşam boyu TSY uygulama oranlarının %0.3 ile %86 arasında değiştiği bildirilmiş ve kayıt dışı kullanımın olduğu gerçeği de vurgulanmıştır.<sup>3</sup> Kayıt dışı kullanımın tüm toplumlarda olabileceği düşünüldüğünde dünyada ve ülkemizde var

olan TSY kullanım oranlarının çok daha yüksek olduğu söylenebilir.

Toplumların sosyoekonomik ve kültürel yapıları TSY kullanımlarını etkilemektedir. Bu nedenle farklı toplumlarda yapılan çalışmalarda en sık kullanılan TSY farklılık gösterebilmektedir. Nitekim Amerika'da yetişkinler tarafından en sık kullanılan ilk on tamamlayıcı sağlık uygulamaları; doğal ürünler, derin soluk egzersizi, meditasyon, kayropratik ve osteopatik, masaj, yoga, diyet tabanlı tedaviler, progresive rahatlama teknikleri, hayal kurma ve homeopatik tedavi olarak belirlenmiştir.<sup>1</sup> Japonyada yapılan başka bir çalışmada ise hastaların en sık kullandıkları TSY uygulamaları; masaj, vitaminler, besin takviyesi, akupresur ve kampo olarak ifade edilmiştir.<sup>4</sup> Ülkemizde bu konuda yapılan çalışmalar incelendiğinde, esansiyel hipertansiyon hastaları ile yapılan bir çalışmada (n= 347) hastaların %52.7'sinin TSY kullandığı ve kullandıkları TSY yöntemlerinin, bitkisel tedaviler (%70.1), diyet desteği (%18.1), dini yöntemler (%7.1), masaj (%3) ve müzik terapileri (%1.7) olduğu sonucuna ulaşılmıştır.<sup>5</sup> Yavuz ve ark. (2007) tarafından meme kanserli hastalarla yapılan başka bir çalışmada ise (n= 100) TSY yöntemleri kullanma oranı %87 olarak bulunmuş ve hastaların en sık (%62) bitkisel yöntemleri kullandığı belirlenmiştir.<sup>6</sup> Benzer şekilde yaşlı bireylerin tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanma durumlarını belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada da (n= 300) yaşlıların tamamına yakınının (%98.3) TSY kullandığı ve çoğunluğunun (%70.7) bitkisel terapileri kullandıkları saptanmıştır.<sup>7</sup> Kanser hastaları ile yapılan bir başka çalışmada en sık kullanılan yöntemin bitki karışımları olduğu ve en yaygın olarak ısırgan otu kullanıldığı belirlenmiştir.<sup>8</sup> Bu çalışma sonuçlarından yola çıkarak ülkemizde TSY arasında bitkisel yöntemlerin en sık başvurulan uygulama olduğunu söylemek mümkündür.

Tüm dünyada sıklıkla onkoloji hastalarında kullanılıyor gibi görünse de farklı TSY, farklı hasta popülasyonlarında kullanılabilir. Örneğin; Kanada'da bir TSY merkezinde 12 yaş üzeri bireylerle yapılan çalışmada (n= 400,055); merkeze başvuran bireylerin %19'unun migren, %15.1'inin astım, %10.3'ünün epilepsi ve %8'inin diyabetes mellitus tanısına sahip olduğu belirlenmiştir.<sup>9</sup> Hori ve ark. (2008) tarafından yapılan benzer bir çalışmada ise hastaların TSY kullanma nedenleri; kas-iskelet sorunları, jinekolojik sorunlar, arkadaş önerisi, daha iyi hissetme, nörolojik problemler vb. olarak saptanmıştır.<sup>4</sup>

Ayrıca birden fazla TSY yönteminin bir arada kullanılması durumu da söz konusu olabilmektedir. Japonya'da poliklinik hastalarıyla yapılan bir çalışmada (n= 515) farklı TSY yöntemlerinden son 12 ay içerisinde yararlanılan

durumlarına göre sıralama yapıldığında sadece tek bir yöntemi kullananların oranı %47, iki farklı TSY yöntemi kullananların oranı %34, üç farklı TSY yöntemi kullananların oranı %10, 4 ve üzerinde farklı TSY yöntemi kullananların oranı ise %9 olarak belirlenmiştir.<sup>4</sup> Tıp 2 diyabetes mellitus tanılı hastalarla yapılan farklı bir çalışmada ise (n= 132) hastaların %64.4'ü tek bir TSY kullanırken, % 35.6'sının iki farklı TSY kullandığı bildirilmiştir.<sup>10</sup> Yapılan bu çalışmalar hastaların TSY'ni bir ya da birden fazla yöntemi birlikte sıklıkla kullandıklarını göstermektedir.

#### **Hastaların Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarını Kullanma Nedenleri ve Kullanma Durumlarını Etkileyen Faktörler**

Farklı tanıdaki hastalar ya da farklı semptomların yönetiminde sıklıkla başvurulan TSY'nın kullanımını, sosyodemografik özellikler, hastalık özellikleri ve psikolojik faktörler gibi pek çok faktörün etkilediği bildirilmiştir.<sup>11</sup> Örneğin; ileri evre kanser hastaları ile yapılan çalışmada hastaların TSY kullanımını etkileyen bazı önemli faktörler olduğu bildirilmiştir. Bu faktörler sosyodemografik ve hastalık özellikleri ile psikolojik faktörler olarak ele alınmıştır. Daha önce TSY kullanma durumu, hastalığın süresi, genç yaş, kadın cinsiyet ve yüksek eğitim düzeyinin TSY kullanımını artıran sosyodemografik ve hastalık ilişkili faktörler olduğu ifade edilmiştir. TSY kullanımını artıran psikososyal faktörler de semptomların yarattığı huzursuzluk, anksiyete ve depresyon varlığı, emosyonel ve sosyal iyilik halinin azalması, yaşam kalitesinin azalması ve hastalıkla ilgili kontrol ve farkındalığın daha iyi olması olarak sıralanmıştır.<sup>11</sup>

Hastaların bu uygulamaları kullanma nedeni olarak bildirdikleri durumlar ise; tıbbi uygulamaların yarar sağlamadığını düşünme, fiziksel olarak rahatlatma sağlaması, hastalık ya da hastalığın tedavisine bağlı semptom ya da semptomların azaltılmasında ki olumlu etkileri, daha önceki deneyimler ve merak duygusu gibi nedenlerdir.<sup>7,10,12</sup> Huri ve ark. (2009) tip 2 diyabetes mellitus tanılı hastalarla yaptıkları çalışmada hastaların %47'si hastalıklarını daha iyi kontrol ettikleri inancıyla, %34.1'i hastalıkla ilişkili semptomların yönetiminde konvansiyonel tedavilerin etkinliğinden memnun olmamaları ve %16.6'sı da konvansiyonel tedavinin etkinliğinden memnun olmamaları durumlarını kullanma nedeni olarak belirtmişlerdir.<sup>10</sup> Yine diyabetes mellitus tanılı hastalarla yapılan farklı bir çalışmada hastalar benzer şekilde hastalığı kontrol altına alma, fayda gören bireylerden etkilenme, ulaşımın kolay olması ve para harcamaya değer olarak görmeleri, batı tıbbından memnun olmama, komorbid hastalıkların tedavisinde kullanma ve TSY'nın daha az yan etkiye sahip olması gibi nedenlerden dolayı TSY'ni kullandıklarını bildirmişlerdir.<sup>13</sup>

Diyabes mellitus, multiple skleroz ve AIDS tanılı hastaların (n= 21) yapılan kalitatif çalışmada hastaların TSY'nı; kanı temizleme, kan basıncı veya kan şekerini dengeleme, nöropatik ağrının azaltılması, kas spazmlarını azaltma, rahatlama, hastalığın prognozunu kontrol etme, immün sistemi güçlendirme gibi inanışlarından dolayı kullandıkları belirlenmiştir.<sup>14</sup> Tüm bu nedenlerle hastaların TSY'na ilişkin bilgi edindikleri ve bu yaklaşımlara yönelimlerini sağlayan kaynaklar da farklı olabilmektedir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada hastaların TSY hakkında sıklıkla bilgi edindikleri kaynaklar eş/dost/akraba/aile üyeleri (%48.8), tv/radyo (%23.1), hekim (%12.4) ve hemşire (%1.9) olarak bildirilmiştir.<sup>5</sup> Malezya'da tip 2 diyabet hastalarıyla yapılan farklı bir çalışmada ise (n= 240) hastaların TSY hakkında bilgi edindikleri kaynaklar sırasıyla; arkadaş (%32.1), aile (%13.8) ve sağlık profesyonelleri (%13.3) olarak belirlenmiştir.<sup>13</sup> Terminal dönem kanser hastalarıyla yapılan çalışmada benzer şekilde TSY kullanımına neden olan duruma sıklıkla verilen yanıt yakın akraba ve arkadaş tavsiyesidir (%53.4).<sup>15</sup> Bir başka çalışmada ise hastaların TSY hakkında en sık bilgi aldıkları kaynağın medya olduğu saptanmıştır.<sup>6</sup> Yapılan çalışmalar hastaların TSY'nı daha çok hastalığın tedavisinde ve semptom yönetiminde daha etkili olduğunu düşündükleri için kullandıklarını göstermektedir. Ayrıca akraba/arkadaş tavsiyesi ve medya kaynaklarının da TSY kullanımında etkili olduğu ancak sağlık personelinin bu konuda bilgi sağlama oranlarının oldukça düşük olduğu görülmektedir.

### Hemşirelerin Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarına İlişkin Düşünceleri ve Kullanma Durumları

Hastaların sıklıkla kullandıkları TSY'nı sağlık sistemi içerisinde hemşirelerin de uyguladıkları ve hastalara önerdikleri görülmektedir. Bu konuda yapılmış farklı çalışmalara ulaşmak mümkündür. Örneğin; Shorofi ve ark. (2010) tarafından Avusturalya'da 322 hemşire ile yapılan çalışmada hemşirelerin %59'unun TSY konusunda olumlu düşüncelere sahip olduğu ve masaj tedavisi, müzik terapisi, meditasyon/gevşeme teknikleri/imgeleme teknikleri ve aromaterapiyi sıklıkla kullandıkları belirlenmiştir.<sup>16</sup> Chu ve ark. (2007) tarafından Tayvan'da yapılan bir diğer çalışmada da hemşirelerin (n= 170) % 63.5'inin pratikte en az bir TSY uygulamasını kullandığı belirlenmiştir. Ayrıca araştırma kapsamındaki hemşirelerin % 74.7'sinin gevşeme terapilerini, %69.9'unun masajı, %45.9'unun müzik terapisini, % 44.7'sinin terapötik dokunmayı ve %27.7'sinin aromaterapiyi kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır.<sup>17</sup> Samuels ve ark. (2010) tarafından ebe ve hemşirelerle yapılan çalışmada da (n= 173) ebe ve hemşirelerin TSY kullanım oranı %87.3, en sık kullandıkları TSY yöntemleri ise masaj, bitkisel ilaç, meditasyon, dokunma tedavileri

ve dua olarak belirlenmiştir.<sup>18</sup> Xue ve arkadaşlarının (2008) hemşireler (n= 187) ile yaptıkları çalışmada hemşirelerin %80'inin klinikte en az bir TSY kullandığı ve %41'inin hastalarına TSY'nı önerdiği saptanmıştır. Yapılan bu çalışmada hemşirelerin dini inanışları ve çalışma yıllarının kullandıkları TSY'nı etkilediği belirlenmiştir.<sup>19</sup> Hassan ve ark. tarafından (2014) Katar'da 156 onkoloji hemşiresi ile yapılan çalışmada; hemşirelerin %44'ünün TSY'nın hastaların psikolojik ve emosyonel durumlarını geliştirdiğine, %34'ünün yaşam kalitelerini artırdığına, %19'unun hastalık semptomlarını hafiflettiğine ve %3'ünün hastalıkların tedavisinde etkili olduğuna inandıkları sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada TSY olarak hemşirelerin 57'sinin vitamin ve mineral takviyelerini, %12'sinin bitkisel tedavileri, %10'unun müzik terapisini, %9'unun spiritual iyileşmeyi, %8'inin beslenme tedavisini, %8'inin meditasyonu ve %7'sinin akupunturu duyduğu, %15'inin müzik terapiyi, %13'ünün spiritual iyileşmeyi, %12'sinin yogayı, %10'unun masaj ve meditasyonu hastalarına önerdikleri saptanmıştır.<sup>20</sup> Holroyd ve ark. (2008) tarafından Hong Kong'da 187 hemşire ile yapılan bir çalışmada TSY'nı kullanan hemşirelerin bilgi kaynakları; gazete/dergi (%63.1), arkadaşlar (%59.1), kitaplar (%42.3), internet (%22.1), aile (%23.5) ve hemşirelik programlarının TSY kursları (%19.5) olarak bildirilmiştir.<sup>21</sup>

Yapılan çalışmalarda hasta ve hemşirelerin TSY'nı olumlu etkileri nedeniyle sıklıkla kullandıkları görülmektedir. Ancak hem hasta hem de hemşirelerin TSY'na ilişkin bilgi kaynaklarının güvenilirliği tartışılabilir. Hemşirelerin bu uygulamaları doğru ve etkin şekilde yapabilmesi için hemşirelik eğitimi, kongre/kurs ve hizmetçi eğitim programlarında bu konulara yer verilmesi gerekmektedir. Bu sayede hastaların TSY kullanma durumları, TSY kullanımının avantaj ve dezavantajları, uygulanan ürün ya da müdahalenin dozu ve sıklığı, kullanım nedenlerinin TSY konusunda donanımlı hemşireler tarafından değerlendirilebileceği ve hastaların karşılaşabileceği olası risklerin azaltılabileceği düşünülmektedir.

### KAYNAKLAR

1. National Center for Complementary and Integrative Health (2014). [https://nccih.nih.gov/sites/nccam.nih.gov/files/CAM\\_Basics\\_Wh\\_at\\_Are\\_CAIHA\\_07-15-2014.2.pdf](https://nccih.nih.gov/sites/nccam.nih.gov/files/CAM_Basics_Wh_at_Are_CAIHA_07-15-2014.2.pdf) (Erişim tarihi: 01.04.2015).
2. Chen YF, Chang JS. Complementary and alternative medicine use among patients attending a hospital dermatology clinic in Taiwan. *Int J Dermatol.* 2003;42(8):616-21.
3. Fischer FH, Lewith G, Witt CM, et al. High prevalence but limited evidence in complementary and
4. Alternative medicine: guidelines for future research. *BMC Complement Altern Med.* 2014;14:46.
5. Hori S, Mihaylov I, Vasconcelos JC, McCoubrie M. Patterns of complementary and

- alternative medicine use amongst outpatients in Tokyo, Japan. *BMC Complement Altern Med.* 2008;8:14.
6. Güven ŞD, Muz G, Ertürk NE, Özcan A. Hipertansiyonlu bireylerde Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Kullanma Durumu. *Balikesir Saglik Bil Derg.* 2013;2(3):160-6.
  7. Yavuz M, İlçe AÖ, Kaymakçı Ş, Bildik G, Dıramalı A. Meme Kanseri Hastaların Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerini Kullanma Durumlarının İncelenmesi. *Türkiye Klinikleri J Med Sci.* 2007;27:680-6.
  8. Sağkal T, Demiral S, Odabaş H, Altunok E. Kırsal Kesimde Yaşayan Yaşlı Bireylerin Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerini Kullanma Durumları. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi* 2013;27(1):19-26.
  9. Kav S, Hanoğlu Z, Algier L. Türkiyede Kanseri Hastalarda Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerinin Kullanımı: Literatür Taraması. *UHOD* 2008; 18(1):32-8.
  10. Metcalfe A, Williams J, McChesney J, Patten SB, Jetté N. Use of complementary and alternative medicine by those with a chronic disease and the general population--results of a national population based survey. *BMC Complement Altern Med.* 2010;10:58.
  11. Huri HZ, Poh Lian GT, Hussain S, Pendek R, Widodo RT. A survey amongst Complementary Alternative Medicine (CAM) users with type 2 diabetes. *Int J Diabetes & Metabolism* 2009;17:9-15.
  12. Truant TL, Porcino AJ, Ross BC, Wong ME, Hilario CT. Complementary and alternative medicine (CAM) use in advanced cancer: a systematic review. *J Support Oncol.* 2013;11(3):105-13.
  13. Güngörmüş Z, Kiyak E. Ağrı yaşayan bireylerin tamamlayıcı ve alternatif tedaviye ilişkin bilgi, tutum ve davranışlarının değerlendirilmesi. *AĞRI* 2012;24(3):123-9.
  14. Ching SM, Zakaria ZA, Paimin F, Jalalian M. Complementary alternative medicine use among patients with type 2 diabetes mellitus in the primary care setting: a cross sectional study in Malaysia. *BMC Complement Altern Med.* 2013;13:148.
  15. Thorne S, Paterson B, Russell C, Schultz A. Complementary/alternative medicine in chronic illness as informed self-care decision making. *Int J Nurs Stud.* 2002;39(7): 671-83.
  16. Choi JY, Chang YJ, Hong YS, et al. Complementary and alternative Medicine use among cancer patients at the end of life: Korean national study. *Asian Pac J Cancer Prev.* 2012;13(4): 1419-24.
  17. 1419-24.
  18. Shorofi SA, Arbon P. Nurses' knowledge, attitudes, and professional use of complementary and alternative medicine (CAM): a survey at five metropolitan hospitals in Adelaide. *Complement Ther Clin Pract.* 2010;16(4):229-34.
  19. Chu FY, Wallis M. Taiwanese nurses' attitudes towards and use of complementary and alternative medicine in nursing practice: across-sectional survey. *Int J Nurs Stud.* 2007;44(8):1371-8.
  20. Samuels N, Zisk-Rony RY, Singer SR, et al. Use of and attitudes toward complementary and alternative medicine among nurse midwives in Israel. *Am J Obstet Gynecol.* 2010; 203(4):341.e1-7. doi: 10.1016/j.ajog.2010.05.001.
  21. Xue CC, Zhang AL, Holroyd E, Suen LK. Personal use and professional recommendations of complementary and alternative medicine by Hong Kong registered nurses. *Hong Kong Med J.* 2008;14(2):110-5.
  22. Hassan A, Allam A, Al Kindi S, Abu Zeinah G, Eziada S, Bashir A. Knowledge, Attitudes and Practices of Oncology Nurses towards Complementary and Alternative Medicine for Cancer Care in Qatar. *J Anesth Clin Res.* 2014;5:12.
  23. Holroyd E, Zhang AL, Suen LK, Xue CC. Beliefs and attitudes towards complementary medicine among registered nurses in Hong Kong. *Int J Nurs Stud.* 2008; 45(11):1660-6.