

İnfertilite Tedavi Sürecindeki Kadınların Fertilité Uyumları ile Öz-Yeterlikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**The Relationship Between Fertility Adjustment And Self-efficacy of Women In The Period of Infertility Treatment**

Yeter DURGUN OZAN, Mesude DUMAN

Dicle Üniversitesi Atatürk Sağlık Yüksekokulu, Diyarbakır, Türkiye

ÖZ

Giriş: Bu çalışmanın amacı, infertilite tedavi sürecindeki kadınların fertilité uyumları ile öz-yeterlik algısı arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Gereç ve Yöntemler: Çalışma tanımlayıcı tipte kesitsel bir çalışmadır. Araştırma 1 Temmuz 2016-1 Ocak 2017 tarihleri arasında Türkiye'nin doğusunda bir Üniversite hastanesinin infertilite polikliniğinde yürütülmüştür. İnfertilite tedavi sürecinde olan primer infertil, herhangi bir psikiyatrik hastalığı olmayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan kadınlar araştırmaya dahil edilmiştir. Belirtilen tarihler arasında 349 kadın infertilite polikliniğine başvurmuştur. Örneklem kriterlerine uyan 230 infertil kadın araştırmanın örneklemi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, İnfertilite öz- yeterlilik ölçeği ve fertilité uyum ölçeği kullanılmıştır. Çalışma için etik kurul onayı, araştırmanın yapıldığı üniversite hastanesinden yazılı izin ve kadınlardan sözel izin alınmıştır. Veri değerlendirilmesinde tanımlayıcı özellikler sayı, yüzde, ortalama olarak hesaplanmıştır. Fertilité uyum ile öz-yeterlik arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Bulgular: Çalışmaya katılan kadınların %53.5'i 26-35 yaş aralığındadır. Kadınların %29.6'sı okur yazar değildir. Kadınların çoğu sosyal güvencesinin olduğunu (%80.9), çalışmadığını (%89.1) ve gelirlerinin giderlerine eşit olduğunu (%53.5) belirtmişlerdir. Kadınların %47.4'ünün infertilite tanı süresi 3-6 yıldır ve %41.7'sinin infertilite tedavi süresi 3 yıldan kısadır. Kadınların %59.1'i en az bir kere başarısız tedavi deneyimi yaşamış ve %47'sinin infertilite nedeni kadın faktörüdür. Çalışmaya katılan kadınların fertilité uyum ölçeği puan ortalaması 23.26 ve infertilite öz-yeterlik ölçeği puan ortalaması 19.45 olarak bulunmuştur. Kadınların fertilité uyumları ile öz-yeterlikleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. ($p < 0.01$).

Sonuç: İnfertilite tedavi sürecindeki kadınların fertilité uyumları arttıkça öz-yeterliklerinin de arttığı saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler: İnfertilite, uyum, öz-yeterlik

ABSTRACT

Aim: The aim of this study is to examine the relationship between fertility adjustment and self-efficacy perceptions of women in infertility treatment.

Material and Methods: The study is a cross-sectional study of descriptive type. Survey was conducted between 1 July 2016-1 January 2017 at the infertility clinic of a university hospital in eastern Turkey. Primary infertile women with infertility treatment without any psychiatric disorder and volunteers were included in the study. Among the dates mentioned, 349 women applied to the infertility polyclinic. 230 infertile women who met the sampling criteria formed the sample of the researcher. Personal data form, infertility self-efficacy scale and fertility adjustment scale were used as data collection tools. Ethics committee approval, written permission from the university hospital where the research was conducted and verbal permission from the women were received for the study. In data evaluation, the descriptive properties are calculated as number, percentage, average. The relationship between fertility adjustment and self-efficacy was assessed by Pearson Correlation analysis.

Results: 53.5% of the women participating in the study are between the ages of 26-35. 29.6% of women are literate. Most of the women stated that they had social security (80.9%), they did not work (89.1%) and their income was equal to the expenses (53.5%). 47.4% of women were diagnosed with infertility for 3 to 6 years and 41.7% of them were infertilite treatment duration is shorter than 3 years. 59.1% of women have experienced failed treatment at least one time and the reason of intertality of 47% of them was women factor. The mean score of infertility adjustment scale was 23.6 and the infertility self-efficacy scale score was 19.45 for women participating in the study. There was a significant positive correlation between fertility adjustment and self-efficacy of women. ($P < 0.01$).

Conclusions: As the fertility adjustment of the women in infertile treatment increased, self-efficacy increased.

Keywords: Infertility, adjustment, self-efficacy

GİRİŞ

İnfertilite, 35 yaş altında bir yıl, 35-40 yaş arası altı ay ve 40 yaş üstünde 6 aydan daha kısa sürede herhangi bir korunma yöntemi kullanılmamasına ve düzenli cinsel ilişkide bulunulmasına rağmen gebeliğin gerçekleşmemesi olarak tanımlanmaktadır (1). İnfertilite sıklığı bölgeden bölgeye ve ülkeden ülkeye değişiklik göstermektedir. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) 2010 verilerine göre üreme çağındaki çiftlerin %15'ini etkilemekte ve gelişmekte olan ülkelerde her 6 çiftten birinin infertiliteden etkilendiği belirtilmektedir (2). Ülkemizde ise infertilite sıklığının %10-20 olduğu belirtilmektedir (3).

İnfertilite ve infertilite tedavi sürecinin infertil kadınları biyo-psiko-sosyal yönden olumsuz olarak etkilemektedir (4). Ayrıca infertilite tedavi süreci çiftlerin maddi ve manevi olarak yıprandıkları bir süreç olmaktadır (1). Yapılan araştırmalarda tedavi sürecinde infertil bireylerin anksiyetelerinin arttığı ve tedavinin her aşamasında durumluluk anksiyete düzeylerinde farklılıklar olduğu belirtilmektedir (5). İnfertilitenin meydana getirdiği çok yönlü etkilenmenin tedavi süreciyle daha da arttığı bilinmektedir (6).

Öz-yeterlik, belirli bir davranışı/işi yerine getirebilme konusunda bireyin hissettiği yeterlik olarak tanımlanmaktadır (7). İnfertilite öz-yeterlik ise infertilite ve tedavisiyle baş etme yeterliğini hissetme, kendine güvenme olarak tanımlanmaktadır (7). Literatürde öz-yeterlik algısı ne kadar güçlü ise kişinin karşılaştığı sorunlara yönelik o kadar çok çaba ve direnç gösterebileceği belirtilmektedir (7). Ayrıca olumsuz deneyimlerin bireylerin motivasyonu üzerinde olumsuz etki yaparak öz-yeterliği azalttığı bilinmektedir. Yapılan çalışmalarda infertilite tedavi sürecinin kadınların öz-yeterlik algısını düşürdüğü belirtilmektedir (8). Bu bağlamda infertiliteye bağlı olarak gelişen olumsuz etkiler tedavi sürecine uyumu güçleştirmekte ve kadınların infertilite öz yeterlik algısını düşürmektedir (9).

İnfertilite tedavi süreci durağan bir süreç değildir, farklı tedavi yöntemleri ve girişimsel işlemlerin uygulandığı bir süreçtir. Bu nedenle infertilite tedavi sürecinde infertiliteden etkilenme artmaktadır (10). Kadınların her aşamasında farklı duygulanımlar yaşadığı tedavinin başarıyla sonuçlanması için bu süreç uyum sağlaması ve oluşabilecek olumsuzluklarla baş etmesi gerekmektedir. Kadınların tedavi sürecine uyumları sağlandığında öz-yeterliklerinin artacağı düşünülmektedir. İnfertil kadınlarda uyumun tanımı bireylerin çocuk sahibi olma ya da olamama olasılıklarını davranışsal, bilişsel ve duygusal açıdan sürdürebilmeleri olarak yapılmıştır (11). Bireylerin öz yeterlik algıları ve uyumları, infertilite tedavisi sırasındaki tutum ve davranışlar üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (11).

İnfertilite tedavi süreci, farklı meslek gruplarının bir arada olduğu multidisipliner bir ekip çalışmasıdır. İnfertilite alanında çalışan ekibin de infertilite sürecinin nasıl bir süreç olduğunu, bu süreçte kadınların nasıl etkilendiğini bilmeleri gerekmektedir.

İnfertilite tedavi sürecindeki kadınların fertilitate uyumları ile öz-yeterlikleri arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Araştırmanın tipi

Bu çalışma, tanımlayıcı tipte kesitsel bir çalışmadır.

Araştırmanın Örneklemi

Araştırma 1 Temmuz 2016 - 1 Ocak 2017 tarihleri arasında Türkiye'nin doğusunda bir üniversite hastanesinin infertilite polikliniğinde yürütülmüştür. Belirtilen tarihler arasında 429 kadın infertilite polikliniğine başvurmuştur. İnfertilite tedavi sürecinde olan primer infertil, herhangi bir psikiyatrik hastalığı olmayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan kadınlar araştırmaya dahil edilmiştir. Örneklem kriterlerine uyan 230 infertil kadın araştırmanın örneklemini oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması

Veri toplama poliklinikte infertil kadınlarla yüz yüze görüşme yöntemi ile toplanmıştır. Formların doldurulma süresi 10-15 dk. sürmüştür.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından literatür taranarak oluşturulmuş bilgi formunda; kadınların sosyo-demografik özelliklerine yönelik yaş, eğitim, çalışma, sosyal güvence, gelir, infertilite nedeni, infertilite tanı ve tedavisi ile ilgili 10 soruya yer verilmiştir (3,12).

İnfertilite Öz-Yeterlik Ölçeği Kısa Formu

İnfertilite Öz-Yeterlik Ölçeği (İÖYÖ-KF) Cousineau ve arkadaşları tarafından infertilite ile ilgili infertil bireylerin bilişsel, duygusal ve davranışsal beceri güçleri hakkındaki öz-yeterlik algılarını değerlendirmek amacıyla, 2006 yılında geliştirilmiştir. Dokuzlu likert tipli olan (1-hiç önemli değil - ve 9-çok önemli) ölçek, toplam 16 maddeden oluşmaktadır. Cousineau ve arkadaşları tarafından 2006'da ölçeğin 10 maddelik kısa formu oluşturulmuştur. Ölçekteki tüm ifadeler pozitif yöndedir. Türkçe uyarılma için kısa formu kullanılmıştır. Ölçeğin kısa formundan 10 ile 90 arasında puan alınmaktadır. Puan yükseldikçe, öz-yeterlik algısı yüksek kabul edilmektedir (13). Bu araştırmada ise, Cronbach alfa tutarlılık katsayısı 0.87 olarak saptanmıştır.

Fertilite Uyum Ölçeği

Fertilite Uyum Ölçeği (FUÖ) Glover ve arkadaşları tarafından, infertilitede psikolojik uyumun ölçümünü standardize etmek amacı ile 1999 yılında geliştirilmiştir. Arslan ve Okumuş tarafından 2012'de Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçeğin orijinali 12 maddeden oluşmaktadır. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması sonucu 10 maddeli bir yapı elde edilmiştir. Dörtlü likert tipli olan (1- Bana hiç uymuyor, 2- Bana biraz uyuyor, 3- Bana çok uyuyor, 4- Bana tamamen uyuyor) ölçekten en az 10 ve en fazla 40 puan alınmaktadır. Maddeler yanıtları etkilememek adına, pozitif ve negatif ifadeler açısından dengelenmiştir. Pozitif maddeler 1, 4, 7, 8, 10 ters puanlanmaktadır. Toplam skor bireysel maddeler üzerinden puanlanarak elde edilir. Ölçekte bir kesme noktası bulunmamaktadır. Yüksek puan, yetersiz uyumun göstergesi olarak düşünülür. Ölçeğin orijinalinde güvenilirlik katsayısı α .85 olarak saptanmıştır. Ölçeğin alt skalası bulunmamaktadır (14). Bu araştırmada ise, Cronbach alfa tutarlılık katsayısı 0.73 olarak saptanmıştır.

Veri Değerlendirilmesi

Veri değerlendirilmesinde SPSS 15.0 (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Veri değerlendirilmesinde tanımlayıcı özel-

likler sayı, yüzde, ortalama olarak hesaplanmıştır. İnfertilite uyum ile öz-yeterlik arasındaki ilişki Pearson Korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma için, Türkiye'nin doğusunda bir üniversite hastanesinin girişimsel olmayan klinik uygulamalar etik kurulundan yazılı izin alınmıştır (No: 2016/230). Ayrıca yazılı kurum izni ve araştırmaya katılan kadınlardan yazılı onam alınmıştır.

BULGULAR

Bu çalışmaya katılan kadınların sosyodemografik özellikleri, infertilite uyumu ve infertilite öz-yeterliklerine yönelik özellikleri aşağıda verilmiştir.

Çalışmaya katılan kadınların tanımlayıcı özellikleri Tablo 1'de verilmiştir. Kadınların %53.5'i 26-35 yaş aralığındadır. Kadınların %29.6'sı okur yazar değildir. Kadınların çoğu sosyal güvencesinin olduğunu (%80.9), çalışmadığını (%89.1) ve gelirlerinin giderlerine eşit olduğunu (%53.5) belirtmişlerdir.

Çalışmaya katılan kadınların infertilite süreci ile ilgili bilgileri Tablo 2'de verilmiştir. Kadınların %47.4'ünün infertilite tanı süresi 3-6 yıldır ve %41.7'sinin infertilite tedavi süresi 3 yıldan kısadır. Kadınların %59.1'inin en az bir kere başarısız tedavi deneyimi yaşamış olduğu ve %47'sinin infertilite nedeninin kadın faktörü olduğu belirlenmiştir.

Kadınların İÜÖ ölçeği puan ortalaması 23.26 ve İÖYÖ-KF ölçeği puan ortalaması 19.45'tir (Tablo 3). İnfertilite tedavi sürecindeki kadınların infertilite uyumları ile öz-yeterlikleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır. ($r=0.30$, $p<0.01$). İnfertilite tedavi sürecindeki kadınların infertilite uyumları arttıkça öz-yeterlikleri de artmıştır.

Tablo 1: Kadınların tanımlayıcı özellikleri (N=230)

	Sayı	%
Yaş		
19-25 yıl	53	23.0
26-35 yıl	123	53.5
≥ 36 yıl	54	23.5
Eğitim		
Okur-yazar değil	68	29.6
Okur-yazar	65	28.3
İlkokul mezunu	39	17.0
Lise	32	13.9
Üniversite ve üzeri	26	11.3
Çalışma Durumu		
Çalışan	25	10.9
Çalışmayan	205	89.1
Gelir durumu		
Gelir giderden az	77	33.5
Gelir gidere eşit	123	53.5
Gelir giderden fazla	30	13.0
Socialsecurity		
Var	186	80.9
Yok	44	19.1

Tablo 2: Kadınların infertilite süreci ile ilgili bilgileri (N = 230)

	Sayı	%
İnfertilite tanı süresi (yıl)		
<3	43	18.7
3-6	109	47.4
6 <	78	33.9
İnfertilite tedavi süresi (yıl)		
<3	96	41.7
3-6	90	39.1
6 <	44	19.1
Başarısız İnfertilite Tedavi Sayısı		
1	136	59.1
2	50	21.7
3 <	44	19.1
İnfertilite nedeni		
Kadın faktörü	108	47.0
Erkek faktörü	73	31.7
Nedeni bilinmiyor	40	17.4
Kadın ve erkek faktörü	9	3.9

Tablo 3: Kadınların infertilite uyumları ile öz-yeterlikleri arasındaki ilişki (N = 230)

İÜÖ Ortalama (SD)	İÖYÖ-KF Ortalama (SD)	r	p
23.26±5.29	19.45±5.66	0.30**	0.000

İÜÖ: İnfertilite Uyum Ölçeği İÖYÖ-KF:İnfertilite Öz-Yeterlik Ölçeği Kısa Formu
** P < 0.01

TARTIŞMA

Bu çalışma ile infertilite tedavi sürecindeki kadınların infertilite uyumları ile öz-yeterlikleri arasındaki ilişki belirlenmiştir. Çalışmaya katılan kadınların infertilite uyumları arttıkça öz-yeterlikleri de artmıştır. Arslan-Özkan ve ark. (2014) yaptığı çalışmada kadınların infertilite tedavi sürecindeki infertilite uyum puan ortalamaları 25.4, öz-yeterlik puan ortalamaları 22.6 olarak bulunmuş olup çalışmamızın sonuçları (23.26 ve 19.45) ile farklıdır (15). İki çalışma arasındaki farkın araştırmanın örneklem grubundan kaynaklandığı düşünülmektedir. Yapılan araştırmalarda infertil kadınların çoğunun başarısız bir Yardımcı Üreme Tekniği (YÜT) sonrasında uyum sağlayabildiği, ancak izlemde önemli bir oranının duygusal sorun yaşamaya devam ettiği gösterilmiştir (16). Kadınların IVF'e uyumunu değerlendiren başka bir çalışmada tedavi sonucu başarısız olan çoğu kadının tedaviyi takip eden dönemlerde anksiyete ve depresyon düzeylerinin azaldığı saptanmıştır. Aynı çalışmada başarısız YÜT'den 3-5 yıl sonra bir uyum göstergesi olarak yeni yaşam hedeflerine odaklanan kadınların duygusal durumlarının daha iyi olduğu saptanmıştır (10). Daniluk (2001), başarısız bir YÜT'nden sonra duygusal uyumun, geleceğe yönelmek anlamına geldiğini göstermiştir (17).

Literatürde infertilite uyum ile öz-yeterlik arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Ancak infertilite ve infertilite tedavi sürecinde yaşanan stres ile infertilite uyum ve baş etme arasında negatif yönde bir ilişki olduğu belirtilmektedir (7). Baş etme davranışları pozitif tutumu sürdürmek, test sonuçlarını beklerken rahat olmak, tedaviyle ilgili ruhsal değişikliklere baş etmeye

ilgili bireylerin yeterliklerini içermektedir (4). Bu tanımdan yola çıkarak çalışmamızda kadınların infertilite uyumları arttıkça öz-yeterliklerinin artmasından dolayı tedavi sürecinde yaşanabilecek stresli durumlarla daha etkili şekilde baş edebilecekleri düşünülmektedir.

Literatürde infertiliteye uyum ile öz-yeterlik algısını artırmaya yönelik farklı teknikler kullanılmıştır (18). Genel olarak bu amaçla yapılan çalışmaların psikososyal destek programlarını kullandığı görülmektedir (18). Ayrıca yapılan çalışmalarda hemşirelerin de yer aldığı bu destek programlarının infertil kadınların öz-yeterlik, uyum düzeyleri ve psiko sosyal iyiliklerini artırdığı gösterilmiştir (19-21). Ülkemizde Arslan-Özkan ve arkadaşlarının (2014) yaptığı çalışmada insan bakım kuramına temellendirilmiş hemşirelik bakımı uygulanan kadınların tedavi sürecinde infertilite uyumlarının ve öz-yeterliklerinin arttığı belirtilmiştir. Yapılan bu deneysel çalışmalar da öz yeterlik ve uyumun artırılabilmesi, çalışmamızın sonucu olan öz-yeterliğin uyumu arttırmasının etkisinden kaynaklı yapılan girişimin iki faktörü arttırdığı düşünülmektedir. Çalışmamızın sonuçları literatürü desteklemektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak çalışmamızın bulguları doğrultusunda, infertilite tedavi sürecindeki kadınların bakımdan sorumlu olan sağlık personellerinin infertilite öz-yeterlik algısı ve infertiliteye uyumun önemi konusunda bilgilendirilmesi önerilmektedir. Ayrıca infertilite özyeterlik algısını güçlendirecek ve uyum düzeylerini arttıracak hizmet içi eğitim programlarının yürütülmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) (2017). Treating Infertility. <https://www.acog.org/Patients/FAQs/Treating-Infertility#treatment>. Available date: 10.12.2017
- World Health Organization (WHO). Mother or nothing: the agony of infertility. WHO bulletin. <http://www.who.int/bulletin/volumes/88/12/10.011210.pdf?ua=1> Available date: 10.12.2017
- Kırca N, Pasinoğlu T. Psychosocial problems during infertility treatment. *Current Approaches in Psychiatry*, 2013; 5(2):162-178.
- Cousineau T, Domar A. Psychological impact of infertility. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics & Gynaecology* 2007; 21(2): 293-308.
- Mahajan NN, Turnbull DA, Davies MJ, Jindal UN, Briggs NE, Taplin JE. Adjustment to infertility: the role of intrapersonal and interpersonal resources/vulnerabilities. *Hum Reprod* 2009; 24(4): 906-912.
- Boivin J, Griffiths E, Venetis CA. Emotional distress in infertile women and failure of assisted reproductive technologies: meta-analysis of prospective and psychosocial studies. *BMJ* 2011;342:d223.
- Nelson AR, Geller PA. Infertility-Related Stress and Perceived Social Support as Predictors of Infertility Self-Efficacy among Women in Treatment for Infertility. Drexel University, A Thesis Degree of Doctor of Philosophy, 2010.
- Venkatesan L. Self-Concept in infertile women. *Nursing Journal of India* 2005; 96(3):55-56.
- Durning PE, Williams RS. Factors influencing expectations and fertility-related adjustment among women receiving infertility treatment. *Fertil Steril* 2004; 82(2):S101.
- Verhaak CM, Smeenk MJ, Nahuis MJ, Kremer JAM, Braat DDM. Long-term psychological adjustment to IVF/ICSI treatment in women. *Hum Reprod* 2007; 22(1):305-308.
- Glover L, Hunter M, Richards JM, Katz M ve ark. Development of the fertility adjustment scale. *Fertil Steril* 1999; 72(4): 623-628.
- Boz İ, Okumuş H. The "everything about the existence" experiences of turkish women with infertility: solicited diaries in qualitative research. *Journal of Nursing Research* 2017; 25(4):68-275.
- Arslan-Özkan İ, Okumuş H, Lash AA, Firat MZ. Cultural validation of the turkish version of the infertility self-efficacy scale-short form (TISE-SF). *J Transcult Nurs*. 2013; 11;25(3):232-240
- Arslan İ, Okumuş H. Psychometric Properties of the Turkish Version of the Fertility Adjustment Scale (T-FAS). *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*.
- Arslan-Özkan İ, Okumuş H, Buldukoğlu K. A randomized controlled trial of the effects of nursing care based on Watson's Theory of Human Caring on distress, self-efficacy and adjustment in infertile women. *J Adv Nurs*. 2014;70(8):1801-12.
- Holter, Harriet, L. Anderheim, C. Bergh, and A. Möller. "First IVF treatment—short-term impact on psychological well-being and the marital relationship." *Human reproduction* 21, no. 12 (2006): 3295-3302.
- Daniluk JC. Reconstructing their lives: a longitudinal, qualitative analysis of the transition to biological childlessness for infertile couples. *J Couns Dev* 2001; 79: 439-449.
- Boivin J. A review of psychosocial interventions in infertility. *Soc Sci Med* 2003; 57: 2325-2341.
- Chan CH, Ng EHY, Chan CLW, Ho PC ve ark. Effectiveness of psychosocial group intervention for reducing anxiety in women undergoing in vitro fertilization: a randomized controlled study. *Fertil Steril* 2006; 85: 339-46.
- Cox SJ, Glazebrook C, Sheard C, Ndukwe G ve ark. Maternal self-esteem after successful treatment for infertility. *Fertil Steril* 2006; 85(1):84-89.
- Smith CA, Ussher JM, Perz J, Carmady B, de Lacey S. The effect of acupuncture on psychosocial outcomes for women experiencing infertility: a pilot randomized controlled trial. *J Altern Complement Med* 2011; 17(10): 923-30.