

TÜRK HALK HEKİMLİĞİNDE AKUPUNKTUR VE BAĞLANTILI TEKNİKLER

Acupuncture and Related Techniques in Turkish Folk Medicine

H. Volkan Acar¹

¹Doç. Dr., Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Anesteziyoloji ve Reanimasyon Kliniği

ÖZ

Türk halk hekimliğinin iki temel kaynağı, bin yıllardır Anadolu'da yaşayan halkların tıbbi uygulamaları ile göçlerle gelen Türk boylarının beraberlerinde getirdikleri Orta Asya tıbbıdır. Orta Asya'da yakın komşuluk ilişkileri içinde oldukları için Çin tıbbi, Uygur tıbbi, Tibet tıbbi ve Moğol tıbbi gibi geleneksel tıp uygulamaları, birçok ortak özelliğe sahiptir. Bugün "Çin tıbbi" olarak bildiğimiz uygulamaların çoğu, aslında Orta Asya'daki Türk toplumlarınca da bilinip uygulanan yöntemlerdir. Dolayısıyla günümüzde Türk halk hekimliğinde yaygın olarak kullanılan yöntemlerin, Çin tıbbıyla benzerlik göstermesi şaşırtıcı değildir. Bu yöntemler içinde iğneleme, kanatma, dağlama, moksübüsyon ve kupa çekme bulunmaktadır. Türk halk hekimliğine ait bilimsel yayınlar incelendiğinde, yukarıda sayılan tedavi yöntemlerinin Türkiye'nin hemen her yerinde kullanıldığı görülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Türkiye; Geleneksel Tıp; Geleneksel Çin Tıbbi.

ABSTRACT

Two main sources of Turkish folk medicine are people's medical practices that has lived in Anatolia for thousands of years and Central Asian medicine that was brought by Turkish tribes came by migrations. Traditional medicine practices such as Chinese medicine, Uyghur medicine, Tibetan medicine and Mongolian medicine have some common features since they have close neighboring connections. Most of practices which is known as "Chinese medicine" today are essentially the methods that were known and used by Central Asian Turkish communities. Therefore, it is not surprising that widely used methods in Turkish folk medicine for today have similarities with Chinese medicine. These methods include needling, bloodletting, cauterisation, moxibustion, and cupping. It is seen that abovementioned therapeutic methods are used in all around Turkey, in evaluation the scientific publications of Turkish folk medicine

Keywords: Turkey; Traditional Medicine; Traditional Chinese Medicine.

GİRİŞ

Dünya üzerindeki hemen hemen her toplumda, çeşitli hastalıkların tanı ve tedavisi için halk hekimliği uygulamalarına başvurulmaktadır. Her toplumun halk hekimliği, kendi kültürel, coğrafi ya da ekonomik koşulları çerçevesinde şekillendiği için, bu uygulamalar farklı toplumlarda farklı şekillerde kendini göstermektedir. Folklor araştırmacısı Pertev Naili Boratav, halk hekimliğini şöyle tanımlamaktadır: *Halkın, olanakları bulunmadığı için ya da başka sebeplerle doktora gidemeyince veya gitmek istemeyince, hastalıklarını tanılama ve sağaltma amacı ile başvurduğu yöntem ve işlemlerin tümüne halk hekimliği diyoruz.*¹

Bu kapsamda Anadolu'da da yerleşik bir halk hekimliği geleneği vardır. Bu halk hekimliğinin temelini oluşturan iki ana öge; Anadolu'da binlerce yıldır yaşayan toplumların hekimlik uygulamaları ile Orta Asya'dan göçlerle gelen Türk boylarının hekimlik uygulamalarıdır.^{2,3}

Yakın komşuluk ilişkileri içinde buldukları için Çin, Uygur, Tibet ve Moğol tıbbi gibi Orta Asya tıbbi geleneklerinin, birçok ortak özelliğinin olması doğal sayılmalıdır. Bu nedenle bugün yaygın olarak "Çin tıbbi" olarak bilinen uygulamaların çoğu, aslında Uygur tıbbında da mevcuttur ve bu miras, göçler yoluyla Anadolu'ya aktarılmıştır. Dolayısıyla Orta Asya kökenli tıbbi bilgiler, önce Türk beylikleri ve Osmanlı döneminde yazılmış tıp yazmalarına aktarılmış, sonrasında ise günümüzde de devam eden Türk halk hekimliği uygulamalarında yaşamaya devam etmişlerdir.²

Anadolu halk hekimliğine ait yayınlar incelendiğinde, bunların içinde akupunktur ve benzeri uygulamaların da yer aldığı dikkat çekmektedir. Bu bağlamda, bilim dünyasındaki ve halk arasındaki yaygın inanışın tersine, akupunktur ve benzeri uygulamaların Anadolu'ya giriş tarihinin 20. yüzyılın ikinci yarısı olmadığı ve bu yöntemlerin Anadolu'da yüzyıllardır bilinip uygulandığı söylenebilir.⁴

Bu makalede, Türk halk hekimliğinde kullanılan akupunktur ve benzeri uygulamaların örnekleri verilecek ve bunların tarihsel kökenleri incelenmeye çalışılacaktır.

AKUPUNKTUR

Türkçe'de akupunktur olarak kullanılan sözcük, İngilizce'deki "acupuncture" sözcüğünden alıntılanmıştır. Batı literatüründe ilk defa 1684'de rastlanan "acupuncture" sözcüğünün tam karşılığı, "iğne saplamak"tır.⁵ Sözcük, Latince "iğne" anlamına gelen *acu* ile İngilizce "saplamak, batırmak" anlamına gelen *puncture* sözcüklerinin birleşiminden oluşmaktadır. Çince'de akupunktur ve benzeri uygulamaların karşılığı olarak kullanılan sözcük ise *Zhenjiu*'dur. İki karakterden oluşan bu sözcükte ilk hece (*zhen*) iğnelemeyi ifade ederken, ikinci hecenin (*jiu*) karşılığı moksibüsyondur.⁶

Klasik teorilere göre iğneleme ile çi harekete geçirilmekte, kanallardaki tıkanıklıklar açılmakta ve *Yin-Yang* dengesi düzeltilmektedir.⁶ Etki mekanizmasına yönelik olarak yapılan klinik çalışmalar, laboratuvar çalışmaları ve görüntüleme çalışmalarına göre ise, akupunktur uygulaması ile ortaya çıkan etkiler ikiye ayrılabilir: Lokal ve uzak etkiler. Lokal etkiler, iğneleme sonrası ortaya çıkan lokal doku hasarından kaynaklanırlar ve bu etkiden çok sayıda nörotransmitter sorumludur. Akupunkturun uzak etkilerine aracılık edenler ise medulla spinalis üzerindeki çeşitli yollardır. Burada, spinal düzeyde ve supraspinal düzeyde bazı mekanizmalar rol oynarlar.⁷

Moksibüsyon (ya da moksa), kurutulmuş *artemisia vulgaris* yapraklarının tutuşturulmasıyla ısı oluşturma işlemidir ve farklı yollarla uygulanabilir. Yanan moksa çubuğu cilde belli bir mesafede yaklaştırılarak ısı verilebilir ya da cilt üzerine konan zencefil, sarımsak, tuz vb. üzerine bir tutam moksa konarak yakılabilir. Artık neredeyse terk edilmiş bir uygulama olan "skar oluşturmaya moksa" da ise yanmakta olan moksa, doğrudan ciltle temas ettirilir. Bunda amaç, cilt üzerinde su kabarcığı (blister) ya da skar oluşturmaktır ve bu işlem bir tür dağlamadır. Geleneksel yaklaşıma göre moksa *Yang'*ı ısıtır, çi'yi tonifiye eder, kanı besler.⁶ Biyolojik temelli araştırmalara göre, moksibüsyonun etki mekanizmasında şu üç etken sorumludur: Termal etkiler, radyasyon etkisi ve farmakolojik etkiler.⁸

Aslında akupunktur; ç*i* (*qi*), *Yin-Yang*, Beş Element, 12 Meridyen gibi kavramların üzerinde şekillenmiş olan Çin Tıbbının (Doğu Tıbbı, Orta Asya Tıbbı) sadece bir parçasını oluşturur. Dolayısıyla Türkçe’de akupunkturdan bahsedildiğinde akla sadece iğneleme işlemi gelmekle birlikte, bu sistem içerisinde akupunktur yanında; moksa, bitkisel tedavi, masaj tedavisi gibi yöntemlerin de bulunduğu bilinmesi gerekir.⁹

Akupunkturda tanı ve tedavi aşamaları, biyolojik temelli tıp (biyotıp) uygulamalarından farklıdır. Vücuttaki belirli kanallar boyunca dolaştığına inanılan ve Çince’de ç*i* olarak adlandırılan yaşam enerjisi (ya da Türkçesiyle can), sağlığın ve canlılığın sürdürülmesinin temel koşuludur. Ç*i* akışındaki herhangi bir bozulma ya da tıkanıklık, hastalıkların ortaya çıkmasına neden olur. Ç*i* akışının durması ise canlılığın bitmesi, yani ölüm anlamına gelmektedir.⁶ Ç*i* akışının gerçekleştiği kanallar (ya da meridyenler) vücutta simetrik ve çift taraflı yerleşimlidirler. Sıradışı kanallar da var olmakla birlikte, temel olarak 12 kanal vardır ve herbiri bir organın adını taşır. Bu kanallar üzerinde belirli yerlerde bulunan noktaların herbiri farklı bir işleve sahiptir. Çin tıbbında temel hedef; genel ç*i* akışındaki ya da herbir organın ç*i* akışındaki bozuklukların düzeltilmesi, başka bir anlatımla vücuttaki yaşam enerjisi dengesinin yeniden kurulmasıdır. Bunu sağlamak için de meridyenler ve/veya meridyenler üzerindeki akupunktur noktalarının uyarılması gerekmektedir.⁹

Bu noktaların uyarılması için farklı yöntemler tercih edilebilir. Günümüzde bu noktalar çoğunlukla iğneleme, elektroakupunktur, masaj, laser, ısı kaynakları, bitkisel tohumlar gibi yöntemlerle uyarılmaktadır.⁶ Stimülasyon yöntemlerindeki bu çeşitlilik, akupunkturun geçmişinde de vardır. Çin, Tibet, Moğol ve Uygur tıbbi kaynakları incelendiğinde meridyenlerin ve/veya noktaların uyarılması için iğneleme yanında moksa, dağlama, kesme, çizme, kanatma, sıcak taş uygulaması ve kupa çekme gibi yöntemlerin kullanıldığı görülmektedir.^{4,10,11}

Bu nedenle, halk hekimliği çalışmaları incelenirken sadece iğnelemeyle ilgili değil, bu sayılan girişimlerle ilgili kayıtların da akupunktur kapsamında değerlendirilmesi, akupunkturun Anadolu halk hekimliğindeki yeri konusunda daha sağlıklı veriler elde etmemizi sağlayacaktır.

HALK HEKİMLİĞİNDE TEDAVİLER

Halkbilimci Orhan Acıpayamalı, halk hekimliğinde uygulanan tedavi yöntemlerini altı başlık altında incelemektedir:¹²

1. **Irvasa (irasa, urasa, uğrasa, oğrasa):** Hastayı psikolojik olarak etkilemeyi amaçlayan, doğrudan doğruya vücutla ilgili olmayan psişik nitelikli sağaltmalar.
2. **Parpılama (parpılma, parpilma, darpılama, parpullama, parpulma):** Hastalığa neden olan kötülüğü dışarı atmak için vücudu keserek, dağlayarak, delerek veya vurarak gerçekleştirilen uygulamalar.
3. **Kutsal sayılan yer ve zamanlarda okunarak, dini boyut kazandırılarak yapılan sağaltmalar.**
4. **Bitki kökenli ilaçlar.**
5. **Hayvan kökenli ilaçlar.**
6. **Madensel ilaçlar.**

Bu makalenin konusu akupunktur ve benzeri uygulamalar olduğu için, burada sadece parpılama konusu yani iğneleme, dağlama, kesme ve kupa vurma gibi uygulamalar incelenecektir.

DAĞLAMA, MOKSA

Dağlama, Türk halk hekimliğinde uygulanan başlıca tedavi yöntemlerinden biridir. Divanü Lügat-it-Türk’de dağlama sözcüğü şu şekilde açıklanmıştır: *Atlara ve başka hayvanlara vurulan dağ*.¹³ Dağlama karşılığı olarak, *töğün/döğün* ya da *dövme/döğme* gibi kullanımlar da mevcuttur.¹⁴ Bunun yanında Türk halk hekimliğinde dağlama uygulamaları için *alazlama*, *yakma*, *yaktırma*, *göyündürme* ve *en vurma* gibi sözcükler de kullanılmaktadır.¹⁴⁻¹⁹

Hastalıkları tedavi etmek için dağlamaya başvurulmasının başlıca nedeninin Orta Asya kam (şaman) inancıyla bağlantılı olduğu düşünülmektedir. Ateşe, güneşe ve ışığa özel bir önem atfeden kamcılık (şamanizm) inancına göre ateş, kötülükleri ve kötü ruhları kovmakta ve her şeyi temizlemektedir.²⁰ Bu nedenle hem hastalıklardan, kazalardan ve belalardan korunmak için hem de hastalıkların tedavisi için ateşten yararlanılması, geçmişten bugüne sık görülen bir uygulama olmuştur.

Tedavide ateşin kullanılması, aslında sadece Orta Asya'ya özgü bir durum değildir. Dağlama, çok eski zamanlardan bu yana Anadolu'da bilinmekte ve uygulanmaktadır. Bu konuda önemli bir örnek, Malatya yakınlarındaki Değirmen-tepe höyüğünde bulunan Kalkolitik Çağ'a ait (MÖ 5000-3000) bebek iskeletleridir. Yapılan kazılar sonrası incelenen toplam 25 bebek ve çocuk iskeletinin üçünde, kafatasında dağlama izleri saptanmıştır.²¹

Anadolu dışında dünyanın diğer bölgelerinde de kafatası dağlama uygulaması bilinmekte ve uygulanmaktadır. Avrupa, Orta Asya, Okyanusya, Güney Amerika ve Afrika'da dağlama uygulanmış kafatası örnekleri bulunmuştur.²¹ Roma ve Yunan tıbbında da tedavi amaçlı dağlama yapıldığı bilinmektedir.²²

Bu konudaki en eski örneklerden birisini Halikarnas (Bodrum) doğumlu Herodot (M.Ö. 484-425) aktarmaktadır. "Tarihin babası" olarak bilinen Herodot'un Tarih adlı eserinde yer alan Libyalılarla ilgili bir bölüm dikkat çekicidir: Çocukları dört yaşına bastığında, koyun yününü yağlayıp başın tepesindeki damarları yakarlar. Bazıları da şakaklardaki damarları yakarlar. Bu sayede hayatları boyunca soğuk hılt baştan aşağı inerek zarar vermez. Söylediklerine göre, bundan dolayı bu kadar sağlıklıdır. Gerçeği söylemek gerekirse (nedeni bu ya da başka bir şey olsun) Libyalılar, bildiğimiz tüm kavimler içinde en sağlıklı olanlardır.²³

Dağlama Orta Asya'da yaygın uygulanan bir tedavi yöntemi olmuştur. İran Moğolları olarak da bilinen İlhanlı Devleti'nin (1256-1335) veziri olan ve hekimlik de yapan Reşideddin Fazlallah tarafından yazılan Tanksukname-i İlhan adlı eser, bu konuda önemli bir kaynaktır.²⁴ Eserde yer alan şu satırlar, Orta Asya halklarında dağlamanın yaygınlığına dair önemli kanıtlar sunmaktadır:

Hatay halkı ... dağlama hususunda ise büsbütün ihtimam göstermişlerdir

Her ne kadar dağlamak, bizim tabiplerimiz indinde de cari ve mücerreb bir keyfiyettir. Fakat Hatay ve Moğol tabipleri bu hususta mübalağa ederek birçok hastalıkların ilacını dağlamakla yaparlar

Mal ve davarların hastalıklarına vakıf olan Türklerle göçebeler ve baytarların ilaçları, ekseriyetle dağlamaktır. Yara ve şiddetli ağrılara, dağlamakla mualece ederler ve dağlamak bu suretle faide verir

Anlatıldığı veçhile Hatay halkıyla Türkler, dağlamada mübalağa göstermişler ve bu hususta kitaplar tedvin ederek dağlanma yerlerini resimlerle göstermişlerdir

(Metindeki Hatay sözcüğü, Kuzey Çin bölgesini ifade etmektedir).

Buradan da anlaşılacağı gibi dağlama işlemi rastgele yapılmamakta, hangi rahatsızlıklarda hangi meridyenlerin/noktaların seçileceğinin saptanması için Çin tıbbi ilkeleri uygulanmaktadır.

Dağlama doğrudan ya da dolaylı yöntemlerle yapılabilir. Türk halk hekimliğinde doğrudan dağlama için kullanılan nesnelere arasında şiş, yorgan iğnesi, çuvaldız, çıkırık şişi, ustura, çivi vb. sivri bir metal cisim ya da tahta kaşık sapı bulunur.^{14,25-29} Bu nesnelere ateşte kızdırıldıktan sonra, ya hastalıktan doğrudan etkilenen bölgeye ya da buradan uzakta olan vücudun başka bir bölgesine uygulanmaktadır. Dolaylı dağlamada farklı teknikler de vardır. Urfa'da pamuklu bir bez, kalem kalınlığında sarıldıktan sonra bezin bir ucu yakılır. Daha sonra yanmayan uç, hastanın cildine konarak oluşan sıcaklığın yavaş yavaş deriye ulaşması beklenir.²⁶

Tedavi yöntemi açısından dağlamada iki temel yaklaşım vardır. İlkinde lokalize lezyonlar (çıban, yara gibi iltihabi lezyonlar) üzerine doğrudan dağlama yapılarak, hastalar tedavi edilmeye çalışılmaktadır:

- Erzurum'da bebeklerde *göbek düşüklüğünde* düşen yer dağlanır.³⁰
- Yalova'da *kara kabarcık* üzerine dağlama yapılır.³¹

- Ankara'da *yakma* olarak anılan ve "bir tür yara" olduğu ifade edilen lezyonların üzerine dağlama yapılır.¹⁷
- İstanbul'da uçuk üzerine sigara külü basılır.³¹
- İzmir-Narlıdere'de *köstebek çıbanında* tahta kaşıkla dağlama yapılır.³²
- İzmir-Narlıdere'de ellerdeki sivilceler dağlanır.³²
- Kars, Iğdır, İzmir-Narlıdere, Fırat bölgesi ve Aydın'da diş ağrısında örgü şişi ile dağlama yapılır,^{27, 32-34} ya da diş üzerinde rendelenmiş sarımsak bekletilir.^{27,33}. Anılan bu yöntem Salihli'de yaşayan Kazak göçmenleri tarafından da uygulanmaktadır.³⁵
- Adana'da çıbanlar dağlanır.²⁸
- Diyarbakır'da ve Fırat Havzası'nda sindirim bozukluğu ve karın şişkinliğinde karına dağlama yapılır.^{21,33}

İkinci türde ise dağlama, doğrudan hastalık bölgesine değil, vücudun farklı bir yerine uygulanır:

- Ankara ve Ayaş'ta bebeklerde *Mongol lekesinde* topuk dağlanır.^{17,36}
- Şanlıurfa ve Şebinkarahisar'da kuduzda dilaltı dağlanır.^{26,36}
- Sürekli ağlayan, huzursuz çocuklar için Balıkesir'de göbek üstü üç defa ya da sadece göbek altı dağlanmaktadır.^{25,37} Balıkesir'de 1948'de yapılan bir çalışmada ise, *gelincikte* göbek üstünde üç, göbek altında de üç olmak üzere toplam altı noktaya dağlama uygulandığı bildirilmektedir.¹⁸
- Acıpayam'da nezlede kafanın üstü kazınıp nişadır sürülür.³⁸
- Şanlıurfa'da infertilitede erkeklerde bilateral alın yan kenarı, bilateral lateral abdominal bölge ve bilateral humerus kol kasları dağlanır.²⁶
- Şanlıurfa'da *tokma* denilen çocuk ishali vakalarında karın ve boyun dağlanır.²⁶
- Adana'da boğaz ağrısında (tonsillit) yorgan iğnesi ateşte kızdırılır, boğazın iki yanına iki-üç kere basılır.²⁸
- Adana'da *büzmece* denen çocuklardaki yara ve çıbanlar için karına ve sırtta üç defa dağlama yapılır.²⁸
- Balıkesir'de sarılıkta göbeğe üç defa dağlama yapılır.^{25,37}
- Erzurum'da, yukarıda sayılanlar dışında farklı bir yöntem de uygulanır. Buna göre, yaşayan bir çocuğun kendinden sonra doğan kardeşleri yaşamayacak olursa, yaşayanın ayağı dağlanır.³⁰

Türk halk hekimliğinde, dikkat çekici dağlama örnekleri de vardır. Onbeşinci yüzyıl hekimlerinden Sabuncuoğlu Şerefeddin'in Cerrahiyetü'l-Haniyye adlı kitabı bu konuda iyi bir örnek oluşturur.³⁹ Üç bölümden oluşan kitabın ilk bölümü dağlamalara ayrılmıştır. Cerrahiyetü'l-Haniyye, aslında 10. yüzyıl Ensüslü İslam hekimi el-Zehravi'nin el-Tasrif adlı kitabından çevirisi üzerine inşa edilmekle birlikte, Uzel iki kitap arasında 137 farklılık saptadığını bildirmiştir.³⁹ Cerrahiyetü'l-Haniyye'nin dağlama bölümünün dört başlığında, el-Tasrif'te yer almayan nokta ve tedavi uygulamaları dikkati çekmektedir. Bu dört bölümdeki uygulamalar akupunktur ve Çin tıbbı uygulamalarıyla büyük paralellikler göstermektedir.⁴⁰ Örneğin bunlardan birinde, sağ tarafında diş ağrısı olan hastanın sol el üstündeki bir noktanın dağlanması önerilmektedir. Hem diş ağrısı için el üstündeki LI 4 noktasının kullanılması, hem de vücudun bir yarısındaki rahatsızlıklar için karşı taraftan nokta seçilmesi, Çin tıbbi uygulamalarında yer alan bir tedavi yöntemidir.⁴⁰ Cerrahiyetü'l-Haniyye'de tanımlanan bu tedavi yöntemi ilginç bir şekilde, 1932'de yayınlanan Çankırı halk hekimliğine ait bir kitapta diş ağrısı tedavisi için de önerilmektedir: *Sağ taraftaki diş ağrısı ise sol tarafına olmak üzere nabzının üzerine sarımsağı döğerek sararlar.*¹⁹

İĞNELEME, KESME, ÇİZME, KANATMA

Çin tıbbında iğneleme bazen hastalıklı bölge üzerinde, bazen de (akupunktur meridyenleri ve noktaları üzerine olmak üzere) hastalıklı bölgeden uzaktaki yerlerde gerçekleştirilir.⁶ Giriş bölümünde belirtildiği gibi temel amaç, hastalıkla ilgisi olduğu düşünülen meridyen ve/veya noktaların bir şekilde uyarılmasıdır. Kesme, çizme ya da kanatma ise genel olarak, vücuttaki kanın fazlalığı, ateş ya da staz durumları için önerilmektedir ve gündelik uygulamada, artık geçmişte olduğu kadar sık kullanılmamaktadır.³

Türk halk hekimliğine dair yayınlarda, iğneleme ile ilgili kayıt sayısının fazla olmadığı göze çarpmaktadır. Bunlardan birine göre; Antalya-Isparta yöresinde “sırt ağrılarında kürek kemiğine çuvaldız” batırılır, romatizma ağrılarında da “bir araya getirilmiş 3-4 iğne” “su ile ıslatılmış baruta batırılarak ağırlı bölgeye” saplanır.¹⁴ Aydın’da ise bel fıtığı şikayetlerine önceden “iğne ağrısı” dendiği ve tedavi için bölgeye krem sürdükten sonra iğne batırıp “sarı su” çıkmasının sağlandığı belirtilmektedir.³⁴

İğnelemeyle ilgili yayınlar sınırlı sayıda olsa da, tedavi amacıyla vücudun belli bölümlerinin kesilmesine dair örneklerin sayısı daha çoktur:

- Kastamonu, Balıkesir ve Ceyhan’da konuşamayan çocukların dilaltı bağı (frenulum) doğrudan kesilirken,⁴¹⁻⁴³ Kars-Iğdır yöresinde bu çocuklarda “dilaltı damarı” önce iğnelenir sonra jiletle kesilir.²⁷
- Çankırı’da göz ağrısında başın tepesi traş edilerek bıçakla çizilir.¹⁸
- Çankırı’da göz kanlanması başın tepesi traş edilerek ustura ile çizilir.¹⁸
- Aydın ve Tunceli’de baş ağrısında alın kesilip kanatılır.^{34,44}
- Kars-Iğdır’da öksürükte alın kanatılır.²⁷
- Düziçi’nde baş dönmesinde alın çizilerek kanatılır.⁴⁵
- Adana, Kastamonu ve Tunceli’de saçkırande (alopesi areata) kelleşen bölge kanatılır.^{28,41,44}
- Kastamonu’da yılanıkta hastalıklı bölge çizilir.⁴¹
- Balıkesir’de çocuklardaki yara, bere ve çibanlarda bel ortası çizilir.²⁵
- Bergama’da kuduzda “dilaltı kabarcıklar” kesilir.⁴⁶

Türk halk hekimliğinde sarılıkla ilgili çok sayıda kayıt vardır ve bunlarda tedavi amacıyla kesme, çizme ve kanatma yapıldığı görülmektedir. Usturayla, jiletle ya da bıçakla yapılan bu işlemlerin hemen hemen tümü baş bölgesine uygulanmaktadır:

- Afyon’da üst dudak bağı,²⁹ Kars-Iğdır’da dilaltı ve dudak altı,²⁷ Balıkesir’de dilaltı,^{25,42} Kastamonu’da dudak, damak, dilaltı, burun üstü ve altı, bel, iki kaş arası,⁴¹ Denizli’de başın tepesi,⁴⁷ Mersin’de alın,⁴⁸ Denizli’de dilin altı, sağı solu ya da üst dudak bağı, iki kaş ortası,⁴⁷ Aydın’da dilaltı, iki kaşın ortası, başın üst ortası,³⁴ Kars, Iğdır, Adana, Fırat havzası, Balıkesir, Tunceli ve Denizli’de iki kaşın ortası,^{27,28,33,42,44,47} Adana’da boyun, alın ve ense,²⁸ Balıkesir’de alın,³⁷ kesilir ya da kanatılır.

Uygulama bölgeleri incelendiğinde, Türk halk hekimliğinde tedavi için seçilen bazı noktaların Çin tıbbındakilerle paralellik gösterdiği fark edilmektedir. Çin tıbbındaki bu uygulamalar şöyle sıralanabilir:

- Frenulumun her iki yanında yer alan venler üzerindeki akupunktur noktalarının (*Jinjin Yuye*) kullanım endikasyonları arasında, ses kısıklığı, konuşma ve dille ilgili problemler de bulunmaktadır.⁴⁹ Klasik uygulamada bu noktalar iğnelenmez, sadece kanatma yapılır.
- Başın tepesinde yer alan GV20 noktası, baş, burun ve göz ile ilgili rahatsızlıklarda sıkça kullanılan bir noktadır.⁴⁹
- Alopesi areata durumunda, ilgili alana önce kanatma yapılır, peşinden sarımsak ya da taze zencefil sürülür.

KUPA ÇEKME

Hem geçmişte hem de günümüzde sık kullanılan tedavi yöntemleri arasında yer alan kupa çekme, benzer diğer yöntemler gibi, sadece Doğu tıbbına özgü değildir. Mısır'da bulunan Ebers papirüsünde (MÖ 1550) ve Herodot'un Tarih (MÖ 450) adlı eserinde bahsi geçen, Hipokrat (MÖ 400) tarafından da önerilen kupa çekme tedavisi, Asya, Ortadoğu ve Avrupa'da binlerce yıldır kullanılmaktadır.⁵⁰ Yöntem, Arap ve İslam dünyasında hacamat (hijama) olarak bilinmektedir.⁵¹

Kupa çekmede farklı teknikler kullanılabilir. Kupa hastalıklı bölgeye, hastalıklı bölgenin uzağında başka bir bölgeye ya da belirli akupunktur noktalarının üzerine sabit bir şekilde uygulanabildiği gibi, hareketli kupa yöntemi de tercih edilebilir. Hareketli kupa tekniğinde kupa, meridyenler boyunca ya da etkilenen alan boyunca ileri-geri gezdirilir. Bu tür "kuru" kupa teknikleri yanında, "kanlı" kupa teknikleri de vardır. Bu teknikte, önce bir ya da birden çok akupunktur iğnesiyle kanatma yapılır, peşinden de kupa çekilir.^{50,52}

Çin tıbbının kabul ettiği geleneksel teorilere göre kupa çekme, çi akımını artırarak *Yin-Yang* dengesinin sağlanmasına yardımcı olur, vücut direnci artırır, patojenik faktörleri elimine eder.⁵⁰ Biyolojik temelli araştırmalara göre ise kupanın temel etki mekanizması, lokal kan dolaşımını artırmasıdır.⁵⁰ Bu sayede mikrosirkülasyon düzelmekte, kapiller endotel hücre tamiri artmakta, bölgesel anjiyogenezis hızlanmaktadır.

Kupa çekmenin, Türk halk hekimliğinin en yaygın tedavi yöntemleri arasında yer aldığı ve Türkiye'nin hemen her yöresinde, ocaklılar dışındaki insanlar tarafından da uygulandığı bilinmektedir.^{27,31,33} Yukarıda belirtilen yöntemlere göre daha az invaziv ve olası komplikasyonlarının da daha az ciddi olması, bu yaygın kullanımın başlıca nedeni olarak düşünülebilir. Kupa çekme, farklı yörelerde farklı şekillerde isimlendirilmektedir:

- Kupa vurma (Aydın),³⁴ kupa çekme (Adana, Ayaş),^{28,36} kupa tutma (Balıkesir).⁴²
- Bardak atma (Kars, Iğdır),²⁷ bardak çekme (Fırat havzası, Balıkesir, Kastamonu),^{33,37,41} bardak vurma (Fırat havzası, Kastamonu),^{33,41} bardak tutma (Balıkesir),⁴² bardak kapatma (Kastamonu).⁴¹
- Şişe vurma (Balıkesir, Düziçi),^{42,45} şişe çekme (Adana, Fırat havzası, Kastamonu, Ceyhan),^{28,33,41,43} şişe kapatma (Kastamonu).⁴¹
- Çömlek tutma (Balıkesir),^{18,42} çömlek vurma (Balıkesir),⁴² çömlek çekme (Adana).²⁸
- Küp atma (Kars, Iğdır).²⁷
- Kavanoz tutma (Balıkesir).⁴²
- Vantuz çekme (İstanbul).³¹

Kastamonu yöresinde bu işlem, farklı bir nesneyle de uygulanmaktadır. Bölgede "kanlı hacamat" için büyükbaş hayvanın boynuzu kullanır ve buna boynuz çekmek ya da çıkma vurma denir.⁴¹ Bu işlem için hayvan boynuzunun kullanılması, başta Orta Asya olmak üzere dünyanın diğer bölgelerinde de bilinen bir uygulamadır.⁵²

Endikasyonlar göre incelendiğinde, (yayınlarda belirtildiği şekliyle) kupa çekmenin başlıca şu tür rahatsızlıklar için kullanıldığı görülmektedir:

- Sırt ağrısı (Adana, İstanbul, Fırat havzası, Aydın, Ayaş, Kastamonu).^{28,31,33,34,36,41}
- Soğuk algınlığı (Kars-Iğdır, Adana, İstanbul, Aydın, Ceyhan).^{27,28,31,34,43}
- Baş ağrısı, boyun ağrısı (Salihli).³⁵
- Öksürük (Kastamonu).⁴¹
- Zatürree (Pnömoni) (Kars-Iğdır, Adana).^{27,28}
- Bel ağrısı (Kars-Iğdır, Adana, Fırat havzası, Aydın, Ayaş, Balıkesir, Kastamonu, Düziçi).^{27,28,33,34,36,37,41,45}

- Sırt ağrısı (Aydın, Kastamonu).^{34,41}
- Romatizma (Fırat havzası, Salihli).^{33,35}
- İnfertilite (Balıkesir, Adana).^{18,28,42}
- Gece işemesi (Enürezis noktürna)(Kastamonu).⁴¹
- Bebeğin ters dönmesi (Fetal malpozisyon)(Kars-Iğdır).²⁷
- Sık düşük yapma (Abortus)(Kars-Iğdır).²⁷
- Göbek düşmesi (Umbilikal herni)(Kars-Iğdır).²⁷

SONUÇ

Anadolu halk hekimliğinde uygulanan tedavi yöntemlerinin bazılarının Çin tıbbı (Doğu tıbbı, Orta Asya tıbbı) ilkelerine uygun olduğu ve uygulamaların benzer olduğu görülmektedir. Akupunkturun Türkiye'ye girdiği tarih olan 1950'li yılların çok daha öncesinden bu tür uygulamaların biliniyor olması, bu yöntemlerin kökeninin Orta Asya'ya uzandığının bir kanıtı olarak kabul edilebilir. Yazılı ve sözlü kültür aracılığıyla yüzyıllar boyunca kuşaktan kuşağa aktarılan bu bilgiler, gerçek kökeni ve temeli bilinmese de, halk arasında kullanılmaya devam etmiş ve günümüze kadar ulaşmıştır. Bundan sonra gerçekleştirilecek daha yeni ve nitelikli halk hekimliği çalışmaları, bu bağlantının daha iyi anlaşılmasına olanak sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

1. Boratav PN. 100 Soruda Türk Folkloru. İstanbul: Gerçek Yayınevi; 1994.
2. Yaylagül Ö. Anadolu'da yaşayan halk hekimliği uygulamalarının eski ve orta Türkçe tıp metinlerindeki temelleri. Milli Folklor 2014;26(103):48-58.
3. Santur M, Santur A. Anadolu inançlarının halk hekimliğine etkileri. Uluslararası Anadolu İnançları Kongresi Bildirileri; 2000; Ekim 23-28; Ürgüp, Türkiye. Ankara: Ervak Yayınları; 2001.
4. Acar HV. Hunlardan Osmanlılara Türklerde akupunktur uygulamaları. IX. Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Günleri; 2015; Haziran 10-13; Malatya, Türkiye. Adana; 2015.
5. <http://www.merriam-webster.com/dictionary/acupuncture>
6. Cheng XN. Chinese Acupuncture and Moxibustion. Beijing: Foreign Languages Press; 1999.
7. Zhang RX, Lao LX, Ren K, Berman BM. Mechanisms of acupuncture-electroacupuncture on persistent pain. Anesthesiology 2014;120(2):482-503.
8. Deng HY, Shen XY. The mechanism of moxibustion: Ancient theory and modern research. Evid Based Complement Alternat Med 2013;2013:379291.
9. Dong HG, Zhang XR. An overview of traditional Chinese medicine. In: Chaudhury RR, Rafei UM, editors. Traditional medicine in Asia. New Delhi: SEARO Regional Publications; 2001. pp.17-30.
10. Winder M. Tibetan medicine. Bulletin of Tibetology 1989;25:5-16.
11. Bold, S. Brief History and Development of Traditional Mongolian Medicine. Available from: http://www.wipo.int/edocs/mdocs/tk/en/wipo_ipk_bkk_09/wipo_ipk_bkk_09_topic6_1.pdf
12. Acıpayamlı O. Türkiye folklorunda halk hekimliğinin morfolojik ve fonksiyonel yönden incelenmesi. Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri; 1988; Kasım 23-25; Ankara, Türkiye. Ankara: Kültür Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları; 1989.
13. Kaşgarlı Mahmud. Divanü Lûgati't-Türk (Çev. Besim Atalay). 5. Basım. I-IV Ciltler. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları; 2006.
14. Çavdar CA. Türk halk hekimliğinde dağlama. Türk Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri; 1988; Kasım 23-25; Ankara, Türkiye. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi; 1989.
15. (İnan) Abdülkadir. "Al" ruhu hakkında. Türk mitolojisinde kötü bir ruh (Al, albastı, albız, almıs, albıs, abası). Türk Tarih ve Etnografya Dergisi 1933;1:160-167.
16. Canpolat M. XIV. Yüzyılda Yazılmış Değerli Bir Tıp Eseri. Edviye-i Müfrede. A.Ü. DTCF Türkoloji Dergisi 1973;5:21-47.
17. Koşay H. Ankara Budun Bilgisi. Ankara Halkevi Dil-Tarih-Edebiyat Şubesi Neşriyatı No:14. Ankara: Ulus Basımevi; 1935.
18. Salman M. Halk Hekimliği ve Halk Veterinerliği. Ankara: Ulus Basımevi; 1948.
19. Hacışeyhoğlu HÜ. Çankırı Tarih ve Halkiyatı, 1932. Ankara: Okuyan Adam yayınları; Ankara 2002.
20. İnan A. Tarihte ve bugün Şamanizm. Materyaller ve araştırmalar. Ankara: Türk Tarih Kurumu; 2000.
21. Özbek M. Değirmen-tepe (Kalkolitik Çağ) bebeklerinde ilginç bir adet: Baş dağlaması. Belleten 2003;67:369-81.
22. Paul Potter. Hippocrates, Volume IX. Cambridge, Massachusetts, London: Harvard University Press; 2010.
23. The history of Herodotus, By herodotus, Translated into English by G.C. Macaula [Internet]. Release Date:

December 1, 2008 [EBook #2707], Last Updated: January 25, 2013. Available from: <https://www.gutenberg.org/files/2707/2707-h/2707-h.htm>

24. Ünver AS. Tanksuknamei İlhan Der Fünunu Ulumu Hatai Mukaddimesi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Tıp Tarihi Enstitüsü; 1939:3-72.
25. Ayhan A. Balıkesir halk hekimliğinde sağaltma ocakları ve usulleri. IV. Türk Tıp Tarihi Kongresi, Kongreye Sunulan Bildiriler; 1996; Eylül 18-20; İstanbul, Türkiye. Ankara: Atatürk Kültür Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Atatürk Kültür Merkezi Yayınları; 2003.
26. Çiftçi H, Çevik E, Aksoy Ş. Şanlıurfa yöresinde uygulandığı şekli ile dağlama. Türkiye Klinikleri J Med Ethics 2005;13(2):110-114.
27. Öncül K. Kuzeydoğu Anadolu Bölgesi Halk Hekimliği. Kars: Kafkas Üniversitesi Türk Halkbilimi Uygulama ve Araştırma Merkezi Yayınları; 2011.
28. Özgen ZN. Adana (Merkez) Halk Hekimliği Araştırması. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Adana: 2007.
29. Şar S. Afyon yöresi halk hekimliğinde görülen uygulamalar. IV. Milletlerarası Türk Halk Kültürü Kongresi Bildirileri, IV. Cilt, Gelenek, Görenek ve İnançlar; 1991; Mayıs 6-11; Antalya, Türkiye. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları; 1992.
30. Başar Z. Erzurum'da Tıbbi ve Mistik Folklor Araştırmaları. Ankara: Atatürk Üniversitesi Yayınları; 1972.
31. Aytar S. İstanbul Tıbbi Folkloru. İstanbul: Bozak Matbaası; 1980.
32. Yılmaz A. Tahtacılar Gelenekler. Ankara: CHP Halkevleri Yayınları, Milli Kültür Araştırmaları; 1948.
33. Çopuroğlu C. İnsan-çevre-kültür ilişkisi çerçevesinde Fırat Havzasında halk hekimliği. İstanbul Üniversitesi Sosyoloji Konferansları Dergisi 2003;27:15-39.
34. Ülger Z. Aydın (Merkez) ve Çevresinde Halk Hekimliği. Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili Ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Aydın: 2012.
35. Svanberg I. Kazak refugees in Turkey. A study of cultural persistence and social change. Uppsala; Acta Universitatis Upsaliensis: 1989.
36. Albayrak A, Çapcıoğlu İ. Ehl-i sünnet geleneğine bağlı bir Orta Anadolu köyünde halk inançları ve uygulamaları. Dini Araştırmalar 2006;8(24):107-132.
37. Erol İrkil K. Balıkesir Merkez İlçe Manav Köyleri Halk Edebiyatı ve Folklor Derlemeleri. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Balıkesir: 2014.
38. Acıpayamlı O. Acıpayam'da Halk Hekimliği. A.Ü. DTCF Antropoloji Dergisi 1978;11:11-16.
39. Uzel İ. Cerrahiyet'ül Haniyye, 1st ed. Ankara; Türk Tarih Kurumu Yayınları: 1992.
40. Acar HV. Acupuncture points in the book of Şerefeddin Sabuncuoğlu, a 15th century Turkish physician. Acupunct Med 2015;33(1):72-76.
41. Küçükbasımcı GG. Kastamonu'da Halk Tababeti İnanış ve Uygulamaları. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi; Ankara: 2000.
42. Yaşar H. Balıkesir ve Yöresinde Çocuk Folkloru Ürünleri Üzerine Derlemeler ve İncelemeler. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Balıkesir: 2008.
43. Yolcu F. Adana İli Ceyhan İlçesi Halk Kültürü Araştırması. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Adana: 2008.
44. Konak A, Aktar O. Medikal antropoloji çerçevesinde Tunceli/Ovacık'ta geleneksel sağaltma yöntemleri. C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi 2009;35(2):156-187.
45. Kurum U. Düziçi'nde Halk Hekimliği. Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı Türk Halk Edebiyatı Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Niğde: 2008.
46. Acıpayamlı O. Türkiye Folklorunda Kuduz Hastalığı. A.Ü. DTCF Antropoloji Dergisi 1967;4:89-97.
47. Öngel G. Denizli Halk Hekimliğinde Ocaklar. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi; Denizli: 1997.
48. Savran G. Adana Bölgesi'nde derlenen bazı tıbbi uygulamaların antropoloji açısından değerlendirilmesi. In: III. Uluslararası Çukurova Halk Kültürü Bilgi Şöleni, Adana, Türkiye: Adana Valiliği Yayını; 1999, p. 582-583.
49. Deadman P, Al-Khafaji M, Baker K. A Manual of Acupuncture. East Sussex: Journal of Chinese Medicine Publications;1998.
50. Mehta P, Dhapte V. Cupping therapy: A prudent remedy for a plethora of medical ailments. J Tradit Complement Med 2015;5(3):127-134.
51. AlBedah A, Khalil M, Elolemy A, Elsubai I, Khalil A. Hijama (cupping): A review of the evidence. FACT 2011;16(1):12-16.
52. Chirali İZ. Traditional Chinese Medicine Cupping Therapy. Edinburgh: Churchill Livingstone Elsevier;2014.