

Araştırma Makalesi/Research Article

Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarının Gebelik Semptomlarında Kullanımı

Mustafa KILAVUZ¹, Filiz OKUMUŐ²

Use Of Traditional And Complementary Health Approaches In Pregnancy Symptoms

ÖZ

Amaç: Bu araştırmada, geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının gebelik semptomlarında kullanımının incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Tanımlayıcı tipte olan bu araştırma, yaş aralığı 17 ile 40 arasında değişen 350 gebe katılımcı ile yapılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan tanımlayıcı, tıbbi ve obstetrik bilgi formu, geleneksel ve tamamlayıcı ile ilgili anket formu kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılan gebelerin %96,3'ü bitkisel yöntemleri, %92,3'ü dua etmeyi, %88,9'u vitamin takviyelerini, %85,7'i masajı, %74,2'si hidroterapi/kaplıca uygulamalarını bilmektedir. Gebelerin %82,3'ü bitkisel uygulamaları, %81,4'ü dua etmeyi, %68,3'ü vitamin takviyelerini, %45,1'i masajı, %3,6'sı aromaterapi uygulamalarını kullanmaktadır. Eğitim seviyeleri, çalışma durumu ve gelir seviyesi yükseldikçe gebelerin sağlık yaklaşımlarını bilme ve uygulama oranları artmaktadır.

Sonuç: Geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarını uygulamak isteyen gebelere bu konu ile ilgili bilgi verilmeli, gebeye en uygun yaklaşım bir sağlık profesyoneli yardımıyla seçilmelidir.

Anahtar Kelimeler: Geleneksel tıp, tamamlayıcı terapiler, tamamlayıcı tıp.

ABSTRACT

Aim: The aim of the study was to determine the use of traditional and complementary health approaches in pregnancy symptoms.

Method: This descriptive study was conducted with 350 women aged between 17 and 40 years. Demographic, medical and obstetric history form, questions about traditional and complementary health approaches, prepared by the researchers, were used as data collection tools.

Results: Most of the pregnant women who participated in the study knew about 96.3% plants, 92.3% about prayer, 88.9% about vitamins, 85.7% about massage, 74.2% of them about hydrotherapy/spa method. 82.3% of pregnant women use herbs, 81.4% use prayer, 68.3% use vitamins, 45.1% use massage, 3.6% use aromatherapy method. As the education, work and income levels of the pregnant women participating in the study increase, the rate of knowing and using health approaches increases.

Conclusion: Pregnant women who want to use traditional and complementary health approaches should be informed about this issue, and the most appropriate approach should be chosen together with a health professional.

Key Words: Complementary medicine, complementary therapies, traditional medicine.

Sorumlu Yazar:¹ Araştırma Görevlisi, İstinye Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi Ebelik Bölümü, İstanbul, Türkiye **e-mail:** mustafakilavuz02@gmail.com, **ORCID ID:** 0000-0002-8094-3927

² Dr. Öğr. Üyesi, Ankara Medipol Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Ebelik Bölümü, Ankara, Türkiye, **e-mail:** filiz.okumus@ankaramedipol.edu.tr **ORCID ID:** 0000-0002-1855-9190

Geliş Tarihi: 01. 06. 2022, **Kabul Tarihi:** 10.11. 2022 **Online Yayın Tarihi:** 30.11.2022

Atıf/Citation: Kılavuz, M.& Okumuő, F.(2022). Geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının gebelik semptomlarında kullanımı.

Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi, 8(3), 125-132.

Bu çalışma 1. Uluslararası II. Ulusal Kadın sağlığı Hemşireliği Kongresinde Sözel Bildiri olarak Sunulmuştur.

EXTENDED ABSTRACT

Objective: The use of traditional and complementary health approaches has become more popular recently. Pregnant women can apply to traditional and complementary health approaches without any counseling. When these health approaches are used unconsciously, they can create health problems for the pregnant woman and the fetus. The aim of our study is to examine the use of traditional and complementary health approaches in pregnancy.

Method: The data of this descriptive study were collected from 350 pregnant women in Istanbul between December 2016 and February 2017. Demographic, medical and obstetric history form, questions about traditional and complementary health approaches, prepared by the researchers, were used as data collection tools. The descriptive information form consists of 13 questions in order to determine the sociodemographic characteristics, health status characteristics, pregnancy and delivery characteristics of pregnant women. In the form of questions related to traditional and complementary health approaches, pregnant women were asked who they learned about traditional and complementary health approaches from, in which cases they applied for health approaches, which health approaches they knew and which health approaches they used. The data were collected from the pregnant women who applied to the obstetrics clinics and met the sample selection criteria, by informing them about the study and obtaining their verbal consent. While evaluating the findings obtained in the study, IBM SPSS Statistics 22 (IBM SPSS, Turkey) program was used for statistical analysis. While evaluating the study data, the conformity of the parameters to the normal distribution was evaluated with the Shapiro Wilks test. While evaluating the study data, Chi-Square test, Fisher Freeman Halton Test, Fisher's Exact test and Continuity (Yates) Correction were used for comparison of qualitative data as well as descriptive statistical methods (Mean, Standard deviation, frequency). Significance was evaluated at the $p < 0.05$ level. This study was carried out in accordance with the principles of the Helsinki Declaration 2008. In order to conduct the research, after obtaining institutional permission from a Training and Research Hospital in Istanbul with the title of "Use Of Traditional And Complementary Health

Approaches in Pregnancy", an application was made to the Ethics Committee of Istanbul Medipol University and it was found appropriate in terms of research ethics with the decision number 498 taken at the meeting of the board dated 19.10.2016. Oral consent was obtained from the women before the data collection form was applied.

Results: In our study, when the sources of information about traditional and complementary health approaches of pregnant women were examined, 82.0% came from their families, 65.10% from media, television or internet, 41.70% from books, magazines or newspapers, 36.30% from health professionals, 34.0% from friends and 15.40%. He learned traditional and complementary health approaches from school. participating in the study increase, the rate of knowing and using health approaches increases. 88.0% of all pregnant women applied for traditional and complementary health approaches, while 12.0% did not apply. Of the 308 pregnant women who applied for traditional and complementary health approaches, 85.10% complained of nausea or vomiting, 71.80% complained of headache, 49.0% complained of abdominal pain. In addition, the traditional and complementary health approaches that pregnant women use the most are 82.30% plants, 81.40% prayer, 68.30% vitamins, 45.0% massage, 32.60% aromatherapy.

Conclusion: Most of the women in our study resort to traditional and complementary health approaches. These methods can create a health problem when used on their own. Health professionals should be informed about traditional and complementary health approaches in terms of information sources and pregnant women should be provided to use obstetrics and health professional as a source of information. Traditional and complementary health approaches with scientifically proven effectiveness should be used as a complement to modern medicine. Pregnant women should be informed about which traditional and complementary health approach to use in which symptoms.

GİRİŞ

Geleneksel ve tamamlayıcı tıp (GETAT) yöntemleri klasik tıbbın bir parçası olmayan fakat modern tıbbı destekleyen ve tamamlayan uygulamalar olarak tanımlanmıştır (Toptan ve ark, 2022). Ulusal Tamamlayıcı ve Bütünleştirici Sağlık Merkezi'nin (NCCIH), modern tıbbın, yetkinliği ve güvenilirliği ispatlanmış GETAT yöntemleri ile beraber kullanılması anlamına gelen "integratif tıp" ismini kullanmayı daha uygun görmüştür (NCCIH,2022).

Gebelikte GETAT yaklaşımları kullanımı tüm dünyada yaygındır. Son araştırmalar ABD'de kadınların %69'unun, İngiltere'de %57'sinin, Avustralya'da %43,8 ve Almanya'da %51'inin GETAT yöntemini kullandığını bulmuştur (Bowman et al, 2018; Barnes et al, 2019). Türkiye'de gebeler ile yürütülen iki çalışmada gebelerin GETAT yöntemlerini uygulama oranları %41,1 ve %47,3 olarak bulunmuştur (Kıssal ve ark, 2017; Koç ve ark, 2017).

Ulusal Sağlık Enstitüleri, GETAT yöntemlerini üç ana gruba ayırmıştır. Bitkiler, mineraller, vitaminler ve probiyotikleri içeren doğal ürünlerden oluşan beslenme grubu, 2012 senesinde Amerika’da yaşayan yetişkinler tarafından kullanılan en popüler GETAT grubu olarak kabul edilmiştir. İkinci grup, masaj, yoga, kayropratik, spinal manipülasyon, osteopatik manipülasyon ve meditasyonu içerisinde bulunduran psikolojik ve fiziksel yaklaşımlardır. Üçüncü grup, geleneksel Çin tıbbı, geleneksel şifacılar, homeopati, Ayurveda Tıbbı ve naturopati gibi diğer tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarını içerir (NCCIH,2022; Quzmar et al, 2021). Türkiye’de 1991 senesinde çıkartılan “Akupunktur Tedavi Yönetmeliği” ile “ülkemizde uygulanan akupunktur tedavisinin, diğer uygulamalarda yapıldığı gibi, bilimsel yollarla yapılması sağlanmıştır. Yönetmelikte, akupunktur uygulamasının tanımlaması yapılmıştır. Ayrıca uygulama yapanların hangi tedavi şekillerini uygulayabileceği tanımlanmıştır. Verilecek eğitimler ve uygulamaların denetlenmesi için bir “üst kurul” oluşturulmuştur. Sağlık Bakanlığı tarafından 2014 senesinde yayımlanan “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği” ile uygulayıcılar, eğitim ve uygulama yapılacak sağlık kurumlarının özelliklerini, hastalıklarda hangi uygun yöntemin yapılacağı anlatılmıştır (Mollahaliloğlu ve ark, 2015).

GETAT uygulamaları dünyada en çok kadınlar tarafından kullanılmaktadır (Adams, et al. 2011). Kadınların gebelik döneminde kimyasal ilaç kullanımını bebekleri üzerinde olumsuz etkisi olabileceği düşüncesiyle bırakıp GETAT yaklaşımlarına yöneldiği bilinmektedir (Steel, et al, 2012). Ancak Türkiye’de gebelik döneminde GETAT uygulamalarının kullanımına ilişkin yeterli araştırma bulunmamaktadır. Bu araştırmanın amacı; gebelik döneminde geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının gebeler tarafından kullanımının incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı ve Tipi

Geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının gebelik semptomlarında kullanımının belirlenmesi amacıyla yapılan araştırma tanımlayıcı tiptedir.

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma 2016 Aralık-2017 Şubat tarihleri arasında İstanbul ilinde bulunan bir eğitim ve araştırma hastanesinde yapılmıştır.

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın Evreni; Eğitim ve Araştırma hastanesine başvuru yapan gebelerden oluşmaktadır. Örneklem hesabı için 2015 senesi verilerinden faydalanılmıştır.

Araştırmanın yapıldığı hastanede 2015 senesinde Aralık-Şubat ayları arasında 1044 gebe, gebe izlem polikliniklerine başvurmuştur. Örneklem büyüklüğü hesaplaması, evreni bilinen örneklem hesabı formülünden yapılmıştır. Hesaplamaya göre araştırmaya minimum 200 gebe katılması gerekmektedir. Araştırma 350 gebe katılımcı ile yapılmıştır.

Örnekleme Dahil Edilme Kriterleri

18 yaşından büyük olan,

Gebe olan,

Türkçe okuma ve yazma bilen,

Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireyler örnekleme dahil edilmiştir.

Araştırma Soruları

1. Katılımcıların gebelikte kullanılan geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarını bilme durumları nedir?
2. Katılımcıların gebelikte kullanılan geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarını kullanma durumları nedir?

Veri Toplama Formu

Tanımlayıcı Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan tanımlayıcı bilgi formu gebelerin tanımlayıcı özelliklerini, şu an ki sağlık durumunu, gebelik ve doğumla ilgili özelliklerini belirlemek amacıyla 13 sorudan oluşmaktadır. Formun kapsam geçerliliği için kadın sağlığı hemşireliğinde deneyimi olan akademisyenlerden uzman görüşüne başvurulmuş ve bu amaçla kullanılan Davis Tekniğini kullanılmıştır (Davis 1992).

Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımları ile İlgili Sorular Formu

Araştırmacılar tarafından literatür doğrultusunda hazırlanan soru formunda gebelere geleneksel ve tamamlayıcı sağlık uygulamalarını öğrenme kaynağı, hangi durumlarda yaklaşımlara başvurduğunu, yaklaşımlardan hangilerini bildiği ve hangi yöntemi kullandığına dair 5 soru sorulmuştur.

Verilerin Toplanması

Gebe izlem polikliniklerine rutin kontrol ve muayeneye gelen ve örneklem seçim kriterlerine uyan gebelere araştırma ile ilgili bilgi verilerek onamları alınmıştır. Anketler çalışmaya katılmayı onaylayan gebelere 15-20 dakika sürecek şekilde yüz yüze görüşme yöntemi ile uygulanmıştır. Katılımcılar ile görüşme gebe izlem poliklinikleri bekleme salonunda yapılmıştır.

Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırmada veriler değerlendirilirken, istatistiksel analizler için IBM SPSS Statistics 22 (IBM SPSS, Türkiye) programından faydalanılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilmesi, parametrelerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro Wilks testi ile değerlendirilmiştir. Tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerin (Ortalama, Standart sapma, frekans) yanı sıra niteliksel verilerin karşılaştırılmasında Ki Kare testi, Fisher Freeman Halton Test, Fisher's Exact test ve Continuity (Yates) Düzeltmesi kullanılmıştır. Anlamlılık $p < 0,05$ düzeyinde değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırma; İstanbul Medipol Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı tarafından 19.10.2016 tarih ve 498 numaralı kararlar araştırma etiği açısından uygun bulunmuştur. Araştırmanın yapılabilmesi için kurum izni ve veri toplama formu uygulanmadan önce gebelerden sözlü onam alınmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya 17 ile 40 yaş aralığında 350 gebe katılmıştır. Gebelerin yaş ortalaması 26.75 ± 4.9 'dur.

Tablo 1. Tanımlayıcı Bilgilerin Değerlendirilmesi

| | Min-Max | Ort±S |
|----------------------|-----------------------|------------|
| Gebelik Haftası | 25-37 | 31.51±2.42 |
| Yaş | 17-40 | 26.75±4.9 |
| Eğitim Seviyesi n % | İlkokul | 13 3.70 |
| | Ortaokul | 41 11.70 |
| | Lise | 131 37.40 |
| | Lisans | 165 47.10 |
| Çalışma Durumu n % | Çalışıyor | 159 45.40 |
| | Çalışmıyor | 191 54.60 |
| Sağlık Güvencesi n % | SGK | 247 70.60 |
| | Özel sağlık sigortası | 25 7.10 |
| | Yeşil kart | 67 19.10 |
| | Sağlık güvencesi yok | 11 3.10 |
| Medeni Durum n % | Evli | 345 98.60 |
| | Bekâr | 5 1.40 |
| Gelir Seviyesi n % | Kötü | 213 60.90 |
| | Orta-İyi | 137 39.10 |

Tablo 2. Tıbbi ve Obstetrik Öykü Parametrelerinin Değerlendirilmesi

| | n | % |
|--------------------------|--------------------------|-----------|
| Sigara İçme | Evet | 28 8,0 |
| | Gebelikte Braktım | 77 22,0 |
| | Hayır | 245 70,0 |
| Alerjik öykü | Var | 42 12,0 |
| | Yok | 308 88,0 |
| Geçirilmiş Operasyon | Evet | 42 12,0 |
| | Hayır | 308 88,0 |
| Sürekli Kullanma Durumu? | Var | 22 6,30 |
| | Yok | 328 93,70 |
| Kronik Hatalığın Varlığı | Var | 20 5,70 |
| | Yok | 330 94,30 |
| Gravida | 1-7 | 2,16±1,20 |
| Doğum Sayısı | 0-6 | 0,87±1,01 |
| Düşük | 0-3 | 0,3±0,53 |
| Yaşayan Çocuk | 0-4 | 0,77±0,93 |
| Ölen çocuk Sayısı | 0-3 | 0,08±0,31 |
| | Yok | 166 47,40 |
| Önceki Doğumun Şekli | Normal spontan doğum | 68 19,40 |
| | Müdahaleli vajinal doğum | 65 18,60 |
| | Acil Sezaryen | 50 14,30 |
| | İsteğe bağlı sezaryen | 1 0,30 |
| | Yok | 166 47,40 |

Tablo 3. Gebelerin Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarını Öğrendikleri Kaynak

| Geleneksel ve Tamamlayıcı Yaklaşımlarını Kimden Öğrendiniz? | Sağlık n | % |
|---|----------|-------|
| Aile Üyelerinden | 287 | 82,0 |
| Medya-İnternet-TV | 228 | 65,10 |
| Kitap- Dergi-Gazete | 146 | 41,70 |
| Sağlık Çalışanlarından | 127 | 36,30 |
| Arkadaş | 119 | 34,0 |
| Okul | 54 | 15,40 |

*n katlanmıştır

Gebelerin %82'si aile bireylerinden, %65,10' medya-televizyon veya internetten, %41,70'i dergi-kitap ve gazeteden, %36,30'u sağlık çalışanlarından, %4,0'ı arkadaşlarından ve %15,40'ı okuldan GETAT sağlık yaklaşımlarını öğrenmiştir.

Tablo 4. Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarına Başvurma Durumunun ve Hangi Durumlarda Başvurduğunuzun Değerlendirilmesi

| | | n | % |
|---|----------------------|-----|-------|
| Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarına Gebelikte Hiç Başvurdunuz Mu? | Evet | 308 | 88,0 |
| | Hayır | 42 | 12,0 |
| Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarına Hangi Durumlarda Başvurdunuz? (N=308) | Mide bulantısı-kusma | 262 | 85,10 |
| | Baş ağrısı | 221 | 71,80 |
| | Karın ağrısı | 151 | 49,0 |
| | Halsizlik-yorgunluk | 102 | 33,10 |
| | Bel ağrısı | 97 | 31,50 |
| | Kabızlık | 56 | 18,20 |

Tablo 4 Devamı *n katlanmıştır

Gebelerin %88,0 GETAT yaklaşımlarına başvurmuştur. GETAT yaklaşımlarına başvuran 308 gebenin %85,10'u mide bulantısı ya da kusma, %71,80'i baş ağrısı, %49,0'ı karın ağrısı, %33,10'u halsizlik-yorgunluk, %31,50'si bel ağrısı ve %18,20'si kabızlık şikayetiyle başvurmuştur.

Tablo 5. Gebelerin Bildikleri Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarının Değerlendirilmesi

| Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarından Hangisini Biliyorsunuz? | n | % |
|---|-----|-------|
| Bitkisel Yöntemler | 337 | 96,30 |
| Dua | 323 | 92,30 |
| Vitaminler | 311 | 88,90 |
| Masaj | 300 | 85,70 |
| Hidroterapi/Kaplıca | 259 | 74,20 |
| Akupunktur | 222 | 63,40 |
| Yoga | 216 | 61,70 |
| Resim/Müzik/Sanat-Dans Terapi | 210 | 60,00 |
| Aromaterapi | 195 | 55,70 |
| Meditasyon | 160 | 45,70 |
| Özel diyetler | 136 | 38,90 |
| Hipnoz | 118 | 33,70 |
| Terapotik Dokunma | 70 | 20,00 |
| Reiki | 35 | 10,00 |

*n katlanmıştır

Gebeler bitkisel yöntemleri %96,30, dua etmeyi %92,30, vitamin takviyelerini %88,90, masajı %85,70, hidroterapi/kaplıca uygulamasını %74,20, akupunkturu, %63,40, yoga yapmayı %61,70, sanat terapilerini %60,0 aromaterapiyi %55,70, meditasyonu, %45,70, özel diyetleri %38,90, hipnozu %33,70, terapotik dokunmayı %20, reiki yöntemini %10 oranında bilmektedir.

Tablo 6. Gebelerin Kullandıkları Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarının Değerlendirilmesi

| Geleneksel ve Tamamlayıcı Sağlık Yaklaşımlarının Hangisini Kullanıyorsunuz? | n | % |
|---|-----|-------|
| Bitkisel Yöntemler | 288 | 82,30 |
| Dua | 285 | 81,40 |
| Vitamin Takviyeleri | 239 | 68,30 |
| Masaj | 158 | 45,10 |
| Aromaterapi | 114 | 32,60 |
| Hidroterapi/ Kaplıca | 79 | 22,60 |
| Resim/Müzik/Sanat-Dans Terapileri | 54 | 15,40 |
| Özel Diyetler | 43 | 12,30 |
| Akupunktur | 29 | 8,30 |
| Meditasyon | 27 | 7,70 |

*n katlanmıştır

GETAT yaklaşımlarını gebelerin %82,30'u bitkisel yöntemleri, %81,40'ı dua etmeyi, %68,30'u vitamin takviyelerini, %45,10'u masajı, %32,60'ı aromaterapi yöntemini, %22,60'ı hidroterapi/kaplıca yöntemini, %15,40'ı resim/müzik/sanat-dans terapilerini, %12,30'u özel diyetleri, %8,30'u akupunkturu, %7,70'i meditasyonu, %3,40'ı yogayı, %2,6'sı terapotik dokunma yöntemini kullanmaktadır.

TARTIŞMA

Bitkisel tıp, homeopati, kayropratik, akupunktur, refleksoloji ve masaj, tüm dünyada en iyi bilinen GETAT yöntemleri arasındadır. GETAT son yıllarda daha yaygın bir şekilde kullanılmaya başlanmıştır. (Moeini et al, 2021). Geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının uygulanma oranları; ABD, Avustralya, Fransa, Kanada gibi gelişmiş ülkelerde sırasıyla %42,1, %49,3, %48,2, %70,4 gelişmekte olan Kolombiya, Şili, Çin gibi ülkelerde bu oran sırasıyla %40, %71, %70 ve Afrika ülkelerinde %80 oranındadır (Özçelik & Toprak, 2015). Türkiye'de yapılan bir çalışmada katılımcıların %35,5'i GETAT yöntemlerini kullanmış olup (Göçer & Balbaloğlu, 2021), yapılan başka bir çalışmada onkoloji hastalarının GETAT kullanım sıklığının %22,1 ve %84,1 bulunmuştur (Kav ve ark, 2008). Son yapılan çalışmalarda GETAT kullanım oranı %87,9 olduğu tespit edilmiştir (Şaş ve ark, 2018). Bizim yapmış olduğumuz çalışmada gebelerin GETAT kullanım oranları %88,0'dır. Sonucumuz literatürle uyumakta olup, gebeler üzerine daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırmamızda, gebelerin GETAT hakkında bilgi edindikleri kaynakların %82'sini aile bireyleri oluştururken %34'ünü arkadaşları oluşturmaktadır. Ülkemizde yapılan çalışmada yakın arkadaş, aile akrabalarından bilgi edinme %76,9 (Şensoy, 2020), aile hekimliğine başvuran hastalarda yapılan bir çalışmada en sık medya %64,0 aile üyelerinden %34,6 olduğu

bulunmuştur (Odabaş & Ağadayı, 2021). Almanya'da meme ve jinekolojik kanserli bireylerle yapılan bir çalışmada en sık olarak arkadaşlar ve aile üyelerinden GETAT bilgisi alma oranı %31,6'dır (Buckner et al, 2018). Çalışmamız literatürle uygunluk göstermekle birlikte, GETAT yaklaşımları bilgi edinme kaynağı olarak aile, arkadaş veya medya kaynaklarının yüksek oranlarda çıkması risk oluşturmaktadır. Sağlık profesyonelleri bu konu ile ilgili hasta gruplarını bilgilendirmeli ve kaynak olarak sağlık profesyonellerinin kullanılması sağlanmalıdır.

Gebelerin geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımları kullanma sebepleri farklılık göstermektedir. Çalışmamızda 308 gebe (%85,1) mide bulantısı ve kusma şikayetleri sebebiyle geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarına başvurmuştur. Hiperemesis gravidarumlu gebelerde yapılan çalışmada Katılımcıların çoğunluğunun (%84,2) GETAT yöntemlerine başvurduğu tespit edilmiştir

(İskender & Kaplan, 2021). Gebeler üzerinde yapılan bir çalışmada gebelerin %94,4'ü bulantı kusma şikâyeti için bir geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımı kullanmaktadır (Kızılırmak ve ark, 2012). Çalışmamız literatürle uygunluk göstermektedir. Gebelerin bulantı ve kusma için kullanmış oldukları GETAT oranları yüksek olup, gebeler prenatal bakımda bu konu ile ilgili sağlık profesyonelleri tarafından bilgilendirilmelidir.

Çelik ve Kırca'nın (2018) infertil kadınlar ile yapmış oldukları çalışmada GETAT yaklaşımlarını uygulayan katılımcıların çoğu (%65'i) bitkisel kaynaklı, %47,1'i nazar boncuğu taktığını, %31,8'i vitamin desteği aldığını belirtmiştir (Çelik & Kırca, 2018). Avustralya'da yapılan bir çalışmada gebelerin %52'sinin bitkisel yöntemler, aromaterapi, homeopati ve uçucu yağlar kullandığı bulunmuştur (Frawley et al, 2013). Birleşik Krallık'ta 14.115 gebe ile yapılan bir çalışmada, gebelerin %26,7'si en az bir kez GETAT yaklaşımlarını kullandığını bildirmiştir. Bitkisel çaylar ve homeopatik takviyeler, bu gebelik örneğinin sırasıyla %17,6 ve %14,4'ü ile en büyük kullanımı oluştururken, kadınların %5,7'si tarafından bitkisel ilaçlar kullanılmıştır. Gebelerin %20'si tarafından herhangi bir bitkisel ürünün (bitki çayı ve bitkisel ilaç kombinasyonu) kullanımı bildirilmiştir (Bishop et al, 2011). Yapmış olduğumuz çalışmada gebelerin %82,3'ü bitkisel yöntemleri, %81,4'ü dua etmeyi, %68,3'ü vitamin takviyelerini, %45,1'i masajı, %32,6'sı aromaterapi yöntemini, %22,6'sı hidroterapi/kaplıca yöntemini, %15,4'ü resim/müzik/sanat-dans terapilerini, %12,3'ü özel diyetleri, %8,30'u akupunkturu, %7,70'i meditasyonu, %3,40'ı yogayı, %2,6'sı terapötik dokunmayı, %1,4'ü biyoenerjiyi, %1,4'ü refleksoloji yöntemini, %1,1'i hipnozu, %1,1'i reiki yöntemini, %0,6'sı akupressür

yöntemini ve %0,60'ı kayropraksi yöntemini uygulamaktadır. Sonuçlarımız literatürle benzerlik göstermektedir. Gebelerin en çok kullandığı sağlık yaklaşımı bitkisel yaklaşımlardır. Gebeler GETAT yöntemlerini, medikal ilaçlara göre yan etkisinin daha az olduğu ve gebelikte medikal ilaç kullanımının bebeğe zarar verir inancı ile kullanmaktadır. Gebeler doğum öncesi eğitimlerde farmakolojik ve non-farmakolojik yaklaşımlar ile ilgili bilgilendirilmeli ve bir sağlık yaklaşımı kullanılacaksa sağlık profesyonelleri ile karar verilmelidir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmamızda gebelerin %88'i geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarına başvurmuştur. Bu yöntemler kendi başlarına kullanıldığında bir sağlık problemi oluşturabilir. GETAT yaklaşımlarını bilgi edindikleri kaynak açısından sağlık çalışanları bu konuda eğitilmeli ve gebelerin bilgi edindikleri kaynak olarak sağlık profesyonellerini kullanması sağlanmalıdır. Bilimsel olarak etkinliği kanıtlanmış geleneksel ve tamamlayıcı yaklaşımlarının modern tıba tamamlayıcı olarak kullanılması sağlanmalıdır. Gebeler hangi semptomlarda hangi GETAT yaklaşımını kullanması konusunda bilgilenebilir. Ülkemizde gebelerin uygulaması gereken GETAT yaklaşımları konusunda daha çok araştırma yapılması önerilmektedir.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee Approval: Araştırma; İstanbul Medipol Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı tarafından 19.10.2016 tarih ve 498 numaralı kararla araştırma etiği açısından uygun bulunmuştur. Araştırmanın yapılabilmesi için kurum izni ve veri toplama formu uygulanmadan önce gebelerden sözlü onam alınmıştır.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir kavram: M.K., F.O.; Tasarım: M.K., F.O.; Danışmanlık: F. O.; Veri Toplama ve Veri İşleme: M. K.; Analiz/Yorum: M.K., F.O.; Kaynak tarama; M.K.; Yazımı: M.K.; Eleştirel inceleme: F. O.;

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

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

KAYNAKLAR

- Toptan, H., Kaya, T., & Altındış, S. (2019). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (GETAT) Uygulamalarında Enfeksiyon Kontrol Önlemleri, Hijyen ve Çalışan/Hasta Güvenliği. *Journal Of Biotechnology And Strategic Health Research*. doi:10.34084/bshr.622368
- National Centre For Complementary And Integrative Health Medicine (Nccih), 2022. Retrieved From <https://www.nccih.nih.gov/health/complementary-alternative-or-integrative-health-whats-in-a-name> May 2022. Google Scholar
- Bowman, R. L., Davis, D. L., Ferguson, S., & Taylor, J. (2017). Women's motivation, perception and experience of complementary and alternative medicine in pregnancy: A meta-synthesis. *Midwifery*, 59, 81–87. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2017.11.007>
- Barnes, L. A. J., Barclay, L., McCaffery, K., & Aslani, P. (2019). Women's health literacy and the complex decision-making process to use complementary medicine products in pregnancy and lactation. *Health Expectations: An International Journal of Public Participation in Health Care and Health Policy*, 22(5), 1013–1027. doi:10.1111/hex.12910
- Kıssal, A., Çevik Güner, Ü., & Batkın Ertürk, D. (2017). Use of herbal product among pregnant women in Turkey. *Complementary Therapies in Medicine*, 30, 54–60. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2016.11.001>
- Koç, Z., Sağlam, Z., & Topatan, S. (2017). Determination of the usage of complementary and alternative medicine among pregnant women in the Northern Region of Turkey. *Collegian (Royal College of Nursing, Australia)*, 24(6), 533–539. <https://doi.org/10.1016/j.colegn.2016.11.003>
- National Center For Complementary And Integrative Health. Complementary, Alternative, Or Integrative Health: What's In A Name? 2022. <https://www.nccih.nih.gov/health/complementary-alternative-or-integrative-health-whats-in-a-name> (accessed may 11 2022).
- Quzmar, Y., Istiatieh, Z., Nabulsi, H., Zyoud, S. H., & Al-Jabi, S. W. (2021). The use of complementary and alternative medicine during pregnancy: a cross-sectional study from Palestine. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, 21(1), 108. <https://doi.org/10.1186/s12906-021-03280-8>
- Mollahaliloğlu, S., Uğurlu, F. G., Kalaycı, M. Z., & Öztaş, D. (2015). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarında Yeni Dönem. *Ankara Medical Journal*, 15(2). <https://doi.org/10.17098/amj.44789>
- Adams J, Et Al. A Comparison Of Complementary And Alternative Medicine Users And Use Across Geographical Areas: A National Survey Of 1,427 Women. *Bmc Complementary And Alternative Medicine*, 11(1): 85, 2011.
- Steel A, Et Al. Utilisation Of Complementary And Alternative Medicine (Cam) Practitioners Within Maternity Care Provision: Results From A Nationally Representative Cohort Study Of 1,835 Pregnant Women. *Bmc Pregnancy And Childbirth*, 12(1): 146, 2012.
- Davis LL. Instrument review: Getting the most from a panel of experts. *Applied Nursing Research* 1992;5(2):194-7.
- Moeini, R., Mozaffarpur, S. A., Mojahedi, M., Nasrolahpour Shirvani, S. D., Gorji, N., Saghebi, R., & Shirafkan. (2018). The Prevalence Of Complementary And Alternative Medicine Use In The General Population Of Babol, North Of Iran, 2018. *Bmc Complementary Medicine And Therapies*, 21(1), 1–12.
- Özçelik, G., & Toprak, D. (2015). Bitkisel Tedavi Neden Tercih Ediliyor? *Ankara Medical Journal*, 15(2).
- Göçer, Ş., & Balbaloğlu, Ö. (2021). Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Polikliniğine Başvuran Bireylerin Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları ile İlgili Bilgilerinin İncelenmesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 30(2), 118-125.
- Kav, S., Hanoğlu, Z., & Algier, L. (2008). Türkiyede Kanserli Hastalarda Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerinin Kullanımı: Literatür Taraması. *International Journal Of Hematology & Oncology/Uhod: Uluslararası Hematoloji Onkoloji Dergisi*, 18(1).
- Senem, Ş. A. Ş., Büyükturan, Ö., & Büyükturan, B. (2018). Kas İskelet Sistemi Hastalıklarında Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Yöntemleri Kullanım Sıklığının Değerlendirilmesi. *Sakarya Tıp Dergisi*, 8(3), 481–488.
- Şensoy, N., Özdiç, Ş., Yılmaz, O., Çetin, M., Tola, D., Doğantekin, P., Erden, B., & Kurt, G. (2020). Üniversite Hastanesine Başvuran Hastaların Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Kullanımına Yönelik Tutum Ve Davranışları. *Kocatepe Tıp Dergisi*, Cilt 21 Sayı 3 Temmuz 2020(3), 258–263. <https://doi.org/10.18229/kocatepetip.676401>
- Odabaş, Ö. K., & Ağadayı, E. (2021). Aile Hekimliği Polikliniğine Başvuran Hastaların Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Hakkında Bilgi ve Davranışları. *Turkish Journal Of Family Medicine And Primary Care*, 15(1), 121–128.
- Buckner, C. A., Lafrenie, R. M., Dénonnée, J. A., Caswell, J. M., & Want, D. A. (2018). Complementary and alternative medicine use in patients before and after a cancer diagnosis. *Current Oncology (Toronto, Ont.)*, 25(4), e275–e281. <https://doi.org/10.3747/co.25.3884>
- Iskender, Ö., & Kaplan, S. (2021). The association between quality of life and complementary and alternative medicine use in pregnant women with hyperemesis gravidarum. *The Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 47(6), 2005–2013. <https://doi.org/10.1111/jog.14759>

- Özçakır A, Et Al. Turkish General Practitioners And Complementary/Alternative Medicine. The Journal Of Alternative And Complementary Medicine, 13(9):1007-1010, 2007.
- Çelik, A. S., & Kırca, N. (2018). İnfertil Kadınların Uyguladıkları Tamamlayıcı ve Destekleyici Bakım Uygulamaları. Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 21(3), 178–188.
- Frawley, J., Adams, J., Sibbritt, D., Steel, A., Broom, A., & Gallois, C. (2013). Prevalence and determinants of complementary and alternative medicine use during pregnancy: results from a nationally representative sample of Australian pregnant women. The Australian & New Zealand Journal of Obstetrics & Gynaecology, 53(4), 347–352. <https://doi.org/10.1111/ajo.12056>
- Bishop, J. L., Northstone, K., Green, J. R., & Thompson, E. A. (2011). The use of Complementary and Alternative Medicine in pregnancy: data from the Avon Longitudinal Study of Parents and Children (ALSPAC). Complementary Therapies in Medicine, 19(6), 303–310. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2011.08.005>