

**CİNSEL FONKSİYON BOZUKLUKLARINDA İNTEGRATİF TIP UYGULAMALARI  
INTEGRATIVE MEDICINE APPLICATIONS IN SEXUAL FUNCTION DISORDERS**

Tülay BÜLBÜL<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Doğum-Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri

**ÖZ**

Hastalıkların tanı, bakım ve tedavilerinde gözlenen hızlı gelişmelere paralel olarak integratif terapilerin kullanımında bir artış meydana gelmiştir. Birçok hastalıkta olduğu gibi cinsel fonksiyon bozukluklarında da bireyler integratif tıp uygulamalarını kullanmaktadır. Bu yöntemler arasında akupunktur, yoga, egzersiz, biofeedback, homeopati, bitkisel tedavi, diyet, vitaminler ve mineraller yer almaktadır.

**Anahtar kelimeler:** cinsel fonksiyon bozukluğu, integratif terapi, hemşirelik

**GİRİŞ**

Cinsel sağlık, genel sağlık açısından toplumu en çok ilgilendiren konulardan biridir ve cinsel sorunlar, insanların en fazla mutsuz eden sağlık sorunlarının başında gelmektedir (1). Fiziksel, psikolojik, sosyal ve kültürel bileşenleriyle genel sağlığın ayrılmaz parçalarından birini oluşturan cinsel yaşam, pek çok faktörden olumsuz yönde etkilenebilmekte ve cinsel fonksiyon bozukluğu gelişebilmektedir (2).

Cinsel fonksiyon bozukluğu, cinsel istek bozuklukları ve cinsel tepki döngüsü ile ilişkili psiko-fizyolojik değişiklikler ile karakterizedir. Cinsel fonksiyon bozuklukları, sık rastlanan ve toplumun önemli bir kesimini ilgilendiren sorunlardandır (2,3). Her iki cinsiyette de (erkeklerin %10-52'si ve kadınların %25-63'ü arasında) yaygın olarak görülmektedir (4). Amerika Birleşik Devletlerinde yapılan büyük bir toplum çalışmasında kadınların %40'dan fazlasında, erkeklerin %30'unda değişik tiplerde cinsel fonksiyon bozukluğu saptanmıştır. Kadınlarda cinsel isteksizlik (%22) ve erkeklerde erken boşalma (%21) en sık görülen bozukluklardır. Ayrıca kadınların dörtte birinde orgazm bozukluğu, beşte birinde vajinada yeterli ıslanma olmadığı bulunmuştur (5). Doğan'ın çalışmasında (5) ülkemizde normal popülasyonda yapılan bir araştırmada cinsel fonksiyon bozukluğu görülme sıklığı kadınlarda vajinismus %15, anorgazmi %5 ve erkeklerde sertleşme bozukluğu %14, erken boşalma %29 olarak bildirilmiştir.

Kadınlarda cinsel fonksiyon bozukluğu yaygınlığı yaşla, vasküler hastalıklar için risk etmenlerinin varlığıyla ve

**ABSTRACT**

In parallel with the rapid developments in diagnosis, care and treatment of diseases, there has been an increase in the use of integrative therapies. As in many diseases, the individual also uses integrative therapies in sexual dysfunctions. These include acupuncture, yoga, exercise, biofeedback, homeopathy, herbal therapy, diet, vitamins and minerals.

**Keywords:** sexual dysfunction, integrative therapy, nursing

menopozla artmaktadır (5). İlişki çatışmaları, stresli yaşam olayları, yetersiz cinsel eğitim, yaşlanma, azalmış testosteron düzeyleri, tıbbi hastalıklar, bazı ilaçlar ve depresif bozukluklar gibi etmenler cinsel fonksiyon bozukluğu oluşmasında rol alabilir (5).

**Cinsel İşlev Bozukluklarında İntegratif Tıp Uygulamaları**

Hastalıkların tanı, bakım ve tedavilerinde gözlenen hızlı gelişmelere paralel olarak integratif terapilerin kullanımında bir artış meydana gelmiştir. İntegratif terapileri kullanmanın; daha uzun ve sağlıklı yaşama isteği, ilaçların yan etkilerini azaltma, immün sistemi güçlendirme, umutsuzluktan kurtulma, gerginlik ve kontrol kaybindan kaçınma gibi çeşitli nedenleri bulunmaktadır (6). Ayrıca yaşam süresinin artışına paralel olarak, bakım ve tedavisi güç, kronik, dejeneratif ve malign hastalıklardaki artış, yeni teknolojilerin yüksek maliyeti, bu olanaklara ulaşılmasındaki güçlükler, sağlık ekibi üyelerinin yeterli zaman ayıramayışı, güncel bakım ve tedavi yöntemlerine karşı duyulan kuşku ve olası yan etkilerinden korku, integratif tıp uygulamalarına olan ilgiyi de büyük ölçüde arttırmıştır (6). Birçok hastalıkta olduğu gibi cinsel fonksiyon bozukluklarında da bireyler integratif tıp uygulamalarını kullanmaktadır (7). Bu yöntemler arasında akupunktur, yoga, egzersiz, biofeedback, homeopati, bitkisel tedavi, diyet, vitaminler ve mineraller yer almaktadır.

**Corresponding Author:** Yrd.Doç.Dr. Tülay Bülbül, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Doğum-Kadın Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Kayseri 38039  
Tel: 0352 4379282  
e-mail: tozkan@erciyes.edu.tr

### Akupunktur

Geleneksel Çin tıbbının bir parçası olan akupunkturda, vücudun özel noktalarında cilde yerleştirilen ince metal iğneler aracılığı ile stimülasyon sağlanarak, derinin hemen altından geçen enerji kanalları ve bu kanallar üzerinde bulunan direnç noktalarının ilintili bulunduğu organlar arasında ilişki sağlanmaktadır (7). Akupunktur uygulaması ile merkezi sinir sisteminde serotonin ve endorfin düzeyinde yükselme gözlenmiştir. Endorfinler, nöronlar arasındaki sinaptik mesafede impuls üretmekte olan nörotransmitterler gurubundandır. Akupunktur noktalarından gönderilen uyarılar sayesinde terminal plaklardaki veziküller içinde bulunan nörotransmitterlerin (asetilkolin, noradrenalin, dopamin, glicin, seratonin vb) serbest hale gelmesi sağlanmaktadır. Serotoninin, kişinin kendini iyi hissetmesi, mutlu ve halinden memnun olması, iştahının ve seks dürtülerinin normal düzeyde olması ve psikomotor dengenin sağlanmasında etkilerinin bulunduğu belirtilmektedir (8,9). Hayvan çalışmalarında, nörotransmitterlerdeki bu değişimlerin hayvanlardaki cinsel performansı etkilediği saptanmıştır (9).

Cinsel fonksiyon bozukluğu, özellikle de cinsel istek azlığı olan kadınlar için bir tedavi seçeneği olarak akupunktur önerilmektedir (10). Premenopozal dönemde cinsel istek bozukluğu olan kadınlara beş hafta süreyle akupunktur uygulandığında belirgin bir iyileşme görüldüğü belirtilmiştir (10). Vulvodini (dış genital bölge ağrısı) olan kadınlarda akupunkturun, ağrıyı önemli ölçüde azalttığı ve yaşam kalitesini yükselttiği bildirilmiştir. (11) Akupunktur ile tedavinin, organik olmayan erkek cinsel işlev bozukluğunda adjuvan tedavi olarak kullanılabilirliğini öneren randomize kontrollü çalışmalar bulunmaktadır (12-14) Bununla birlikte erektil disfonksiyonu olan bireylerde tek başına akupunktur uygulamasının olumlu etkisini göstermeyen çalışmalar da mevcuttur (15,16).

### Aromaterapi

Çiçeklerden, bitkilerden ve ağaçlardan elde edilen esansiyel yağların, sağlığı ve iyilik durumunu arttırmak amacıyla kullanılmasıdır. Aroma yağlarının kan dolaşımı yardımı ile lenf sistemine ulaştığı ve hücreler arası sıvı yolu ile iyileşme sağladığı kanıtlanmıştır (6,7) Aromaterapi günümüzde estetik, klinik ve holistik olmak üzere genelde üç alanda kullanılmaktadır. Aromaterapinin kullanım amaçlarından en yaygın olanı bedeni gerilim ve stresten arındırarak gevşemeye yardımcı olmak ve özellikle de ağrı algısını azaltmaktır. Aromaterapide uyarılan koku duyusu, beyinde ağrı uyaranlarının kortekse ulaşmasını engeller (17). Menopoza geçiş sürecinde, fiziksel ve psikolojik değişiklikler cinsel fonksiyon bozukluklarına yol açmaktadır. Östrojen eksikliğine bağlı vajen epitelinde atrofi oluşumu ve kuruluk direkt cinsel birleşmeyi etkilemektedir. Cinsel yaşlanmayla vajen ve serviksde kan akımı ve sekresyon azalmakta, cinsel uyarılma ve ilişki sıklığında düşüş meydana gelmektedir (18). Menopozal semptomların giderilmesinde sırt, bacak, boyun ve göğüs bölgesine yapılan aromaterapi masajının etkili olduğunu belirtmişlerdir (17).

### Hipnoterapi

Hipnoterapi, uykuya benzeyen bilinç değişikliği durumudur. Hem erkekler hem de kadınlarda cinsel işlev

bozukluğunun tedavisinde geleneksel tedavi yaklaşımlarına eklenen hipnoz, tedaviyi kolaylaştıran ve tedavi seçeneklerini genişleten bir uygulamadır (6,20). Hipnoz kadınlardaki cinsel fonksiyon bozukluklarının tedavisinde kullanılabilir. Hipnoz yöntemi disparoni sorununun tedavisine yardımcı olan bir yöntemdir (21).

Vajinismus kadınlarda sık görülen bir problemdir (21). Değişik araştırmalar vajinismus prevelansının Türkiye'de cinsel terapi kliniklerine başvuran hastalar arasında çok yüksek olduğunu göstermektedir (22). Yapılan bir çalışmada vajinismus tedavisinde hipnoterapinin etkili olduğu görülmüştür (22). Randomize kontrollü bir araştırmada, cinsel işlev bozukluğu bulunan ve saptanabilir herhangi bir organik neden bulunmayan hastalarda, hipnozun cinsel fonksiyon üzerine etkilerini değerlendirilmiştir. Çalışmada birinci gruba testosteron, ikinci gruba trazodone, üçüncü gruba hipnoz terapisi uygulanmıştır, son grup ise kontrol olarak alınmış ve hiçbir uygulama yapılmamıştır. Çalışma, hipnoz terapisi ile cinsel fonksiyonlarda belirgin düzelmelerin olduğunu göstermiştir (23).

### Yoga

Kelime anlamı olarak beden, zihin ve ruh bütünleşmesi demektir. Yoga, çeşitli immünolojik, nöromusküler, psikolojik ve ağrı koşullarında sağlık uygulamaları olarak gelişmiş ülkelerde giderek daha fazla tanınan ve kullanılan eski bir zihin beden uygulamasıdır. (24). Çoğu hasta ve yoga uzmanı, cinsel işlevleri geliştirmede ve cinsel rahatsızlıkların tedavisinde yoganın yararlı olduğunu iddia etmektedir (25). Bir çalışmada, yoga seanslarının tamamlanmasının ardından kadınların, cinsel istek, uyarılma, kayganlaşma, orgazm, tatmin ve ağrı alanlarını içeren cinsel işlev puanlarında önemli ölçüde iyileşme olduğu belirtilmiştir. (26). Yoganın, erkeklerde cinsel işlevlerin tüm alanlarını (cinsel istek, cinsel ilişki memnuniyeti, performans, güven, partner senkronizasyonu, ereksiyon, ejakülasyon kontrolü, orgazm) iyileştirmede etkin olduğu ileri sürülmektedir (26).

### Homeopati

Homeopati, 18. yüzyılın sonlarından beri yaygın olarak kullanılan, ancak Türkiye için çok yeni olan bir alandır. Sağlıklı/hasta bireye belirli bir bitkisel madde çok az miktarlarda verilerek immün sistemin uyarılması sağlanmakta, böylece iyileşme hızlandırılmaktadır. Homeopati, benzerler kuralı ile çalışır, benzer tedavilerin sonuçları benzerdir (6,27). Homeopati, cilt hastalıkları, solunum, dolaşım ve sindirim sistemi sorunları, migren, stres ve anksiyete, empotans, prostat sorunları ve infertilite gibi birçok insanın yaşadığı sorunlara yardımcı olmaktadır.(28)

### Biofeedback

Biofeedback tedavi, fizyolojik fonksiyonlar ve bu fonksiyonların bilinçli olarak nasıl yönetileceği hakkında gerçek zamanlı analizler ve talimatlar sayesinde bilgi sağlayan bir yöntemdir (29). Özellikle pelvik kasların yetersizliğine bağlı cinsel uyarılma, orgazm sorunlarında veya pelvik kasların aşırı çalışmasına bağlı gelişen cinsel ağrı hastalıklarında biofeedback ile olumlu sonuçlar alınmaktadır (21). Bununla birlikte psikojenik erektil disfonksiyonlu 30 erkek hasta biofeedback eğitiminin kontrollü bir çalışması ile değerlendirilmiştir. Bir aylık

izlem periyodunda erektil fonksiyonda gruplar arası farklılıklar olmadığı belirlenmiştir (30)

### Bitkisel İlaçlar

Cinsel sorunlar ve tedavisi, sosyal ve tıbbi yönden önemli ve ciddi olan bir problem olduğundan, bireyler problemlerinin çözümü için ya modern tıbbi tedavi ya da doğrudan doğal kaynaklı tedavi yöntemlerine başvurabilmektedirler (31) Doğal kaynaklı tedavi yöntemlerinden biri de bitkisel tedavidir. Bitkisel tedavi, hastalıkların bakım ve tedavisinde, sağlığın geliştirilmesi ve sürdürülmesinde taze veya kurutulmuş bitki kısımları ya da bunlardan elde edilen ekstraksiyon ürünleri kullanılarak üretilen çay, damla, draje, kapsül, şurup, tablet vb. kullanılması anlamındadır (6,7)

### Jinseng

Çin, Japonya, Kore gibi Uzak Doğu ülkelerinde yetişen, geleneksel tedavilerde kullanılan, kazık köklü, otsu ve çokyıllık bir bitkidir. Afrodizyak ve östrojenik etkilere sahip olduğu düşünülmektedir. Ginseng, seksüel disfonksiyonun tedavisinde sıklıkla kullanılmaktadır (3,18,32,33). Hayvan çalışmalarından elde edilen veriler ginseng içinde bulunan saponin glikozitlerinin nitrik oksit (NO) sentetaz induksiyonu, kavernoal NO salınımı ve hücre içi kalsiyum azalması ile penil vazorelaksasyon sağladığını göstermiştir (31). Ayrıca jinseng kullanımında vajinal mukozada östrojen benzeri etkilerin olduğu bildirilmiştir (32). Plasebo kontrollü bir çalışmada 90 hasta üç ay boyunca değerlendirilmiştir. Bunların arasında 30 hasta Kore kırmızı ginseng özütü (1.8 g), 30'u plasebo, 30'u da trazodone (25 mg) ile tedavi edilmiştir. Cinsel ilişki sıklığına ilişkin gruplar arası farklılıklar bildirilmemesine rağmen, sonuçlar ginsengin penil sertlik, libido ve doyum konusunda üstünlük sağladığını göstermektedir (34).

### Yohimbine

Yohimbine, Orta Afrika ağacının *Corynanthe yohimbe* kabağundan türetilmiş bir alkaloiddir. (3,31). Randomize kontrollü 7 çalışmanın meta analizinde yohimbinin erektil disfonksiyon tedavisinde genellikle efektif ve pahalı olmayan bir yöntem olduğu ve özellikle organik kaynaklı olmayan erektil disfonksiyon tedavisinde etkili olduğu görülmüştür (31). Hayvanlar üzerinde yapılan bir çalışma, yohimbin'in erkek cinsel performansı üzerinde olumlu etkisi olduğunu göstermiştir (36). Bir meta-analiz sonucunda, erektil disfonksiyon için yohimbinin etkili olduğu ileri sürülmektedir. Buna ek olarak, bir vaka sunumu, yohimbinin antidepresan kaynaklı cinsel fonksiyon bozukluğunun tedavisinde, anorgazminin tedavisinde, ereksiyonun sağlanması ve sürdürülmesinde etkili olduğunu göstermiştir (3).

### Ginkgobiloba

Ginkgobilobanın seksüel fonksiyonlar üzerindeki etkisi ise beyin ve genital bölge kan akımını arttırması ve NO biyoyararlanımını artırması üzerinden olabileceği gösterilmiştir (35). Ginkgonun özellikle anti-depresana bağlı erektil disfonksiyon tedavisinde kullanımı ile ilgili birçok çalışma mevcuttur. Fakat 2013 yılında yayınlanan Cochrane very tabanına göre bu hastalarda kullanımı ile ilgili plaseboyla arasında anlamlı bir fark olmadığı gösterilmiştir (35,36). Bir klinik araştırma, arteryel erektil

disfonksiyonu tedavi etmek için ginkgo özütü kullanılmıştır. Hastaların %50'sinin potensini geri kazandığı bildirilmiştir (3). Bir çalışmada ginkgonun, özellikle kadınlarda antidepresanlardan kaynaklanan cinsel işlev bozukluğunun tedavisinde etkili olduğu gösterilmiştir (37). Ginkgo'nun erektil disfonksiyon tedavisinde tek başına kullanımı konusunda çok az kanıt olmasına rağmen, NO varlığını artırarak genel vasküler perfüzyonu artırabilmektedir. Ginkgo, erektil disfonksiyon hastaları için bu sorunun yönetiminde yer alabilir bir ajan olmuştur. (36)

### Tribulus Terrestris

Tribulus terrestris bitkisinden türetilen bir fitokimyasal ajandır (3). Etki mekanizması net olarak bilinmemekle beraber bazı hayvan deneylerinde testosteron seviyesini arttırarak erektil kapasitesiyi arttırdığı gösterilmiştir. Fakat insan çalışmalarında testosteron arttırıcı etkisi ortaya konamamıştır (35). Bir çalışmada, subfertil erkeklerde fertilitenin arttırılmasında etkili olduğu ve hem diyabetik hem de diyabetik olmayan erkeklerde erektil disfonksiyonun iyileştirilmesinde etkili olduğu bulunmuştur (3). Sonuç olarak Tribulus terrestris bitkisinin ereksiyon üzerinde direkt etkisi olmasa bile net olarak ortaya konamayan bir mekanizma ile seksüel fonksiyonları düzeltebileceği gösterilmiştir (35).

### Arjinin

Tahıllarda, et, süt, tavuk, balık ve fındıkta çeşitli düzeylerde bulunan L-arginin, NO prekürsörü olarak bilinen bir amino asittir. Genelde doğal viagra olarak pazarlanır. Küçük, kontrollü olmayan bir çalışmada 2 haftalık 3x500 mg/gün kullanım sonucunda hastaların %40'ında artmış erektil fonksiyon görülürken, kontrollü bir çalışmada 6 haftalık kullanım sonunda hastaların %31'inde artmış erektil fonksiyon görülmüştür (31).

### Maca

Maca kökü, afrodizyak ve fertilitayı arttırıcı özelliklerinden dolayı kullanılmıştır. Kemirgen araştırmaları, macanın cinsel davranışları iyileştirebileceğini göstermektedir (35,36). Etki mekanizması tam olarak bilinmemekle beraber spermatogenesis ve cinsel istek üzerinde olumlu etkisi olabileceği düşünülmektedir (35). Gonzales GF ve ark. yaptığı çalışmada toplam 45 sağlıklı erkek 12 hafta boyunca Maca ile tedavi edilirken diğer grup plasebo ile takip edilmiştir. Çalışma sonunda maca alan grupta %42 oranında cinsel istekte artış olduğu saptanırken plasebo grubunda her hangi bir artış olmadığı görülmüştür (38). Macanın sertleşmeyi arttırıcı ajan olarak terapötik değeri ile ilgili spesifik veriler çok azdır (36).

### Vitamin E

Vitamin E'nin sıcak basmaları, ruhsal durum değişiklikleri ve vajinal kuruluğu azaltmada olası bir etkisinin olduğu ileri sürülmektedir. Bir çalışmada E vitamini kullanımının vajinal duvara olan kan akımını arttırdığı ve vajinal kuruluğu iyileştirdiği saptanmıştır(32).

### SONUÇ

Dünyada ve ülkemizde integratif tıp uygulamalarının kullanımı hızlı bir artış göstermesine karşın sağlık çalışanlarının bu yöntemlere bakış açıları üzerine sınırlı

sayıda bilimsel araştırma bulunmaktadır. Bu konularda daha fazla kanıt temelli çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır.(6,21,32). Birçok integratif tıp uygulaması günümüzde modern tıbbın bir parçası durumuna gelmiştir ve gün geçtikçe de yaygınlaşmaktadır. Toplumunu oluşturan bireylerin integratif tıp uygulamalarına yönelik ilgisindeki artış sonucu, sağlık bakım profesyonellerinin bu uygulamalarda rol alması zorunluluk haline gelmiştir.

#### KAYNAKLAR

1. Akarsu RH, Beji NK. Kadın cinsel fonksiyon bozuklukları sınıflandırılmasında DSM-V kapsamında yapılan değişiklikler. *Androloji Bülteni* 2016; 18:134-137.
2. Psikiyatride Görülebilecek Diğer Bozukluklar. Cinsel İşlev Bozuklukları. TC Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara, 2012:28-35.
3. Aung HH, Dey L, Rand V, Yuan CS. Alternative therapies for male and female sexual dysfunction. *The American Journal of Chinese Medicine* 2004; 32; 161-173.
4. Cinsel Sağlık ve Üreme Sağlığı Alanında Ulusal Ve Yerel Medya Yoluyla Savunuculuk Projesi, Bilgilendirme Dosyası 1: Cinsel Yaşam ve Sorunları. Şahin D, Şimşek F, Seyisoğlu H. (eds). Cinsel İşlev Bozuklukları. pp 21-23.
5. Doğan S. Cinsel işlev bozuklukları, depresyon ve antidepresanlar. *Journal of Mood Disorders* 2011; 1:81-86
6. Turan N, Öztürk A, Kaya N. Hemşirelikte yeni bir sorumluluk alanı: tamamlayıcı terapi. *Malatya Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanat Dergisi* 2010; 3:93-98.
7. Erkek ZY, Pasinlioğlu T. Doğum ağrısında kullanılan tamamlayıcı tedavi yöntemleri. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi* 2016; 19:71-77.
8. Cabioğlu MT, Ergene N. Akupunkturun etki mekanizmaları ve klinik uygulamaları. *Genel Tıp Derg* 2003;13:35-40.
9. Wong J. Male Sexual impotence, sildenafil citrate, and acupuncture. *Medical Acupuncture Online Journal* 2012; 13.
10. Oakley SH, Liu JW, Crisp CC, Pauls RN. Acupuncture in premenopausal women with hypoactive sexual desire disorder: A prospective cohort pilot study. *Sex Med* 2016; 4:176-181.
11. Brotto LA, Krychman M, Jacobson P. Eastern approaches for enhancing women's sexuality: mindfulness, acupuncture, and yoga (CME). *J Sex Med* 2008;5:2741-2748.
12. Aydın S, Ercan M, Caşkurlu T, et al. Acupuncture and hypnotic suggestions in the treatment of non-organic male sexual dysfunction. *Scand J Urol Nephrol* 1997; 31:271-274.
13. Kho HG, Sweep CGJ, Chen X, Rabsztyrn PRI, Meuleman EJH. The use of acupuncture in the treatment of erectile dysfunction. *International Journal of Impotence Research* 1999; 11:41-46.
14. Yaman LS, Kılıç S, Sarıca K, Bayar M, Saygın B. The place of acupuncture in the management of psychogenic impotence. *Eur Urol* 1994; 26:52-55.
15. Lee MS, Shin BC, Ernst E. Acupuncture for treating erectile dysfunction: a systematic review. *BJU Int* 2009; 104:366-370.
16. Cui X, Zhou J, Qin Z, Liu Z. Acupuncture for erectile dysfunction: a systematic review. *Biomed Res Int* 2016.
17. Rathfisch G. Kadın sağlığında aromaterapi. I. Uluslararası ve III. Ulusal Tamamlayıcı Terapiler ve Destekleyici Bakım Uygulamaları Kongresi, Antalya, 24-26 Kasım 2016.
18. Özcan H, Beji Kızılkaya N. Menopoz döneminde cinsellik. *Androloji Bülteni* 2014; 16:209-211.
19. Başgül Ş, Aslan E. Jinekolojik kanserlerin tedavisinde tamamlayıcı ve alternatif tedavi: kanıt dayalı yaklaşım. *Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik E-Dergisi* 2014; 2:51-62.
20. Stanley RO, Burrows GD. Hypnotic Interventions in the Treatment of Sexual Dysfunction. *International Handbook of Clinical Hypnosis*. John Wiley&Sons Ltd. 2001:pp 233-246.
21. Amanak K, Karaöz B, Sevil Ü. Alternatif/Tamamlayıcı tıp ve kadın sağlığı. *TAF Prev Med Bull* 2013; 12:441-448.
22. Taştan K, Işık M. Vajinismus tedavisinde hipnoterapi: bir olgu sunumu. *Ankara Med J* 2015; 15:35-37.
23. Aydın S, Odabaş O, Ercan M, Kara H, Ağargün MY. Efficacy of testosterone, trazodone and hypnotic suggestion in the treatment of non-organic male sexual dysfunction. *Br J Urol* 1996; 77:256-260.
24. Curtis K, Weinrib A, Katz J. Systematic review of yoga for pregnant women: current status and future directions. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2012;1-13.
25. Dhikav V, Karmarkar G, Gupta M, Anand KS. Yoga in premature ejaculation: a comparative trial with fluoxetine. *J Sex Med* 2007; 4:1726-1732.
26. Dhikav V, Karmarkar G, Verma M, Gupta R, Gupta S, Mittal D, Anand K. Yoga in male sexual functioning: a noncomparative pilot study. *J Sex Med* 2010;7:3460-3466.
27. Sezer Ö. Türkiye'de yeni parlayan bir integratif tıp yöntemi: homeopati. *Euras J Fam Med* 2015;4:1-6.
28. Thompson M. Homeopathy for Men. The integrative medicine centre. [dev.naturalmedicinetworks.net/.../Homeopathy-for-Men.pdf](http://dev.naturalmedicinetworks.net/.../Homeopathy-for-Men.pdf)
29. Eğriboyun S, Çelik S, Kefi A. İşeme disfonksiyonlu çocuklarda Biyofeedback (biyolojik geribildirim) tedavisi. *Kadın ve İşlevsel Üroloji Bülteni* 2016. <https://www.researchgate.net/publication/304135195>
30. Reynolds BS. Biofeedback and facilitation of erection in men with erectile dysfunction. *Arch Sex Behav* 1980; 9:101-113.
31. Çiftçi H. Erkek cinsel sağlığı için doğal afrodisyaklar. *Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi* 2011; 8:108-112.
32. Şen E, Sevil Ü. Menopoz semptomlarında tamamlayıcı tedaviler. *İÜFN Hem. Derg* 2008; 16:136-142.
33. Uysal H. Kardiyovasküler hastalıklarda tamamlayıcı ve alternatif tıp konusunda güncel yaklaşımlar. *Journal of Cardiovascular Nursing* 2016; 7:69-83.
34. Choi HK, Seong DH, Rha KH. Clinical efficacy of Korean red ginseng for erectile dysfunction. *Int J Impot Res*1995; 7:181-186.

35. Ortaç M. Eretil disfonksiyon tedavisinde fitoterapi. *Androloji Bülteni* 2016; 18:20-23.
36. MacKay D. Nutrients and botanicals for erectile dysfunction: examining the evidence. *Alternative Medicine Review* 2004; 9:4-16.
37. Cohen AJ, Bartlik B. Ginkgo Biloba for antidepressant-induced sexual dysfunction. *J Sex Marital Ther* 1998; 24:139-143.
38. Gonzales GF, Córdova A, Vega K, et al. Effect of *Lepidium Meyenii* (MACA) on sexual desire and its absent relationship with serum testosterone levels in adult healthy men. *Andrologia* 2002; 34:367-372.

