



**Journal of Integrative and
Anatolian Medicine**
**Bütünleyici ve Anadolu Tıbbı
Dergisi**

Cilt/Volume: 4

Sayı/Issue:3

Yıl/Year: 2023

Yayıncı / Publisher

Sağlık Bilimleri Üniversitesi / University of Health Sciences



Journal of Integrative and Anatolian Medicine

Bütünleyici ve Anadolu Tıbbı Dergisi

Yayıncı / Publisher

Sağlık Bilimleri Üniversitesi / University of Health Sciences Turkey

İçindekiler / Contents

EDİTÖR KURULU / EDITORIAL BOARD 1

Araştırma Makalesi / Research Article

Quantitative analysis of bioactive compounds by LC-MS/MS from *Inula graveolens* 3
Inula graveolens'ten LC-MS/MS ile biyoaktif bileşiklerin kantitatif analizi

Araştırma Makalesi / Research Article

COVID-19'lu Evde İzlenen Hastaların Kullandıkları Geleneksel Yöntemlerin Belirlenmesi..... 13
Yüksek Performanslı Sıvı Kromatografisi ile *Orignaum bilgeri*'deki Biyoaktif Bileşiklerin Kantitatif Analizi

Derleme Makalesi / Review Article

Ebelikte Geleneksel ve Tamamlayıcı Uygulamalara Bakış..... 18
A View of Traditional and Complementary Practices in Midwifery



EDİTÖR KURULU / EDITORIAL BOARD

Editör: Prof. Dr. Ahmet Yaser MÜSLÜMANOĞLU, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü GETAT Ana Bilim Dalı Başkanı, ahmetyaser.muslumanoglu@sbu.edu.tr

Editör: Prof. Dr. Mahfuz ELMASTAŞ, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Eczacılık Fakültesi, mahfuz.elmastas@sbu.edu.tr

Editör: Doç. Dr. Zafer Ömer ÖZDEMİR, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Eczacılık Fakültesi, ozdemirz@gmail.com

Prof. Dr. Abdurrahim KOÇYİĞİT, Bezm-i Âlem Vakıf Üniversitesi Tıbbi Biyokimya Anabilim Dalı, akocuyigit@bezmialem.edu.tr

Prof. Dr. Ahmet KALAYCIOĞLU, Atlas Üniversitesi, ahmet.kalaycioglu@atlas.edu.tr

Prof. Dr. Ahmet Ceyhan GÖREN, Bezm-i Âlem Vakıf Üniversitesi, acgoren@bezmialem.edu.tr

Prof. Dr. Alis ÖZÇAKIR, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği, alis@uludag.edu.tr

Prof. Dr. Ayten ALTINTAŞ, Medipol Üniversitesi Tıp Tarihi ve Etik Anabilim Dalı Başkanı, aytenaltintas@medipol.edu.tr

Prof. Dr. Baha ÇELİK, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Uzmanı & Akupunkturist, info@bahacelik.com.tr

Prof. Dr. Cemal ÇEVİK, Gazi Üniversitesi Tıbbi Biyokimya Anadalı

Prof. Dr. Emma BORELLİ, Siena Üniversitesi, İtalya. Ozon Tedavi Araştırma Kliniği, emma.borrelli@unisi.it

Prof. Dr. Erdem YEŞİLADA, Yeditepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Farmakognozi ve Fitoterapi Anabilim Dalı Başkanı, yesilada@yeditepe.edu.tr

Prof. Dr. Ertuğrul KAYA, Düzce Üniversitesi, ertugrulkaya@duzce.edu.tr

Prof. Dr. Esra KÜPELİ AKKOL, Gazi Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi, esrak@gazi.edu.tr

Prof. Dr. Fatih DEMİRCİ, Anadolu Üniversitesi, fdemirci@anadolu.edu.tr

Prof. Dr. Gülaçtı TOPÇU, Bezm-i Âlem Vakıf Üniversitesi, gtopcu@bezmialem.edu.tr

Prof. Dr. Hanefi ÖZBEK, İstanbul Medipol Üniversitesi, Tıbbi Farmakoloji Anabilim Dalı, hozbek@medipol.edu.tr

Prof. Dr. Hayriye Gülçin SALTAN İŞCAN, Ankara Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi, Farmakognozi Anabilim Dalı, gulcin.saltan@pharmacy.ankara.edu.tr

Prof. Dr. İbrahim DEMİRTAŞ, Iğdır Üniversitesi Fen Fakültesi, ibdemirtas@gmail.com

Prof. Dr. İffet İrem TATLI ÇANKAYA, Hacettepe Üniversitesi, Farmasötik Botanik Anabilim Dalı Başkanı, itatli@hacettepe.edu.tr

Prof. Dr. İlhami GÜLÇİN, Atatürk Üniversitesi, Fen Fakültesi, Biyokimya Anabilim Dalı, igulcin@atauni.edu.tr

Prof. Dr. İsa TELCİ, Isparta Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Ziraat Fakültesi, Endüstri Bitkileri Anabilim Dalı, isatelci@isparta.edu.tr

Prof. Dr. Kosta Y. MUMCUOĞLU, Hebrew Üniversitesi Mikrobiyoloji ve Moleküler Genetik, kostasm@ekmd.huji.ac.il

Prof. Dr. Li WANYAO, Çin Apiterapi Komisyonu Başkanı



Prof. Dr. Mehmet Tuğrul CABIOĞLU, Lokman Hekim Üniversitesi Fizyoloji Ana Bilim Dalı
tugrul.cabioglu@lokmanhekim.edu.tr

Prof. Dr. Murat KARTAL, Bezm-i Âlem Vakıf Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi Farmakognozi Anabilim Dalı,
mkartal@bezmialem.edu.tr

Prof. Dr. Mutlu DEMİRAY, KTO Karatay Üniversitesi Tıp Fakültesi, mdemiray@medicana.com.tr

Prof. Dr. Seyed Abdulmajid AYATOLLAHİ, Shahid Beheshti University of Medical Sciences,
majid_ayatollahi@yahoo.com

Prof. Dr. Zeynep VİDİNLİ SÜMER, Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Mikrobiyoloji Anabilim
Dalı, zsumer@cumhuriyet.edu.tr

Doç. Dr. Erdal POLAT, İ.Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Tıbbi Mikrobiyoloji Anabilim Dalı, erdalp@iuc.edu.tr

Doç. Dr. Kylie O'BRIEN, Avusturalya Ulusal İntegratif Tıp Enstitüsü

Doç. Dr. Mehmet Evren OKUR, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Eczacılık Fakültesi
mehmetevren.okur@sbu.edu.tr

Doç. Dr. Murat Salim TOKAÇ, Tıp, Müzikoloji, Müzik Teorileri, Klasik Türk Müziği (Sanat Müziği), Müzik

Doç. Dr. Neslihan ÜSTÜNDAĞ OKUR, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Eczacılık Fakültesi
neslihanustundag.okur@sbu.edu.tr

Doç. Dr. Salih MOLLAHALİLOĞLU, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp
Uygulama ve Araştırma Merkezi, smho@ybu.edu.tr

Doç. Dr. Turgay ALTINBİLEK, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Uzmanı Nöralterapi, Osteopati, Akupunktur
ve Applied Kinezyoloji Eğitmeni, t.altinbilek@iku.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Ahmet BEYATLI, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, ahmet.beyatli@sbu.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Emin PALA, SBÜ Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği Kliniği,
eminpala72@gmail.com

Dr. Öğr. Üyesi- İlker SOLMAZ, Sağlık Bilimleri Üniversitesi Gülhane Eğitim ve Araştırma Hastanesi
Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulama Merkezi

Dr. Öğr. Üyesi Mahmut TOKAÇ- Medipol Üniversitesi Tıp Fakültesi, mtokac@medipol.edu.tr

Dr. Öğr. Üyesi Süleyman ERSOY, SBÜ Ümraniye Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği Kliniği,
suleymanersoy@gmail.com

Dr. Ali Özden ÖZTÜRK, Tıbbi Hipnoz Derneği Başkanı

Dr. Ali Timuçin ATAYOĞLU, Medipol Üniversitesi Aile Hekimliği, atayoglu@gmail.com

Dr. Altunay AĞAOĞLU, Klasik Homeopati Derneği, altunaysoylemez@gmail.com

Dr. Balakyz YESKALIYEVA, Al-Farabi Kazakh National University, balakyz.yeskalieva@kaznu.kz

Dr. Hasan KARAAĞAÇ, Bilimsel Proloterapi Derneği, hasan_karaagac@hotmail.com

Dr. Kanat TAYFUN, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Bağcılar Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Hastane
Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulama ve Araştırma Merkezi Sorumlu Hekimi

Dr. Oğuzhan GÜNDÜZ, İstanbul Üsküdar Devlet Hastanesi Üroloji Bölümü



Araştırma Makalesi / Research Article, 4(3): 3 - 10, 2023




<https://dergipark.org.tr/en/pub/batd/article/1278048>

DOI: 10.53445/batd.1278048


Geliş Tarihi: 06 Nisan 2023, Kabul Tarihi: 11 Mayıs 2023, Yayın Tarihi: 28 Ağustos 2023

Received: 06 April 2023, Accepted: 11 May 2023, Published: 28 August 2023

Quantitative analysis of bioactive compounds by LC-MS/MS from *Inula graveolens*

Ramazan ERENLER ^{1*} , Mehmet Nuri ATALAR ¹ , İlyas YILDIZ ¹ 

Esmâ Nur GECER ² , Aslı YILDIRIM ¹ , İbrahim DEMİRTAS ¹ 

Mehmet Hakkı ALMA ¹ 

¹Research Laboratory Practice and Research Center, Iğdir University, 7600, Iğdir, Türkiye

²Department of Chemistry, Faculty of Arts and Sciences, Tokat Gaziosmanpaşa University, 60240 Tokat,
Türkiye

*Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Ramazan ERENLER, e-mail: renerler@gmail.com

ABSTRACT

Medicinal plants have been employed commonly in many countries to remedy of various ailments. In this study, *Inula graveolens* leaves (5.0 g) were extracted with methanol (100 mL) for 24 hours at room temperature. After filtration with Whatman 1 filter pater, the solvent was removed under reduced pressure to yield the crude extract. Quantification of natural products in methanol extract of *Inula graveolens* was determined by LC-MS/MS. Chlorogenic acid was determined as a chief product (3.5 mg/g extract). Furthermore, salicylic acid (0.055 mg/g extract), caffeic acid (0.054 mg/g extract), protocatechuic acid (0.026 mg/g extract), hesperidin (0.016 mg/g extract), rutin (0.0160 mg/g extract) were found in the methanol extract. Since *Inula graveolens* contains important bioactive compounds, it has the possibility to be used in pharmaceuticals and food.

Keywords: *Inula graveolens*, LC-MS/MS, quantitative analysis, bioactive compounds

Inula graveolens'ten LC-MS/MS ile biyoaktif bileşiklerin kantitatif analizi

ÖZET

Şifalı bitkiler birçok ülkede çeşitli rahatsızlıkların tedavisi için yaygın olarak kullanılmaktadır. Bu çalışmada *Inula graveolens* yaprakları (5.0 g) metanol (100 mL) ile 24 saat oda sıcaklığında ekstrakte edildi. Whatman 1 filtre kağıdı ile süzöldükten sonra çözücü, düşük basınç altında uzaklaştırılarak ham ekstrakt elde edildi. *Inula graveolens*'in metanol ekstraktındaki biyoaktif bileşiklerin kantitatif analizi, LC-MS/MS ile belirlendi. Ana ürün olarak klorojenik asit belirlendi (3.5 mg/g ekstrakt). Ayrıca salisilik asit (0,055 mg/g ekstrakt), kafeik asit (0,054 mg/g ekstrakt), protokatekuik asit (0,026 mg/g ekstrakt), hesperidin (0,016 mg/g ekstrakt), rutin (0,0160 mg/g ekstrakt) metanol ekstraktında tespit edildi. *Inula graveolens* önemli biyoaktif bileşikler içerdiğinden ilaç ve gıda da kullanım potansiyeline sahiptir.

Anahtar kelimeler: *Inula graveolens*, LC-MS/MS, kantitatif analiz, biyoaktif bileşikler



INTRODUCTION

The therapeutic use of plants dates back to antique times (Demirtas et al., 2013; Elmastas et al., 2004; Topçu et al., 1999). Plants became the focus of science with the development of spectroscopy (Sahin Yaglioglu et al., 2013). Plants include the secondary metabolites, organic compounds that are produced by plants, fungi, and bacteria (Aksit et al., 2014; Bayir et al., 2014; Erenler et al., 2014; Kaya et al., 2014). Unlike primary metabolites such as carbohydrates, proteins, and fats, which are essential for the progress and growth of the organism, secondary metabolites are not directly included in progress, growth. Instead, secondary metabolites play important roles in the interactions of these organisms with their environment, including defense against predators, competition with other organisms, and attraction of pollinators or other beneficial organisms (Aydin et al., 2016; Erenler et al., 2015; Türkmen et al., 2014). Some examples of secondary metabolites include alkaloids, terpenoids, flavonoids, and phenolic compounds (Elmastas et al., 2016; Erenler, Pabuccu, et al., 2016; Erenler, Sen, Aksit, et al., 2016). Secondary metabolites have many applications in medicine, agriculture, and industry (Erenler, Sen, Yaglioglu, et al., 2016; Erenler, Sen, et al., 2016). For example, many drugs are derived from secondary metabolites, such as the painkiller morphine from opium

poppies, the anticancer drug paclitaxel from yew trees, and the antibiotic penicillin from fungi. In addition, secondary metabolites have potential applications in crop protection, as insecticides, fungicides, and herbicides, and in the development of novel materials, such as bioplastics and biofuels. Quantifying secondary metabolites in plants is extremely important for identifying secondary metabolite sources, revealing the potential uses, and isolating bioactive compounds (Erenler, Adak, et al., 2017; Erenler, Demirtas, et al., 2017; T. Karan et al., 2016).

Phenolic acids are a type of organic compound that are widely distributed in plant kingdom. They are a subclass of phenolic compounds and are characterized by the presence of a carboxylic acid group attached to a benzene ring. Phenolic acids are found in a variety of plant-based foods such as fruits, vegetables, grains, and herbs, and are known for their antioxidant and anti-inflammatory properties. Some common examples of phenolic acids include caffeic acid, ferulic acid, gallic acid, and rosmarinic acid. These compounds have been studied for their potential health benefits, including the prevention of chronic diseases such as cancer, cardiovascular disease, and diabetes (Erenler, Meral, et al., 2017; Guzel et al., 2017; Tunay Karan, Altuner, et al., 2017; Tunay Karan & Erenler, 2017).



Inula graveolens (L.) Desf. [Syn. *Dittrichia graveolens*. (Desf.) Greuter] belonging to the Asteraceae family is represented by 90 species and is generally distributed in Asia, Europe and Africa. Previous phytochemical study by LC-MS/MS revealed the chlorogenic acid, quinic acid, hyperoside, protocatechuic acid and quercetin were the major compounds (Silinsin et al., 2018). *Inula* species were reported to reveal significant biological activity including antioxidant, antibacterial, nematicidal, antiproliferative, cardioprotective, anti-inflammatory, antiseptic properties. In addition, flavonoids, terpenes, xanthanolides, guaianolides were determined in this genus (Tunay Karan et al., 2018).

In this study, bioactive compounds of *Inula graveolens* were determined quantitatively by LC-MS/MS.

MATERIAL AND METHODS

PLANT MATERIAL

Inula graveolens was collected from Tokat in July 2021 and was identified by Dr. Ahmet Ilcim, Mustafa Kemal University in comparison with previously stored sample (No:1823).

EXTRACTION

Aerial part of *Inula graveolens* leaves (5.0 g) were extracted with methanol (100 mL) for 24 hours at ambient temperature. After filtration (Whatman 1 filter paper), the solvent was

evaporated by reduced pressure to produce the extract (0.4 g) (Elmastas et al., 2018; Tunay Karan, Erenler, et al., 2017).

LC-ESI-MS/MS ANALYSIS

Quantitative analysis of phenolics was carried out by LC-MS/MS (Agilent Technologies 1260 Infinity II, 6460 Triple Quad Mass spectrometer). Poroshell 120 SB-C18 (3.0 × 100 mm, I.D., 2.7 µm) column was employed (Erenler, Yaman, et al., 2023). *Inula graveolens* leaf extract (50 mg) was weighed in Eppendorf (2.0 mL) and dissolved with methanol (1.0 mL). The hexane was added to this solution and centrifugated for 10 minutes at 9000 rpm. 100 µL was taken from methanol phase and diluted by addition of water (450 µL) and methanol (450 µL). In the last stage, this solution was filtrated (0.22 µm filter) and injected to the instrument. The injection volume was 5.12 µL and flow rate was adjusted as 0.40 mL/min. Formic acid (0.1%) and ammonium formate (5.0 mM) in water A, formic acid (0.1%) and ammonium formate (5.0 mM) in methanol B were used for mobile phase. The gradient program was adjusted as 25% for 1-3 min, 50% for 4-12 min, 90% for 13-21 min, and 3% for 22-25 min for B mobile phase. The column temperature was 40°C. The capillary voltage was 4000 V, nebulizing gas (N₂) flow was 11 L/min, and pressure was 15 psi, gas temperature was 300 °C.



RESULTS AND DISCUSSION

Quantitative analysis of phenolic compounds in *Inula graveolens* were determined by LC-MS/MS analysis (Table). Quantification of secondary metabolites in the plant plays an important role in the drug development process. Since, quantitative analysis is an important guide for the isolation of target compounds existing in plants for drug potential (Erenler, Demirtas, et al., 2018; Erenler, Telci, et al., 2018).

Polyphenols, which are bioactive compounds, are known as second metabolites in plants. These substances are found in different parts of the plant and are the source of color, smell and taste of the plants. Polyphenols play an important role in resistance against microbial pathogens and protect against radiation and toxins (Haslam, 1974). There is a relationship between the consumption of polyphenol-rich foods and the prevention of

diseases such as cancer, coronary heart diseases and osteoporosis. This situation has increased the interest in polyphenols. Phenolic acids and flavonoids are in the class of polyphenols (Del Bo' et al., 2019).

Flavonoids are a class of secondary metabolites revealing interesting and favourable medicinal effects. They display the significant biological properties such as antioxidant, anti-inflammatory, antibacterial, antiviral, anticancer (Erenler, Carlik, et al., 2023). In this study, bioactive compounds in *Inula graveolens* leaf extract were determined quantitatively and chlorogenic acid was found as a major compound with the value of 3.5 mg/g extract. Moreover, salicylic acid (0.055 mg/g extract), caffeic acid (0.054 mg/g extract), protocatechuic acid (0.026 mg/g extract), hesperidin (0.016 mg/g extract), rutin (0.0160 mg/g extract) were determined in *Inula graveolens* leaf extract (Figure).



Table. LC-MS/MS analysis of methanol extract of *Inula graveolens* leaf (mg/g extract)

S. No	Name	RT	Amount
1	Shikimic acid	1.375	nd
2	Gallic acid	3.186	0.0062
3	Protocatechuic acid	5.409	0.0258
4	Epigallocatechin	6.780	nd
5	Catechin	6.839	nd
6	Chlorogenic acid	7.354	3.5167
7	Hydroxybenzaldehyde	7.639	0.0062
8	Vanillic acid	7.750	nd
9	Caffeic Acid	7.814	0.0539
01	Syringic acid	8.353	nd
11	Caffein	8.383	0.0013
12	Vanillin	8.625	0.0055
13	o-coumaric acid	9.425	0.0954
14	Salicylic Acid	9.740	0.0553
15	Taxifolin	9.839	nd
16	Resveratrol	9.670	nd
17	Polydatine	9.774	nd
18	Trans-ferulic acid	10.180	0.0210
19	Sinapic acid	10.429	nd
20	Scutellarin	11.151	nd
21	p-coumaric acid	11.566	nd
22	Coumarin	11.571	nd
23	Protocatechuic ethyl ester	11.638	nd
24	Hesperidin	11.890	0.0160
25	Isoquercitrin	11.730	0.0031
26	Rutin	12.349	0.0635
27	Quercetin-3-Ksilozid	12.449	nd
28	Kaempferol-3-glucoside	13.283	0.0010
29	Fisetin	13.276	nd
30	Baicalin	13.552	nd
31	Chrysin	14.213	nd
32	Daidzein	14.154	nd
33	Trans-cinnamic acid	14.483	0.0008
34	Quercetin	15.057	nd
35	Naringenin	15.243	nd
36	Silibinin	15.800	nd
37	Hesperetin	15.663	nd
38	Morin	15.937	nd
39	Kaempferol	16.650	nd
40	Baicalein	17.143	nd
41	Luteolin	17.993	nd
42	Biochanin A	17.901	nd
43	Capcaicin	18.211	nd
44	Dihydrocapcaicin	18.615	nd
45	Diosgenin	23.567	nd

Chlorogenic acid is the ester of quinic acid and caffeic acid. Chlorogenic acid is hydrolyzed by the intestinal microflora to various aromatic acid metabolites, including caffeic acid and quinic acid. Chlorogenic acid was reported to display substantial biological activities such as antioxidant, anti-

inflammatory, wound healing, antimutagenic, anticarcinogenic, hepatoprotective, anti-diabetic, cardioprotective, antihypertensive, antiobesity, anti-metabolic syndrome, neuroprotective, antimicrobial, potential prebiotic effects (Farah et al., 2019).

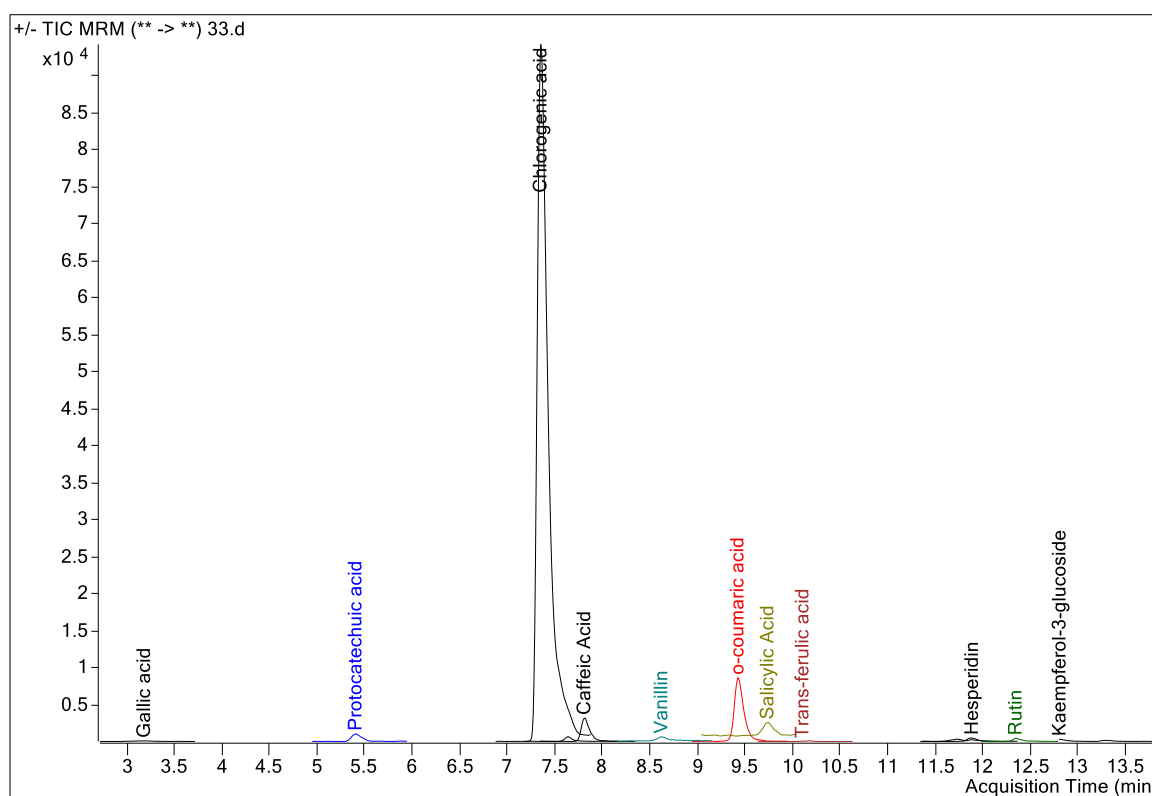


Figure. Chromatogram of methanol extract of *Inula graveolens* leaves

CONCLUSION

Phytochemistry of *Inula graveolens* leaves was investigated. The phytochemistry of *Inula graveolens* leaves was investigated. Due to the bioactive compound content, *Inula graveolens* is a promising agent for the drug development process. The major product chlorogenic acid enhances the significance of this plant. In

addition, *Inula graveolens* could be an effective source for the isolation of chlorogenic acid in high quantities. This study will guide future studies in the field of *Inula graveolens*. It is extremely important to reveal its chemical content, especially for its use in food and pharmacology.



REFERENCES

- Aksit, H., Çelik, S. M., Sen, Ö., Erenler, R., Demirtas, I., Telci, I., & Elmastas, M. (2014). Complete isolation and characterization of polar portion of *Mentha dumetorum* water extract. *Records of Natural Products*, 8(3), 277-280.
- Aydin, A., Erenler, R., Yılmaz, B., & Tekin, Ş. (2016). Antiproliferative effect of Cherry laurel. *Journal of the Turkish Chemical Society, Section A: Chemistry*, 3(3), 217-228. <https://doi.org/10.18596/jotcsa.21204>.
- Bayir, B., Gündüz, H., Usta, T., Şahin, E., Özdemir, Z., Kayır, Ö., Sen, Ö., Akşit, H., Elmastaş, M., & Erenler, R. (2014). Chemical Composition of Essential Oil from *Marrubium Vulgare* L. Leaves. *Journal of New Results in Science*, 6(6), 44-50.
- Del Bo', C., Bernardi, S., Marino, M., Porrini, M., Tucci, M., Guglielmetti, S., Cherubini, A., Carrieri, B., Kirkup, B., & Kroon, P. (2019). Systematic review on polyphenol intake and health outcomes: is there sufficient evidence to define a health-promoting polyphenol-rich dietary pattern? *Nutrients*, 11(6), 1355. <https://doi.org/10.3390/nu11061355>.
- Demirtas, I., Erenler, R., Elmastas, M., & Goktasoglu, A. (2013). Studies on the antioxidant potential of flavones of *Allium vineale* isolated from its water-soluble fraction. *Food Chemistry*, 136(1), 34-40. <https://doi.org/10.1016/j.foodchem.2012.07.086>.
- Elmastas, M., Celik, S. M., Genc, N., Aksit, H., Erenler, R., & Gulcin, İ. (2018). Antioxidant activity of an anatolian herbal tea—*Origanum minutiflorum*: isolation and characterization of its secondary metabolites. *International Journal of Food Properties*, 21(1), 374-384. <https://doi.org/10.1080/10942912.2017.1416399>.
- Elmastas, M., Erenler, R., Isnac, B., Aksit, H., Sen, O., Genc, N., & Demirtas, I. (2016). Isolation and identification of a new neo-clerodane diterpenoid from *Teucrium chamaedrys* L. *Natural Product Research*, 30(3), 299-304. <https://doi.org/10.1080/14786419.2015.1057583>.
- Elmastas, M., Ozturk, L., Gokce, I., Erenler, R., & Aboul-Enein, H. Y. (2004). Determination of antioxidant activity of marshmallow flower (*Althaea officinalis* L.). *Analytical Letters*, 37(9), 1859-1869. <https://doi.org/10.1081/AL-120039431>.
- Erenler, R., Adak, T., Karan, T., Elmastas, M., Yildiz, I., Aksit, H., Topcu, G., & Sanda, M. A. (2017). Chemical Constituents isolated from *Origanum solymicum* with Antioxidant activities. *The Eurasia Proceedings of Science, Technology, Engineering & Mathematics*, 1, 139-145.
- Erenler, R., Carlik, U. E., & Aydin, A. (2023). Antiproliferative activity and cytotoxic effect of essential oil and water extract from *origanum Vulgare* L. *Sigma*, 41(1), 202-208. <https://10.14744/sigma.2023.00018>.
- Erenler, R., Demirtas, I., Karan, T., Altun, M., & Gul, F. (2017). Inhibitory Effect of 6, 7-dimethoxy-5-hydroxyflavone on Human Cervix Carcinoma in Vitro. *International Journal of Secondary Metabolite (IJSM)*, 4(3, Special Issue 2), 512-516.
- Erenler, R., Demirtas, I., Karan, T., Gul, F., Kayir, O., & Karakoc, O. C. (2018). Chemical constituents, quantitative analysis and insecticidal activities of plant extract and essential oil from *Origanum onites* L. *Trends in Phytochemical Research*, 2(2), 91-96.
- Erenler, R., Meral, B., Sen, O., Elmastas, M., Aydin, A., Eminagaoglu, O., & Topcu, G. (2017). Bioassay-guided isolation, identification of compounds from *Origanum rotundifolium* and investigation of their antiproliferative and antioxidant activities. *Pharmaceutical Biology*, 55(1), 1646-1653. <https://doi.org/10.1080/13880209.2017.1310906>.
- Erenler, R., Pabuccu, K., Yaglioglu, A. S., Demirtas, I., & Gul, F. (2016). Chemical constituents and antiproliferative effects of cultured *Mougeotia nummuloides* and *Spirulina major* against cancerous cell lines. *Zeitschrift fur Naturforschung - Section C Journal of Biosciences*, 71(3-4), 87-92. <https://doi.org/10.1515/znc-2016-0010>.
- Erenler, R., Sen, O., Aksit, H., Demirtas, I., Yaglioglu, A. S., Elmastas, M., & Telci, İ. (2016). Isolation and identification of chemical constituents from *Origanum majorana* and investigation of antiproliferative and antioxidant activities. *Journal of the Science of Food and Agriculture*, 96(3), 822-836. <https://doi.org/10.1002/jsfa.7155>.
- Erenler, R., Sen, O., Yaglioglu, A. S., & Demirtas, I. (2016). Bioactivity-guided isolation of antiproliferative sesquiterpene lactones from *Centaurea solstitialis* L. ssp. *solstitialis*. *Combinatorial Chemistry & High Throughput Screening*, 19(1), 66-72. <https://doi.org/10.2174/1386207319666151203002117>.



- Erenler, R., Sen, O., Yildiz, I., & Aydın, A. (2016). Antiproliferative activities of chemical constituents isolated from *Thymus praecox* subsp. *grossheimii* (Ronniger) J alas. *Records of Natural Products*, 10(6), 766-770.
- Erenler, R., Telci, İ., Elmastaş, M., Akşit, H., Gül, F., Tüfekçi, A. R., Demirtaş, İ., & Kayir, Ö. (2018). Quantification of flavonoids isolated from *Mentha spicata* in selected clones of Turkish mint landraces. *Turkish Journal of Chemistry*, 42(6), 1695-1705. <https://doi.org/10.3906/kim-1712-3>.
- Erenler, R., Telci, I., Ulutas, M., Demirtas, I., Gul, F., Elmastas, M., & Kayir, O. (2015). Chemical Constituents, Quantitative Analysis and Antioxidant Activities of *Echinacea purpurea* (L.) Moench and *Echinacea pallida* (Nutt.) Nutt. *Journal of Food Biochemistry*, 39(5), 622-630. <https://doi.org/10.1111/jfbc.12168>.
- Erenler, R., Yaman, C., Demirtas, I., & Alma, M. H. (2023). Phytochemical Investigation of *Hypericum heterophyllum* Flowers: LC-ESI-MS/MS Analysis, Total Phenolic and Flavonoid Contents, Antioxidant Activity. *The Natural Products Journal*, 13(7), e120123212672. <https://doi.org/10.2174/2210315513666230112165545>.
- Erenler, R., Yilmaz, S., Aksit, H., Sen, O., Genc, N., Elmastas, M., & Demirtas, I. (2014). Antioxidant activities of chemical constituents isolated from *Echinops orientalis* Trauv. *Records of Natural Products*, 8(1), 32-36.
- Farah, A., & de Paula Lima, J. (2019). Consumption of Chlorogenic Acids through Coffee and Health Implications. *Beverages*, 5(1), 11. <https://doi.org/10.3390/beverages5010011>.
- Guzel, A., Aksit, H., Elmastas, M., & Erenler, R. (2017). Bioassay-guided isolation and identification of antioxidant flavonoids from *Cyclotrichium organifolium* (Labill.) Manden. and Scheng. *Pharmacognosy Magazine*, 13(50), 316. <https://doi.org/10.4103/0973-1296.204556>.
- Haslam, E. (1974). Polyphenol-protein interactions. *Biochem J*, 139(1), 285-288. <https://doi.org/10.1042/bj1390285>.
- Karan, T., Altuner, Z., & Erenler, R. (2017). Growth and Metabolite Production of *Chroococcus minutus* Under Different Temperature and Light Conditions. *Journal of New Results in Science*, 6(1), 47-52.
- Karan, T., Dastan, T., Baral, I., & Altuner, Z. (2016). Effects of Differential Time Applications on Some Cyanobacterial Norharman Production Rates. *Cumhuriyet University Faculty of Science*, 37(4), 398-404.
- Karan, T., & Erenler, R. (2017). Screening of norharmane from seven cyanobacteria by high-performance liquid chromatography. *Pharmacognosy Magazine*, 13(Suppl 3), 723-725. https://doi.org/10.4103/pm.pm_214_17.
- Karan, T., Erenler, R., & Altuner, Z. (2017). Isolation and Molecular Identification of Some Blue-Green Algae (Cyanobacteria) from Freshwater Sites in Tokat Province of Turkey. *Turkish Journal of Agriculture-Food Science and Technology*, 5(11), 1371-1378.
- Karan, T., Yildiz, I., Aydın, A., & Erenler, R. (2018). Inhibition of various cancer cells proliferation of bornyl acetate and essential oil from *Inula graveolens* (Linnaeus) Desf. *Records of Natural Products*, 12(3), 273-283.
- Kaya, G., Karakaya, R., Tilgel, E., Sandikci, M., Yucel, E., Cicek, G., Kayir, O., Aksit, H., Telci, I., & Guzel, A. (2014). Essential Oil Constituents of *Thuja orientalis* Berries. *Journal of New Results in Science*, 7(7), 1-6.
- Sahin Yaglioglu, A., Akdulum, B., Erenler, R., Demirtas, I., Telci, I., & Tekin, S. (2013). Antiproliferative activity of pentadeca-(8E, 13Z) dien-11-yn-2-one and (E)-1,8-pentadecadiene from *Echinacea pallida* (Nutt.) Nutt. roots. *Medicinal Chemistry Research*, 22(6), 2946-2953. <https://doi.org/10.1007/s00044-012-0297-2>.
- Silinsin, M., & Bursal, E. (2018). UHPLC-MS/MS phenolic profiling and in vitro antioxidant activities of *Inula graveolens* (L.) Desf. *Natural Product Research*, 32(12), 1467-1471. <https://doi.org/10.1080/14786419.2017.1350673>.
- Topçu, G., Erenler, R., Çakmak, O., Johansson, C. B., Çelik, C., Chai, H.-B., & Pezzuto, J. M. (1999). Diterpenes from the berries of *Juniperus excelsa*. *Phytochemistry*, 50(7), 1195-1199. [https://doi.org/10.1016/S0031-9422\(98\)00675-X](https://doi.org/10.1016/S0031-9422(98)00675-X).
- Türkmen, N., Öz, A., Sönmez, A., Erol, T., Gülümser, D., Yurdakul, B., Kayir, Ö., Elmastas, M., & Erenler, R. (2014). Chemical Composition of Essential Oil from *Rosmarinus Officinalis* L. Leaves. *Journal of New Results in Science*, 6(6), 27-31.



Araştırma Makalesi / Research Article, 4(3): 11 - 22, 2023


<https://dergipark.org.tr/en/pub/batd/article/1252190>

DOI: 10.53445/batd.1252190

Geliş Tarihi: 17 Şubat 2023, Kabul Tarihi: 04 Mayıs 2023, Yayın Tarihi: 28 Ağustos 2023

Received: 17 February 2023, Accepted: 04 May 2023, Published: 28 August 2023

Covid-19 Hastalığı ile Evinde Karantinaya Giren Hastaların Tercih Ettikleri Geleneksel Yöntemlerin Belirlenmesi

Zeynep İBAER , Selma KAHRAMAN * 

Harran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı,

Harran, Şanlıurfa, Türkiye

*Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Selma KAHRAMAN, e-posta: skahraman1308@gmail.com

ÖZET

Bu çalışma Covid-19 hastalığı ile evinde karantinaya giren hastaların karantina süresince tercih ettikleri geleneksel yöntemlerin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı olarak yapılmıştır. Araştırmanın örneklemi Ocak-Nisan 2021 tarihleri arasında Siirt Eğitim ve Araştırma Hastanesine başvuran ve RT-PCR test sonucu pozitif gelen ve fiyasyonda çalışan araştırmacının hasta takibinden sorumlu olduğu 300 hasta oluşturmuştur. Veriler araştırmacı tarafından oluşturulan anket formu ile yüz- yüze toplanmıştır. Verilerin istatistiksel analizi SPSS 20.0 paket programında tanımlayıcı istatistikler, Ki-kare testi ile iki isimsel değişken arasındaki ilişki miktarını gösteren 2X2 tablolarda phi (Φ) katsayı kullanılarak değerlendirilmiştir. Covid-19'lu hastaların %59,0'ı 14 gün ya da 20 gün karantina süresi boyunca hastalığın iyileşme sürecini kısaltmak için geleneksel yöntem kullanmıştır. Geleneksel yöntem kullanan hastaların en çok %30,6'sı limon-narenciye çayı kullanmıştır. Hastaların yaş arttıkça geleneksel yöntem kullanma durumu artarken, yaş ile geleneksel yöntem arasında negatif zayıf bir ilişki bulunmuştur ($p<0,05$, $\Phi=-0,14$). Temel eğitim seviyesinde olan hastaların, üniversite veya üstü seviyesindeki hastalara göre daha fazla geleneksel yöntem kullanırken, bu iki değişken arasında negatif zayıf bir ilişki saptanmıştır ($p<0,05$, $\Phi=-0,14$).

Sonuç olarak Covid-19 hastalığı için kişilerin geleneksel yöntemlere başvurduğu ve bu yöntemlerin daha çok bitkisel yöntemler olduğu saptanmıştır. Yaş ve eğitim geleneksel yöntemleri etkileyen faktörler olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, Evde Karantina, Geleneksel Yöntem, Halk Sağlığı



Determining the Traditional Methods Preferred by Patients Quarantined at Home with Covid-19 Disease

ABSTRACT

This descriptive study aims to determine the traditional methods preferred by patients during quarantine who were quarantined with Covid-19 disease, which affects the whole world. The population of this study consists of 300 patients who applied to Siirt Training and Research Hospital between January-April 2021 and whose RT-PCR test results were positive and whom the researcher working in the filiation was responsible for patient follow-up. The data were collected face-to-face with the questionnaire form prepared by the researcher. Statistical analysis of the data was evaluated in SPSS 20.0 package program using descriptive statistics, chi-square test and phi (Φ) coefficient in 2X2 tables showing the amount of relationship between two nominal variables. 59.0% of the covid-19 patients used the traditional method for the disease during the quarantine period. 30.6% of the patients using the traditional method. While the use of traditional methods increased as the age of the patients increased, a weak negative correlation was found between age and the traditional method ($p<0.05$, $\Phi=-0.14$). While patients with basic education level used more traditional methods than patients at university or higher level, a weak negative correlation was found between these two variables ($p<0.05$, $\Phi=-0.14$).

As a result, it was determined that people resorted to traditional methods for Covid-19 disease and these methods were mostly herbal methods. Age and education were found to be factors affecting traditional methods.

Keywords: Covid-19, Home Quarantine, Traditional Method, Public Health

GİRİŞ

COVID-19 hastalığı, benzeri görülmemiş mortaliteye ve morbiditeye sahip küresel bir halk sağlığı krizidir (Jeong ve ark., 2023). Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) 5 Mayıs 2022 tarihinde yayınladığı durum bildirir raporunda, Covid-19 hastalığının doğrudan veya dolaylı 15 milyon kişinin ölümüne sebep olduğunu açıklamıştır. Aynı rapora göre Türkiye'de hayatını kaybedenlerin sayısı ise 264 bin olmuştur. Covid-19 hastalığının korunmasında ve önlenmesinde kişisel hijyen, sağlıklı beslenme, uyku düzeni gibi konular ön plana çıkarken, hastalardan sağlamlara bulaşıcılığı önlemek içinde karantina uygulaması öne çıkmıştır (Budak, & Korkmaz, 2020; Jeong ve

ark., 2023; Kim, & Yeniova, 2022; Zhang ve ark., 2023).

Karantina, hastalığın yayılmasını önlemek amacıyla sosyal etkileşimi engelleyerek evde sınırlamanın gerektiği bir uygulamadır. Tüm Dünya'da olduğu gibi Türkiye'de de karantina uygulamaları başlamış ve 14 gün veya yeni virüs varyantı ile 20 gün karantina süresi belirlenmiştir (Bahar ve ark., 2020; Jeong ve ark., 2023; Jianhua, 2020). Bu yöntem her ne kadar salgını kontrol altına almaya ve sağlık sistemindeki yükü hafifletmeye etkili olsa da yeni sorunların doğmasına neden olmuştur. Örneğin böyle normal olmayan bir evde kapanma süreci, günlük rutinlerinin değişmesine, kişilerarası ve sosyal



etkileşimlerinin bozulmasına neden olmuştur. Evde kalmaya başlayan hasta ve ailesi için yeni dönem başlamıştır. Telefon, televizyon, internet ortamı etkileşimi artırmış, bilgi paylaşımını çoğaltmıştır. Özellikle Covid-19 hastalığı ile ilgili yeterli bilginin olmaması, ölümcül bir hastalık olması, tedavinin tam olmaması gibi haberlerin çoğunlukta olması gibi nedenler bireylerde kaygı ve panik yaşanmasına bu yüzden Covid-19 hastalığından korunmak veya hastalandığında bir an önce iyileşmek, semptomları azaltmak için geleneksel yöntemlerin kullanılacağı düşünülmektedir (Bahar ve ark., 2020; Jianhua, 2020; Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 2022; Yıldırım, & İpek, 2020).

Geleneksel uygulamalar bütün dünyada olduğu gibi ülkemizde de giderek yaygınlaşmıştır. (Öztürk ve ark., 2020; Yurdakul, & Sarı, 2020). Tarih boyunca salgın hastalıklarda uygulanan geleneksel yöntemler günümüzde de kendini göstermiştir. DSÖ'nün genel tanımında geleneksel tedavi yöntemleri: sağlığın korunması, hastalıkları önleme, teşhis, iyileştirme ve tedavide kullanılan açıklanabilir olsun veya olmasın farklı kültürlerin sahip olduğu inanç, deneyim, bilgi becerilere dayanan uygulamaların tamamı olarak karşımıza çıkmaktadır (Cunningham ve ark., 2020; Karataş, 2021). Geleneksel uygulamalar tıbbi tedavilerin yerine geçen, modern biyotıp ya da tedaviler tarafından kabul edilmeyen her

türlü sağlık hizmetidir (Karataş, 2021; Öztürk ve ark., 2020; Yurdakul, & Sarı, 2020). Dünya ülkelerinin geleneksel yöntem kullanım oranlarına bakıldığında %60 ile %90 arasında olduğu görülmüştür (Kaplan, 2020; Öztürk ve ark., 2020; Ünal & Dağdeviren, 2019). Ülkemizde ise geleneksel yöntem kullanım oranı %60 olarak belirtilmiş ve yaşlı bireylerin, kemoterapi gören hastaların daha çok kullandığı saptanmıştır (Ünal & Dağdeviren, 2019). 2014 yılında çıkan 29158 sayılı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği (RG, 2014) gereği ülkemizde uygulanması yasal olan 15 geleneksel ve tamamlayıcı yöntem vardır. Bunlar Akupunktur, fitoterapi, apiterapi, hipnoz, sülük, homeopati, kayropratik, kupa uygulaması, müzik terapi, refleksoloji, ozon uygulaması, osteopati, proloterapi, mezoterapi, larva uygulamasıdır (Ünal & Dağdeviren, 2019). Hastaların geleneksel yöntemleri bilinçsizce kullanması, ilaç etkileşimlerine neden olabilmesi, istenmeyen yan etkilerin oluşması, uygulanan tedavilerde ilaç etkinliğini azaltması, insan sağlığına olan zararlı etkilerinden dolayı geleneksel uygulamaların doktor önerisi hariç kullanımı sakıncalıdır (Öztürk ve ark., 2020).

Hem modern tıbbi hem geleneksel yöntemleri ortak payda da buluşturan nokta; insan sağlığını korumak, geliştirmek ve sürdürmektir. Hasta sağlığını korumakla ve



geliştirmekle sorumlu olan, insanı ruhsal fiziksel bir bütün olarak ele alan, hasta ve sağlıklı bireyle uzun zaman geçiren ve danışman rolü gören hemşirelere büyük görevler düşmektedir. Gelişen, değişen dünyanın yanı sıra tanı ve tedavi yöntemleri de güncellenmektedir. Sağlık personelinin buradaki görevi güncel kalabilmek ve hastaları doğru yönlendirebilmektir. Hastaları doğru yönlendirmede, önyargısız yaklaşımda, sorularına cevap vermede sağlık personeline özellikle de ilk temasa geçilen hemşirelere önemli sorumluluklar düşmektedir (Karataş, 2021; Khorshid, & Yapucu, 2005; Yurdakul, & Sarı,2020). Bu yüzden covid-19 hastalarının en az 14 gün olan karantina süresince doktor tarafından verilen tedavi dışında tercih ettikleri yöntemler olup olmadığını ve bu yöntemleri tercih etme nedenlerini araştırmak hastanın sağlığını koruma ve geliştirmede önem arz etmektedir.

Belirtilen bu bilgiler sonucunda bu çalışmada cevap aradığımız sorular aşağıda belirtilmiştir;

1. Evinde karantina giren Covid-19'lu hastaların 14-20 gün boyunca geleneksel tamamlayıcı tıp yöntemlerine başvuruyor mu?

• 2. Evinde karantina giren Covid-19'lu hastaların geleneksel yöntem kullanma oranı nedir?

• 3. Hangi geleneksel yöntemler kullanılıyor?

• 4. Geleneksel yöntemleri tercih etme nedenleri nelerdir?

• 5. Geleneksel yöntemleri etkileyen faktörler nelerdir?

METOT VE MATERYAL

Araştırmanın Tipi

Araştırma tanımlayıcı olarak yapılmıştır.

Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Ocak-Nisan 2021 tarihleri arasında Siirt Eğitim ve Araştırma Hastanesine başvuran ve q-RT-PCR (quantitatif Real Time Polimeraz Zincir Reaksiyonu) test sonucu pozitif gelen ve fiyasyonda çalışan araştırmacının hasta takibinden sorumlu olduğu ve araştırmaya dahil edilme kriterlerine uygun 480 hasta oluşturmaktadır. Ayrıca araştırmacının fiyasyonda sorumlu olduğu 18 yaş altı olan hasta sayısı 140'tır. Çalışmaya örnekleme yöntemine gidilmeden, rastgele olarak gönüllü formunu kabul eden tüm bireyler dahil edilmiştir. Araştırma 300 katılımcı ile tamamlanmıştır.

Araştırmaya dahil edilme kriterleri;

- Covid-19 tanısı almış olup evde karantina sürecinde olmak
- 18 yaş üstü olmak
- Okur-yazar olmak veya iletişim kurabilir olmak.



Araştırmacı örnekleme alınan hastaların karantina sürecini başlatmak, sağlık durumunu değerlendirmek ve araştırma için olur almak için ev ziyareti yapmıştır. Araştırma katılmak isteyen hastaların verilerini toplamak için karantinanın biteceği son iki gün içerisinde araştırmacı tarafından tekrar evine giderek yüz-yüze veriler toplanmıştır. Anket ortalama 10-20 dakika sürmüştür. Anket uygulanırken eldiven, maske koruyucu önlük giyilmiş olup, sosyal mesafeye dikkat edilmiştir. Anket uygulanırken hastaların özel kalemleri yoksa şahsi kalem verilip kullanılan kalemler her kullanımdan sonra alkolle sterilize edilmiştir. Okur-yazar olmayan hastalara araştırmacı tarafından anket formu doldurulmuştur.

Araştırmanın Değişkenleri

Bağımsız Değişkenler: Yaş, cinsiyet, eğitim, gelir durumu, aile tipi, Covid-19 hakkında bilgi durumu, hastalık durumu.

Bağımlı Değişkenler: Karantina süresince Covid-19 hastalığı için kullanılan geleneksel tedavi durumu.

Veri Toplama Araçları

İlgili literatürün taranması (Budak, & Korkmaz, 2020; Cunningham ve ark., 2020; Kurt, & Karaali, 2020; Jianhua, 2020; Kim, & Yeniova, 2022; Zhang ve ark., 2023) ve uzman görüşü (Harran Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Akademik Üyeler) ile hazırlanan anket formu 28 sorudan oluşmaktadır (Ek 1). Ankette 18 tane çoktan seçmeli, 10 tane açık uçlu soru bulunmaktadır. 12 soru Covid-19 tanısı almış kişilerin sosyo-demografik özellikleri, 16 soru geleneksel tedavi yöntem kullanma durumu, kullanma özellikleri, tedavinin özellikleri hakkında sorulardır.

Araştırmanın Etik Boyutu

Çalışma için Harran Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (01.11.2021 tarih 19 nolu oturum ve 14 nolu karar), Sağlık Bakanlığından (2020-10-07T10_40_05), İl Sağlık Müdürlüğü Bilimsel Araştırma Çalışmaları Başvuruları İnceleme ve Değerlendirme Komisyonu'ndan (15-12-2020 71987595 – 799- E.1442). Ankete katılacak olan bireylerden sözel onam alınmıştır.

Verilerin İstatistiksel Değerlendirilmesi

Verilerin istatistiksel analizi Statistical Package for Social Sciences (SPSS20.0) paket programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Çalışmanın 1,2,3,4 sorularına cevap almak için tanımlayıcı istatistikler (sayı, yüzde, ortalama değerler), 5. Soruyu değerlendirmek için Ki-kare testi ile iki isimsel değişken arasındaki ilişki miktarını gösteren 2X2 tablolarda phi (Φ) katsayı kullanılarak değerlendirilmiştir.



BULGULAR

Covid-19'lu evde izlenen hastaların %51,3'ü erkek, %45,7' si 30 yaşında veya daha küçük ($\bar{x}\pm ss:35,1\pm 13,08$), %54,0'ı üniversite veya üstü eğitim düzeyine sahiptir. Covid-19'lu hastaların %28,0'ında doktor tarafından bir kronik hastalık tanısı konulmuştur. Kronik hastalık tanısı alan hastaların %31,0'nın diyabet, %20,2'sinin kalp ve %15,5'inin astım hastalığına sahip olduğu görülmüştür. Hastaların %32,3'ü hastaneye ilk halsizlik-yorgunluk, %20,0'ı baş ağrısı şikâyetleriyle başvurmuştur. Karantinanın ilerleyen zamanlarında hastaların %25,0'ı herhangi bir şikâyetinin kalmadığını belirtirken, %23,0'ı baş ağrısı, %19,0'ı halsizlik ve yorgunluk şikâyetinin devam ettiğini söylemiştir. Covid-19'lu hastaların %55,0'ı doktor tarafından ilaç aldığını belirtmiş ve verilen ilaçların %29,7'sinin ağrı kesici, %20,6'sının antibiyotik, ağrı kesici ve vitamin ilaçlarında oluştuğunu belirtmiştir. Doktor tarafından ilaç verilen hastaların %93,3'ü kullandığı ilaçlardan fayda gördüğünü ifade etmiştir.

Covid-19'lu evde izlenen hastaların kullandıkları geleneksel yöntemlerle ilgili verileri gösteren Tablo 1'de hastaların %59,0'ı karantina süresi boyunca Covid-19 hastalığı için geleneksel yöntem kullanmıştır (Araştırma sorusu 1.2). Geleneksel yöntem kullanan hastaların %30,6'sı limon-narenciye çayı, %16,3'ü kekik çayı, %10,2'si soğan-sarımsak

kürü, %8,4'ü zencefil çayı, %1,1'i sumak çayı kullanmıştır (Araştırma sorusu 3). Hastaların %27,2'si kullandığı geleneksel yöntemi belirtmemiştir. Geleneksel yöntem kullanan hastaların %61,0'ı geleneksel yöntemi akraba veya komşusundan aldığını belirtmiştir. Hastaların %40,4'ü geleneksel yöntemi düzenli kullandığını ifade etmiştir. Araştırmaya katılan hastaların %60,5'i bu yöntemi Covid-19 hastalığından önce de kullandığını ifade etmiş olup, bu yöntemi daha önce kullanan hastaların %60,7'sinin gribal enfeksiyon ve soğuk algınlığı, %39,3'ünün yorgunluk durumu, mide rahatsızlıkları ve kronik hastalık şikâyetleri için kullandığını belirtmiştir (Araştırma sorusu 4).

Tablo 2'de Covid-19'lu evde izlenen hastaların sosyo-demografik özelliklerine göre geleneksel yöntem kullanma durumları verilmiştir. Kadın hastaların %61,0'ı geleneksel yöntem kullanırken erkek hastaların %57,1'i geleneksel yöntem kullandığı saptanmıştır.

30 yaş ve daha küçük hastaların %51,1'i geleneksel yöntem kullanırken 30 yaş üstü hastaların %65,6'sı geleneksel yöntem kullanılmıştır. Yaş ve geleneksel yöntem kullanma durumuyla ilgili anlamlı istatistiksel bir fark saptanmış ve bu iki değişken arasında negatif çok zayıf bir ilişki olduğu görülmüştür ($p<0,05$, $\Phi=-0,14$).



Tablo 1. Covid-19'lu Evde İzlenen Hastaların Kullandıkları Geleneksel Yöntemler

Değişkenler	Sayı	Yüzde
Geleneksel Yöntem Kullanma Durumu		
Evet	177	59,0
Hayır	123	41,0
Kullanılan Yöntem (n=177)		
Limon-Narenciye	54	30,6
Kekik Çayı	29	16,3
Soğan-Sarımsak Kürü	18	10,2
Zencefil Çayı	15	8,4
Muska- Hocaya götürmek	6	3,4
Akupunktur	5	2,8
Sumak Suyu	2	1,1
Belirtilmeyen	48	27,2
Geleneksel Yöntemi Aldığı Kaynak(n=177)		
Akraba-Komşu	108	61,0
Yazılı- Görsel Medya	69	39,0
Geleneksel Yöntemi Kullanma Sıklığı(n=177)		
Düzenli	72	40,4
Düzensiz	105	59,6
Geleneksel Yöntemi Daha Önce Kullanma Durumu		
Evet	107	60,5
Hayır	70	39,5
Daha Önce Kullanılan Hastalık (n=107)		
Gribal Enfeksiyon- Soğuk Algınlığı	65	60,7
Yorgunluk, Mide Rahatsızlıkları- Kronik Hastalıklar	42	39,3

Temel eğitim seviyesinde öğrenim gören hastaların %66,7'si geleneksel yöntem kullanırken üniversite veya üstü seviyesindeki hastaların %52,5'i geleneksel yöntem kullanmıştır. Eğitim seviyesi ile geleneksel

yöntem kullanma arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuş ve bu iki değişken arasında negatif çok zayıf bir ilişki olduğu hesaplanmıştır ($p < 0,05$, $\Phi = -0,14$).



Tablo 2. Covid-19'lu Evde İzlenen Hastaların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Geleneksel Yöntem Kullanma Durumları (p<0.05))

Geleneksel Yöntem Kullanma Durumu	Kullanıyor		Kullanmıyor		p
	Sayı	Yüzde	Sayı	Yüzde	
Değişkenler					
Cinsiyet					
Kadın	89	61,0	57	39,0	,502
Erkek	88	57,1	66	42,9	
Yaş					
30 Yaş ve Daha Küçük	70	51,1	67	48,9	,011 Φ=-0,14
30 Yaş Üstü	107	65,6	56	34,4	
Eğitim					
Temel Eğitim	92	66,7	46	33,3	,013 Φ=-0,14
Üniversite veya Üstü	85	52,5	77	47,7	
Karantinada İlk Şikayetler					
Baş Ağrısı	35	58,3	25	41,7	,135
Ateş ve Öksürük	29	50,9	28	49,1	
Tat-Koku Alamama	30	76,9	9	23,1	
Halsizlik-Yorgunluk	57	58,8	40	41,2	
Hepsi	26	55,3	21	44,7	
Karantinada Son Şikayetler					
Baş Ağrısı	53	60,9	34	39,1	,411
Tat-Koku Alamama	29	70,7	12	29,3	
Halsizlik-Yorgunluk	48	56,5	37	43,5	
Şikâyet Yok	42	55,3	34	44,7	
Diğer Şikayetler	5	45,5	6	54,5	
Doktorun İlaç Verme Durumu					
Evet	96	58,2	69	41,8	,752
Hayır	81	60,0	54	40,0	



TARTIŞMA

Covid-19'lu evde izlenen hastaların 14 veya 20 günü kapsayan karantina süreleri boyunca kullandıkları geleneksel yöntemleri belirleyen bu çalışmada hastaların %59,0'ı karantina süresince geleneksel yöntem kullandığını belirtmiştir (Tablo 1). Covid-19 döneminde yapılan genel kapanmaların olduğu zamanda yapılan niteliksel bir araştırmada görüşülen kişilerin hemen hemen hepsi geleneksel yöntem kullanmıştır (Kaplan, 2020). Bu araştırmada Covid-19 hastaların kullandıkları geleneksel yöntemleri hastalıktan bir an önce iyileşmek için başvurduğu düşünülmektedir. Covid-19'un belirsiz süreci, aşı ve tıbbi yöntemlerin bulunmasına rağmen toplumun hala bir güvensizlik içinde olduğunu geleneksel yöntemlere yönelimi artırdığını göstermektedir (Özay, 2022). Bu sonuçlar hem Covid-19 hastalığının etkisinin devam etmesi, hem de hala ölümlere sebep olmasından dolayı ve bu hastalıktan iyileşmek için ya da korunmak için salgın sürecinde geleneksel yöntemlerin en çok aranan ve tedbir amacıyla başvurulan alan hâline geldiğini göstermesi ve sağlık personelinin geleneksel yöntemlere dikkat çekmesi açısından önemlidir.

Bu araştırmada geleneksel yöntem kullanan hastaların çoğunluğu limon-narenciye çayı başta olmak üzere bitkisel yöntemlere başvurduğu, hastaların hepsinin kullandıkları geleneksel yöntemden zarar görmediğini ve

yarıya yakınının bu yöntemlerle semptomlarının azalttığını belirtmiştir (Tablo 1). Çin'de Covid 19 hastalığına yönelik yapılan çalışmada bitkisel ilaçların hastalığın semptomatik ve antiviral tedaviler için sıklıkla kullanıldığı ancak bitkisel ilacın etkinliğini ve güvenliğini belirlemek için kapsamlı klinik deneyler gerekli olduğu vurgulamıştır (Cunningham ve ark., 2020). Buna yakın çalışmada da aynı sonuç çıkmıştır (Khorshid, & Yapucu, 2005). Amerika'da Laura ve Ark. (Falcı, & Shi, 2016) yetişkinlerin kullandıkları geleneksel ve tamamlayıcı tıp (NCCAM) yöntemlerini belirlemek amaçlı yaptıkları bir araştırmada araştırmacıların %52,7'sinin vitamin ve mineral takviyelerini kullandığını ve bunun en çok tercih edilen yöntem olduğunu söylemiştir. En çok kullanılan bitki çayları olarak ise sırasıyla sumak, zencefil ve zerdeçal olmuştur (Falcı, & Shi, 2016). Yapılan bir çalışma Covid-19 hastalığında bağışıklık sistemi ve solunum yolları üzerinde etkili olabilecek bitkileri çörek otu, meyan kökü, kara mürver, sarımsak, zencefil olarak sıralamıştır (Özay, 2022). Covid-19 hastaların özellikle bitkisel uygulamalara başvurma nedeni olarak o dönem de sıklıkla duyulan, söylenen ve sağlık personelinin tavsiyeleri arasında olmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Ayrıca bitkisel yöntemlerin kolay ulaşılabilir ve kolay hazırlanabilir olunması tercih edilmesinin en önemli sebeplerinden olduğu düşünülmektedir.



Hastaların kullandıkları geleneksel yöntemlerin doğal beslenme, evde yapılan yiyecekler, idealinde olması gereken beslenme olduğu için zarar görmedikleri söylenebilir.

Çalışmamıza katılan hastaların yaşı arttıkça geleneksel yöntem kullanma durumu artmış ve yaş ile geleneksel yöntem kullanma durumu arasında negatif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır (Tablo 2, $p<0,05$, $\Phi=-0,14$). Onkoloji hastalarına yapılan bir araştırmada yaş arttıkça geleneksel yöntem kullanım oranının arttığını ve GETAT yöntemi kullanan hastaların özellikle 60 yaş etrafında kümelenildiği görülmüştür (Bilge, 2010). Bir başka çalışmada geleneksel yöntem kullanan kesimin büyük çoğunluğu 36-50 yaş olduğu görülmüştür (Yılmaz, 2020). Bu sonuç bize geleneksel tıbbın daha çok gözlem ve deneyime dayandığı bilgisini (Öztürk ve ark., 2020) destekler şekilde olduğunu, hastaların covid-19 hastalığından ölüm oranının yaş arttıkça yükselmesi ve iyileşmenin tam aksine yaş arttıkça düşmesinden dolayı hastaların bu hastalıktan bir an önce kurtulmak için geleneksel yöntemlere başvurduğu düşünülebilir.

Bu çalışmada hastaların kullandıkları geleneksel yöntemleri etkileyen bir başka faktörün eğitim olduğu saptanmıştır. Temel eğitime sahip olan hastalar üniversite ve üstü eğitime sahip olan hastalara göre geleneksel yöntem daha fazla kullanırken ve bu iki

değişken arasında negatif çok zayıf bir ilişki olduğu hesaplanmıştır (Tablo 2. $p<0,05$, $\Phi=-0,14$). Yapılan iki çalışmada eğitim seviyesine göre kullanılan geleneksel yöntem kullanma durumunun değiştiğini göstermiştir. Üniversite mezunları fitoterapiyi tercih ederken, üniversite ve daha alt seviyede eğitimini tamamlayan kesimde homeopatiye yönelimin arttığını göstermiştir (Oral ve ark., 2016; Yılmaz, 2020). Bu sonucu destekleyecek şekilde bireylerin eğitim seviyesi arttıkça geleneksel yöntem kullanma durumunun azaldığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır. (Kaplan, 2020; Karataş, 2021; Oral ve ark., 2016; Özay, 2022; Öztürk ve ark., 2020; Ünal, & Dağdeviren, 2019; Yılmaz, 2020). Her ne kadar artan eğitim seviyesiyle modern tıba yönelim beklense de gelişen ve değişen dünyada hastalığa bakış açısı değişmekte, ilaçlara ve aşılar güvensizlik oluşmakta veya tedavi yetersiz bulunmaktadır. Bu durum geleneksel, alternatif- tamamlayıcı tıba ilgiyi artırmaktadır (Öztürk ve ark., 2020). Eğitim arttıkça bilgiye ulaşma oranı ve bilgiye ulaşmak için gösterilen çaba da artmaktadır. Kişinin bu nedenden kaynaklı sorguladığı ve emin olmadığı yöntemlerden kaçındığını düşündürmektedir. Eğitim seviyesi düşük veya okur-yazar olmayan hastaların ise akraba, komşu, kitle iletişim araçlarından bilgiyi aldığı ve çok sorgulamadan aldığı kaynağa güvenerek geleneksel yöntemleri uyguladığı anlaşılmaktadır.



Çalışmada geleneksel yöntem kullanan hastaların %61,0'ı kullandığı yöntemi akraba ve komşudan duyduğunu belirtmiştir (Tablo 1). Tarih boyunca görülen küresel salgınlarda tanı ve tedavi için çözüm arayan toplumlar daha çok ortak alan paylaştıkları ve sürekli iletişim halinde oldukları akraba, komşu yakın temasta oldukları kişiler tarafından bilgileri almıştır (Kaplan, 2020; Karataş, 2021; Özay, 2022; Öztürk ve ark., 2020; Yılmaz, 2020). Geleneksel yöntem kullandığını ifade eden hastaların %60,5'i bu yöntemi daha önce başka hastalıklarda kullandığını ifade ederken geleneksel yöntemi daha önce kullandığını söyleyen hastaların ise %60,7'si bu yöntemi gribal enfeksiyon ve soğuk algınlığında kullandığını belirtmiştir (Tablo 1). Covid-19'un ve soğuk algınlığının belirtilerinin ve bulaş yolunun benzer olmasından kaynaklı hastaların soğuk algınlığında kullandıkları geleneksel yöntemi Covid-19'da da kullanmaya devam ettiğini göstermektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma araştırmaya katılan 14-20 gün boyunca evinde karantina giren 300 Covid-19 hastasının beyanları ile sınırlıdır. Bu çalışmada ana sonuç Covid-19'lu hastaların çoğunluğun geleneksel yöntem kullandığı ve kullanılan geleneksel yöntemin daha çok bitkisel içerikli ürünler olduğu saptanmış ve geleneksel yöntemlerin hastalar tarafından tedavi fırsatı

olarak tercih edilmiştir. Eğitim düzeyi yüksek olan ve yaşı daha küçük olan hastaların geleneksel yöntem kullanma oranının düşük olduğu görülmüştür. Bu sonuçlar doğrultusunda; zarar verecek geleneksel yöntemlerin sağlık personeli tarafından bilinmesi ve bu yöntemleri kullanmaktan kaçınmak için toplumun bilgilendirilmesi, halk arasında yanlış bilinen veya ön yargı ile yaklaşılan bilgilerin yayılımı engellenmesi önerilmelidir.

KAYNAKLAR

- Bahar, A., Çuhadar, D., & Bahar, G. (2020). Covid-19 Pandemisi: Karantina ve İzolasyon Sürecinde Ruh Sağlığı. *Erü Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7(2), 42-48.
- Bilge, Z. (2010). Kanserli Hastaların Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerini Kullanımı. *Dicle Üniversitesi Tıp Fakültesi İç Hastalıkları Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi*. 2010. Diyarbakır
- Budak, F., & Korkmaz, Ş. (2020). COVID-19 pandemi sürecine yönelik genel bir değerlendirme: Türkiye örneği. *Sosyal Araştırmalar ve Yönetim Dergisi*, (1), 62-79.
- Cunningham, A. C., Goh, H. P., & Koh, D. (2020). Treatment of COVID-19: old tricks for new challenges. *Critical Care*, 24, 1-2.
- Falci, L., Shi, Z., & Greenlee, H. (2016). Peer reviewed: multiple chronic conditions and use of complementary and alternative medicine among US adults: results from the 2012 National Health Interview Survey. *Preventing chronic disease*, 13.1-13.
- Jeong, Y. J., Wi, Y. M., Park, H., Lee, J. E., Kim, S. H., & Lee, K. S. (2023). Current and Emerging Knowledge in COVID-19. *Radiology*, 222462. DOI: 10.1148/radiol.222462
- Jianhua, G. O. N. G. (2020). Çin'in yeni koronavirüs zatürresine karşı savaşı: Mücadeleler, sonuçlar ve yansımalar. *Kuşak ve Yol Girişimi Dergisi (BRIQ)*, 1(2), 90-102.



- Kaplan, M. (2020). Covid-19: Küresel Salgın Sürecinde Geleneksel ve Tamamlayıcı Tedavi Uygulamaları. *Milli Folklor Dergisi*, 16(127), 35-45
- Karataş, H. (2021). Türkiye’de Halk Hekimliği Uygulama Alanında İki Ekol: Şifacılar ve Hekimler. *Folklor/Edebiyat*, 27(105), 81-99.
- Khorshid, L., & Yapucu, Ü. (2005). Tamamlayıcı Tedavilerde Hemşirenin Rolü. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 124-130.
- Kim, S. Y., & Yeniova, A. Ö. (2022). Global, regional, and national incidence and mortality of COVID-19 in 237 countries and territories, January 2022: a systematic analysis for World Health Organization COVID-19 Dashboard. *Life Cycle*, 2.
- Kurt, A. F., & Karaali, R. (2020). SARS-CoV-2 Nedir, Bu Güne Nasıl Geldik? *Medical Research Reports*, 3(3), 54-62.
- Oral, B., Öztürk, A., Balcı, E., & Sevinç, N. (2016). Aile sağlığı merkezine başvuranların geleneksel/alternatif tıpla ilgili görüşleri ve kullanım durumu. *TAF Prev Med Bull*, 15(2), 75.
- Özay, C. (2022). Koronavirüs Hastalığı’nda (COVID-19) Bağışıklık Sistemi Üzerinde Etki Gösteren Bazı Önemli Tıbbi Bitkiler ve Kullanılabilirlikleri. *İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 7 (1), 117-121.
- Öztürk, Y. E., Dömbekci, H. A., & Seda, Ü. N. A. L. (2020). Geleneksel Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Kullanımı. *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbı Dergisi*, 1(3), 23-35.
- Resmi Gazete, 27 Ekim 2014, Sayı 29158.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü. (2022). Covid-19 (Sars-Cov-2 Enfeksiyonu) Rehberi Bilim Kurulu Çalışması. Ankara. p.89
- Ünal, M., & Dağdeviren, H.N. (2019). Geleneksel ve tamamlayıcı tıp yöntemleri. *Euras J Fam Med*, 8(1),1-9. Doi:10.33880/ejfm.201908010
- Yıldırım O, İpek İ. Yeni Koronavirüs Salgını Dolayısıyla Gündeme Gelen Sosyal İzolasyon ve Gönüllü Karantina Döneminde İnternet ve Sosyal Medya Kullanımı. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi* 2020; (52), 69-94.
- Yılmaz, S. (2020). Türk Toplumunda Geleneksel Tedavi Yöntemlerinin Faydasına İnanma ve Bu Yöntemlere Başvurma Örüntüleri. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 10 (3), 941-953.
- Yurdakul, E. S., & Oktay, S. A. R. I. (2020). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarının Etik Yönden İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 10(3), 404-414.
- Zhang, J. J., Dong, X., Liu, G. H., & Gao, Y. D. (2023). Risk and protective factors for COVID-19 morbidity, severity, and mortality. *Clinical Reviews in Allergy & Immunology*, 64(1), 90-107. DOI: 10.1007/s12016-022-08921-5



Derleme Makalesi / Review Article, 4(3): 23 - 39, 2023

<https://dergipark.org.tr/en/pub/batd/article/1256165>

DOI: 10.53445/batd.1256165

Geliş Tarihi: 27 Şubat 2023,

Kabul Tarihi:

02 Mayıs 2023,

Yayın Tarihi:

28 Ağustos 2023

Received: 27 February 2023,

Accepted:

02 May 2023,

Published:

28 August 2023

Ebelikte Geleneksel ve Tamamlayıcı Uygulamalara Bakış

Ebru KAYA BAYIROĞLU * , Ceylan BAŞ DURDU , Melek BALÇIK ÇOLAK

Sakarya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ebelik ABD., Serdivan, Sakarya, Türkiye

Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Ebru KAYA BAYIROĞLU, e-mail: mawis_ebruu@hotmail.com

ÖZET

Geleneksel ve Tamamlayıcı uygulamalar, tanı, tedavi amacıyla kullanılmasının yanı sıra sağlığın sürdürülmesi ve desteklenmesi için yapılan uygulamalardır. Bu uygulamalar, enerji temelli, biyolojik temelli, manipülatif ve beden temelli, beden temelli uygulamalar olmak üzere sınıflandırılmıştır. Ebelik alanında ise gebelik, doğum ve postpartum süreç sırasında rahatsızlıkları gidermek, rahatı ve konforu sağlamak amacıyla kullanılmaktadır. Ebelerin doğum ve postpartum sürecinde, gevşeme aromaterapi, masaj gibi uygulamalarla kadınlarda konfor sağladığı, ağrıyı azalttığı, destek sağladığı ve sürece olumlu etkisinin kanıtlandığı birçok çalışma bulunmaktadır. Bu anlamda ebelerin yasal olarak bu uygulamalarda rol ve sorumluluklarının tanımlanması sağlığın sürdürülmesi ve yükseltilmesi açısından önem taşımaktadır. Derlemede, gebelik, doğum ve postpartum süreçte geleneksel ve tamamlayıcı uygulamalara ebelerin rolleri açısından bakış sağlamak amaçlanmıştır.

Anahtar kelimeler: Ebelik, Geleneksel ve Tamamlayıcı Uygulamalar, Gebelik, Doğum, Postpartum Dönem

A View of Traditional and Complementary Practices in Midwifery

ABSTRACT

Traditional complementary applications are applications for maintaining and supporting health as well as being used for diagnosis and treatment. These applications are classified as body-based, manipulative and body-based, energy-based and biological-based applications. In the field of midwifery, it is used to relieve discomfort and provide comfort during pregnancy, birth and postpartum process. There are many studies that prove that midwives provide comfort, reduce pain, provide support and have a positive effect on the process with applications such as relaxation, aromatherapy and massage during the birth and postpartum period. In this sense, defining the legal roles and responsibilities of midwives in the practices is important in terms of maintaining and promoting health. In this review, it is aimed to provide a perspective on the role of midwives in traditional and complementary practices in pregnancy, child birth and postpartum period.

Keywords: Midwifery, Traditional and Complementary Practices, Pregnancy, Delivery, Postpartum Period



GİRİŞ

Alternatif tıp, modern tıbbi tedavi ya da bağımsız tedavi yerine kullanılan metotları ifade ederken, modern tıbbi tedavi ile birlikte uygulanan veya bu tedavileri tamamlayan uygulamalar tamamlayıcı tıp olarak adlandırılmaktadır (Ünal ve Dağdeviren, 2019). Son zamanlarda hastalıkların tanı, tedavi ve bakım esnasında gözlemlenen hızlı gelişmelere paralel olarak hastalar kendi tedavilerinde daha fazla kontrol sahibi olup ve sorumluluk almayı istedikleri, semptomları azaltmak için birtakım girişimlere ulaşma istekleri, sağlık profesyonellerinin yeterli vakit ayıramayışı, yeni tedavilerin yüksek maliyetli olması, psikolojik olarak daha iyi hissetme isteği ve geleneksel tedavi yöntemlerinden tatmin olamama gibi sebepler sonucunda tamamlayıcı ve alternatif sağlık yöntemlerine olan ilgiyi artırmıştır (Talhaoğlu, D., 2021; Arı ve Yılmaz, 2016).

Dünya Sağlık Örgütü'ne göre tamamlayıcı ve alternatif tıp; bulunduğu ülkenin geleneklerinde uygulanmayan ve mevcut sağlık sistemine entegre edilmemiş olan kapsamlı sağlık hizmetleri olarak belirtilmiştir (World Health Organization, 2019).

Türkiye'de tamamlayıcı tıp hakkındaki yasal düzenleme ilk olarak 11/04/1928 tarihinde yayınlanan 1219 sayılı yasa gereğince "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği" adı altında yapılmış ve

"Tabiplerce veya tabiplerin yönlendirmesiyle ilgili sağlık meslek mensubu tarafından uygulanmak şartıyla insan sağlığına yönelik geleneksel/tamamlayıcı tedavi yöntemlerinin alanları, tanımları, şartları ve uygulama usul ve esasları Sağlık Bakanlığınca çıkarılacak yönetmelikle düzenlenir" şeklinde ifade edilmiştir (Talhaoğlu, D., 2021). "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği" Sağlık Bakanlığı tarafından Ekim 2014 yılında Resmî Gazetede yayınlanmış ve GETAT kullanım amacı, endikasyonları ve kimlerin uygulanabileceğine dair ifadeler belirtilmiştir (Resmî Gazete, 2014).

Bu yönetmeliğe göre tamamlayıcı terapiler; homeopati, akupunktur, karyopraktik uygulaması, hipnoz, osteopati, apiterapi, mezoterapi, fitoterapi, müzik terapi, sülük tedavisi, proloterapi, kupa uygulaması, larva (magot) uygulaması, ozon, refleksoloji uygulamasıdır (Talhaoğlu, D., 2021; Ünal ve Dağdeviren, 2019). Bu uygulamalar, Bakanlıkça yetkilendirilmiş ünitelerle uygulama merkezlerinde ve ilgili alanlarda "uygulama sertifikası" bulunan hekim ve yalnızca alanında uzman olan diş tabibi tarafından yapılabileceği; uygulama alanında temel eğitimi olan sağlık meslek mensuplarının merkez ve ünitelerde sertifikalı hekimlere uygulamada yardımcı olabileceği belirtilmektedir. Sertifikası olmayan hiçbir meslek grubu ve yönetmelikte belirtilmiş olan,



yetkilendirilmiş uygulama merkezleri kapsamı dışındaki merkezlerde tamamlayıcı terapi uygulaması yapamamaktadır (Talhaoğlu, D., 2021).

Yönetmeliğe göre, *akupunktur, fitoterapi, sülük, homeopati, mezoterapi, proloterapi, osteopatisertifikalı* diş hekimi tarafından; *apiterapi, larva* sertifikalı hekim tarafından; *refleksoloji, kayropratik* sertifikası olan hekim ve hekim gözetimi ile sertifikalı sağlık çalışanı tarafından; *kupa, osteopati* sertifikası olan hekim, diş hekimi ve hekim gözetimi ile sertifikalı sağlık çalışanı tarafından; *müzikterapi* sertifikalı hekim ve hekim gözetimi ile sağlık çalışanlarıyla en az lisans düzeyinde müzik eğitimi aldıktan sonra müzik terapi sertifika programını tamamlamış olan uygulamaya yardımcı kişi tarafından uygulanabilmektedir (Talhaoğlu, D., 2021).

Tamamlayıcı sağlık uygulamaları, yaşam kalitesini artırmak, hastalık semptomlarını ve ilaçların yan etkilerini azaltmak, fiziksel ve psikolojik destek sağlamak amacıyla modern tıba ek olarak yapılan tedavilerdir. Geleneksel ve Tamamlayıcı Uygulamalarda yöntemlerin tıbbi standardının olmaması sebebiyle aydınlatma büyük öneme sahiptir. Her tıbbi müdahale için bireyin ayrıntılı bir şekilde bilgilendirilmesi ve hür iradesi ile onay vermesi gerekmektedir. Verilen onayın geçerli sayılabilmesi için kişiye öncesinde hastalığına yönelik bilgilendirme yapılmalı ve tedavisinde

hangi yolun izleneceği, tedavinin etkileri, ortaya çıkacak komplikasyonları ve farklı tedavi seçenekleri belirtilmelidir.

1. ZİHİN BEDEN TEMELLİ UYGULAMALAR

1.1. Sanat Terapi

Gebelik ve doğum esnasında en önemli nokta doğru zamanda doğru iletişimidir. Eğitim düzeyi, sosyo-kültürel faktörler ve farklı dilleri kullanma sebepleri ile her zaman sözel iletişim yeterli ve etkin olamamaktadır. Sanat terapi, sözsüz iletişim açısından en etkin yöntemlerden biridir (Bostanoğlu ve Kahraman, 2017). Çeşitli müzik aletleri, semboller ve teknikler ile bireyin iç dünyasında yaşadığı ruhsal problemlere ulaşıp destek sağlanmasını kolaylaştırır.

1.2. Müzik Terapi

Müzik ritimleri beyine gönderdiği uyarı sinyalleri ile endorfin salınmasını sağlar. Böylece vazodilatasyon oluşur, tansiyonu normale döner, mutlu ve pozitif bir ruh haline sahip bir gebelik görülür. Doğum süresince kullanılan müzik ile hem kalp hem beyin olumlu etkilendiğinden vücuda giden sinyaller ile anksiyete azalır, gebenin uyumu sağlanır ve daha bilinçli bir doğum gerçekleşir. Ayrıca bebek için de olumlu bir ruh hali olacağından bebek de ilk sürecini daha rahat atlatır. Yapılan araştırmalarda klasik müzik dinleyerek



büyüyen çocukların IQ değerinin, diğer çocuklara göre beş puan daha fazla olduğu görülmektedir (Alkaya Yener, 2011).

1.3. Meditasyon

Latince "meditatio" kelimesinden türeyen ve derin düşünme olarak bilinen meditasyon; sükûnet, iç huzur, rahatlamak anlamına da gelmektedir. Meditasyonda konsantrasyon en önemli faktördür ve tek bir kelimeye, şarkıya, objeye veya duaya odaklanarak farklı düşüncelerin oluşması önlenir (Şaul, 2020). Meditasyon ucuzdur, olası bir yan etkisi yoktur ve kolay ulaşılabilir. Bu sebeple gebelik ve doğumda kullanımı güvenilirdir (Alkan ve Aslantekin Özçoban, 2017).

1.4. Yoga

Yoga, Sanskritçe'de "yuj" kelimesinden türeyen, bir bütün olmak, birleşmek anlamlarına gelmektedir. İnsanın kendini tanıması ile ortaya çıkan yoga, kişinin bilinç içine girmesi ve orada bütünleşmesi olarak bilinir. Yoga ve meditasyon uygulanarak doğum yaptırılan kadınlardaki mental ruh halinin, doğum eylemi süresince ve doğumdan sonrası ilk iki saat daha rahat olduğu görülmüştür (Alkan ve Aslantekin Özçoban, 2017).

1.5. Hipnoz

Hipnoz tamamen kişinin kendi isteğiyle bilinçli bir derin gevşeme durumudur ve bilinçaltının da aktif olduğu derin bir uyanıklık şeklidir. Hipnoz uygulamaları tıbbi alanda kullanılan başarılı bir yöntemdir. Hipnoz ile kişilerde geçici dikkat değişikliği oluşturularak dış etkenlere duyarlılık azaltılır. Derin gevşeme ile birlikte bilinçaltında oluşan olumsuz duygu ve davranışlar hipnoz ile kaldırılabilir. Smith ve ark. çalışmasında, hipnoz uygulayan kadınların analjezi ihtiyacının düşük ve doğumda memnuniyet düzeylerinin yüksek olduğunu belirtmiştir (Kızılkaya Beji vd., 2022; Öztürk ve Öztürk, 2019; Smith vd., 2006).

1.6. Gevşeme Teknikleri

Gevşeme egzersizleriyle gebe rahatlar, stres düzeyi azalır, uterusu giden kan akımı artar, kan basıncı normale döner ve fetal kalp atımı normal sınırlarda ilerler (Gültepe ve İldan Çalım, 2021). Gebelikte annenin tüm stres faktörlerinden arınması, kendini rahat hissetmesi gebeliğin seyri, fetüsün iyilik hali ve doğum açısından önem arz etmektedir (Arslan ve Başgül Yiğiter, 2016). Ebelerin aktif olarak rol aldığı doğum eylemi sürecinde, bu teknikleri kolaylıkla uygulatabilmektedir. Non-farmakolojik olması nedeniyle de son derece kolay uygulanabilir, güvenli ve etkilidir.



Tablo 1. Zihin Beden Temelli Uygulamaların Gebelik ve Doğum üzerine Etkisi (Bostanoğlu ve Kahraman, 2017; Aydın vd., 2019; Alkaya Yener, 2011; Alkan ve Aslantekin Özçoban, 2017; Kızılkaya Beji vd., 2022; Öztürk ve Öztürk, 2019; Arslan veBaşgül Yiğiter, 2016; Gültepe ve İldan Çalım, 2021; Atalay, 2014; Ariöz Düzgün ve Ege, 2017; Yüksel vd., 2017; Cicek ve Basar, 2017).

Zihin Beden Temelli Uygulamalar	Gebelik	Doğum
Sanat terapi	<ul style="list-style-type: none">• İletişimi kolaylaştırır,• Kaygı ve anksiyete düzeyini düşürür,• Gebe ve fetüs üzerinde pozitif etki oluşturur.	<ul style="list-style-type: none">• Dikkati tek bir noktada toplar,• Gevşemeyi sağlar• Ağrı eşliğini düşürür• Kontraksiyonları hissetme toleransını yükseltir.
Müzik Terapi	<ul style="list-style-type: none">• Fetal kalp atımını düzenler,• Stres ve kaygı düzeyini azaltır,• Rahatlatır, gevşetir, pozitif bir ruh haline çevirir,	<ul style="list-style-type: none">• Doğum esnasında gevşetir, rahatlatır, sakinleştirir,• Gebenin doğuma aktif katılımını sağlar,• Ağrı daha tolere edilebilir hale gelir,• Doğum süreci daha uyumlu geçer.
Meditasyon ve Yoga	<ul style="list-style-type: none">• İç huzuru oluşturarak gebeliğin pozitif bir ruh haline dönüşmesini sağlar,• Gebeyi sakinleştirir, stres ve kaygıyı azaltır.	<ul style="list-style-type: none">• Doğum esnasında anne adayının gevşemesini sağlar,• Gebeyi sakinleştirir, doğum eylemine odaklanmasını sağlar,• Gebenin doğum eylemine katılımını kolaylaştırır.• Stresi azaltarak doğum ağrıları ile baş etmeyi kolaylaştırır
Hipnoz	<ul style="list-style-type: none">• Gebenin odaklanmasını sağlayarak bilinçaltındaki rahatsızlıklarının tespiti ve tedavisi sağlanabilir,• Sakin, huzurlu bir iç ortam sağlar,• Kaygı ve stres düzeyini azaltır.• Fetal ve maternal iyilik hali oluşturur.	<ul style="list-style-type: none">• Gebenin doğum eylemine aktif katılımını sağlar,• Analjezi ihtiyacı azalır,• Ağrı daha tolere edilebilir hale gelir,
Gevşeme Teknikleri	<ul style="list-style-type: none">• Gebenin gevşemesini ve sakinleşmesini sağlar,• Fetal ve maternal iyilik hali oluşturur,• Fetal kalp atımlarını düzenler,• Gebeliğe bağlı oluşan bel ağrısı veya mide bulantısı gibi durumların hafifletir,• Kaygı ve stresi azaltır,• Anne bebek bağlanması güçlenir,	<ul style="list-style-type: none">• Gebenin gevşemesini sağlayarak stres ve korkuyu azaltır,• Ağrıyı azaltır ve doğum süresini kısaltır,• Gebenin doğuma aktif katılmasını sağlar,• Doğum sonrası dönemde olumlu ruh halinin devamını sağlayarak postpartum depresyon riskini azaltır,



Gevşeme egzersizlerini yapan preterm eylem riski olan gebelerin stres ve kaygı ile baş ettiği görülmüştür. Nefes egzersizleriyle pilates egzersizlerinin, duygu durumu, ağrı, yaşam kalitesini ve olumlu ruh halini koruduğu görülmüştür (Gültepe ve İldan Çalım, 2021; Arıöz Düzgün ve Ege, 2017).

2. MANİPÜLATİF VE BEDEN TEMELLİ UYGULAMALAR

2.1. Masaj

Eller kullanılarak veya mekanik yollarla vücudun yumuşak dokularının uyarılmasına masaj denir. Masaj esnasında ciltte bulunan periferik reseptörler uyarılır ve bu uyarılar spinal kord yoluyla beyine iletilmektedir. Masaj, lenf ve kan dolaşımını arttırarak, kasları gevşetir, arteriollerini dilate ederek, hem psikolojik ve hem de duygusal açıdan hastaları rahatlatmaktadır (Metin, 2015).

2.2. Refleksoloji

Refleksoloji kulak, el, yüz ve ayak tabanındaki refleks noktalarına el ile bası uygulayarak, enkefalinler ve endorfin salgısını artırarak ağrı üzerine kapı-kontrol mekanizmasını gerçekleştirerek, kaygı ve ağrı düzeyini azaltmakta, vücuttaki kan akımını hızlandırarak, uyarılmış toksinlerin atılmasını kolaylaştırmaktadır. Refleksoloji bedenin iyileştirici gücünü kullanarak, vücutta bir denge

oluşturarak kişinin kendisini ruhsal ve fiziksel açıdan iyi hissetmesini sağlar. Refleksoloji sadece hastalık semptomları üzerinde değil, oluşabilecek hastalıklara karşı önlem almak amacıyla da kullanılmaktadır (Uğurluyol ve Dönmez, 2022; Yılar Erkek ve Pasinlioğlu, 2017).

2.3. Egzersiz

Egzersiz; planlı olarak yapılan vücudun tekrarlayan hareketlerdir. Sağlıklı bir yaşam tarzının bir parçası olarak düzenli fiziksel aktivite tüm bireyler için tavsiye edilir. Düzenli fiziksel aktivitenin kalp sağlığı ve kemik yoğunluğunun üzerine birçok faydası vardır. Hafif egzersizlerin gebelik öncesi ve sırasında güvenli olduğu gösterilmiştir (Opray vd., 2015). Gebelikte kilo kontrolü, sırt ağrısı ve konstipasyonun önlenmesi, kasların güçlendirilmesi, kalp ve damar sağlığının korunması ve doğum sonu kilo kaybı sağlayabilme açısından önemlidir (Uzun Aksoy ve Gürsoy, 2021).

2.4. Soğuk ve Sıcak Uygulamalar

Soğuk ve sıcak uygulamalar lokal olarak uygulandığında olumlu sonuçlar ortaya çıkarabilir. Soğuk ve sıcak uygulamalar rahatlatıcı ve tedavi edici etkilerinden dolayı kullanılmaktadır (Kaçar, 2020). Kullanımının kolay, ucuz ve non-invazif olması, hekim



istemine gerek olmaması, yan etkisinin olmaması önemli avantajlarındandır (Elmas, 2019).

2.5.1. Sıcak Uygulama

Sıcak uygulama vazodilatasyon etki yaparak ağrıyı azaltır. Terapötik etkisinden yararlanabilmek için uygulamanın süresinin 30 dakikayı geçmemesi gerekmektedir. Uygulamanın 30-45 dakikaya uzaması durumunda dokularda konjesyon, 60 dakikayı aşması durumunda ise vazokonstriksiyona neden olmaktadır (Çolakoğlu vd., 2021).

2.5.2. Soğuk Uygulama

Soğuk uygulama sıcak uygulamaya nazaran ağrının giderilmesinde daha uzun süreli bir etkiye sahiptir ve travmadan sonra 24-48 saat içinde uygulanabilir. Soğuk uygulamalar bölge ya da dokunun ısınısını düşürerek gelen kan akımını azaltır, vazokonstriksiyon oluşturarak doku metabolizmasını yavaşlatır ve anestezi etkisiyle ağrı duygusu azaltır (Mert, 2018).

3. ENERJİ TEMELLİ UYGULAMALAR

3.1. Reiki ve Dokunma Terapisi

Rei ve Ki kelimelerinden türeyen ve Japonca kökenli olan reiki, genel olarak evrensel anlamı ifade etmektedir. Rei, her yerde var olan anlamında ve Ki ise ruhsal yaşam enerjisi anlamında kullanılmıştır. Evrensel yaşam enerjisi, bitmeyen enerji olarak anlandırılan

reiki, doğal bir şifa enerjisidir ve enerji, elle dokunularak aktarılır. İnsan bedeninde çakra olarak da isimlendirilen birçok enerji merkezi vardır. Çakralar ile insan bedeninde hayat enerjisi dolaşır ve enerji akışını güzel bir dengeye sokar. Çakralardan biri tıkanırsa vücuda enerji alınmaz ve çeşitli hastalıklar oluşmaya başlar (Kılavuz ve Okumuş, 2022; Erdoğan ve Çınar, 2011; Vitale, 2007). Reiki uygulaması, parasempatik sistemi uyarır, immünoglobulini artırır, kortizölü düşür ve tam anlamıyla gevşeme sağlar. Böylece içsel blokajları çözülerek, toksinler vücuttan uzaklaştırılır (Erdoğan ve Çınar, 2011; Vitale, 2007).

3.2. Biyoenerji

Latince hayat ve canlı anlamlarına gelen biyo ve enerji kelimelerinden oluşmuş olan “biyoenerji” bedende var olan enerjinin dengeli bir şekilde enerji merkezlerine doğru yönlendirilmesiyle oluşan şifalandırma faaliyetidir ve vücuttaki enerji blokajlarının düzenlenmesi, çakraların uyumlanması ve bilinçaltı temizliği yapılan bir tekniktir. Bu tekniği özel eğitim almış biyoenerjist yapabilmektedir. Biyoenerjist düzenli şekilde enerji çalışmaları yapması, enerjisini temizlemesi, kıskançlık, şüphe, hırs gibi negatif hislerden arınmalıdır. Şifalandırma, ellerini tedavi edilecek kişinin bedenine ellerin 20-25



cm. uzakta tutularak pozitif enerji gönderilmesi şeklinde yapılır (Yalvaç Arıcı, 2021).

Tablo 2. Manipülatif ve Beden Temelli Uygulamaların Gebelik ve Doğum üzerine Etkisi (Ergin, Mallı, 2019; Bayer, 2021; Metin, 2015; Yılar Erkek, Pasinlioğlu, 2017; Akbayrak ve Kaya, 2008; Mert, 2018; Kaya Şenol ve Aslan, 2016; Mamuk ve Gençalp, 2013).

Manipülatif ve Beden Temelli Uygulamalar	Gebelik	Doğum
Masaj	<ul style="list-style-type: none">Masaj ile gevşeme rahatlamaya sağlanır,Stres ve kaygı azalır,Bel, sırt ağrıları ve bacak ağrılarını rahatlatır,Fetal ve maternal iyilik hali oluşturur.	<ul style="list-style-type: none">Özellikle perine masajı ile doğum eyleminin kolaylaşması sağlanır,Ağrı ile baş etmeyi kolaylaştırır.Dokunmanın sağladığı pozitif enerji akışı ile gebe daha iyi hissetmesini sağlar.
Refleksoloji	<ul style="list-style-type: none">Ağrı, stres ve kaygı düzeyleri egzersiz ile azalır,Mide yanması, baş ağrısı gibi durumları azaltarak konforu artırır,Gebe ve fetüs kendini daha iyi hisseder,Pozitif bir ruh hali oluşur,Gebe gevşer, rahatlar,Bölgesel rahatlamada etkilidir.	<ul style="list-style-type: none">Ayak tabanındaki refleks noktalarına yapılan uygulama ile ağrı düzeyi azalır,Doğum eylemi süreci kolaylaşır,Doğum süresini kısaltır.
Egzersiz	<ul style="list-style-type: none">Sindirim işlevlerini ve dolaşımı düzenler,Annenin kilo kontrolüne yardımcı olur,Güç ve kuvvetin artmasına yardımcı olur,Doğum için gerekli kas gücünü destekler,Gestasyonel diyabetin önlenmesinde önemlidir,Egzersiz ile sosyal etkileşim sağlanır, sosyal ve psikolojik bakımdan iyilik hissinin artırılmasına yardımcı olur.	<ul style="list-style-type: none">Doğum sürecinde olası sorunların azaltılmasını sağlar,Doğum esnasında perine kaslarının daha rahat açılmasını sağlar,Doğum sürecinin daha kolay geçmesini sağlar,Anne doğum sürecine aktif olarak katılabilir,Doğum sonrası iyileşmeyi hızlandırır.
Sıcak ve soğuk uygulamalar	<ul style="list-style-type: none">Vücut ısısını düşürmede kullanılır,Bölgesel ağrıyı azaltmada etkilidir.	<ul style="list-style-type: none">Vajinal doğumda perineye yapılan sıcak uygulama perineyi korumada etkili, perine ağrısını azaltmaktadır,Soğuk jel ped uygulaması oturma, bebek bakımı, miksiyon ve defekasyon sırasında ağrının azaltır,Bu uygulamalar anneler tarafından kabul görmekte ve memnuniyet düzeylerini arttırmaktadır.



Tablo 3. Enerji Temelli Uygulamaların Gebelik ve Doğum üzerine Etkisi (Kılavuz ve Okumuş, 2022; Erdoğan ve Çınar, 2011; Vitale, 2007; Amanak vd.,2013; Yalvaç Arıcı, 2021).

Enerji Temelli Uygulamalar	Gebelik	Doğum
Reiki ve dokunma terapisi	<ul style="list-style-type: none">• Gevşeme ve rahat bir gebelik geçirmeyi sağlar.• Mide bulantılarını hafifletir.• Anne ve fetüs arasında iletişim sağlar.	<ul style="list-style-type: none">• Doğum sürecinde kasları gevşeterek gebenin rahatlamasını sağlar.• Ağrı ile baş etmeyi kolaylaştırır.• Doğum sonrası süreçte depresyonun önlenmesini sağlar.
Biyoenerji	<ul style="list-style-type: none">• İnsan vücudundaki kapalı çakraları açarak enerji akışını sağlar,• Böylelikle gebelikte oluşan rahatsızlıkların giderilmesi sağlanır,	<ul style="list-style-type: none">• Doğum esnasında enerji akışı sağlanarak sürecin daha rahat geçmesi sağlanır,• Anne adayını rahatlatır, gevşer ve doğuma daha uyumlu davranabilir.

4. BİYOLOJİK TEMELLİ UYGULAMALAR

4.1. Aromaterapi

Farmakolojik olmayan, güvenilir ve düşük maliyetli olan aromaterapi, hastalıkları iyileştirebilen ve hastanın yaşam kalitesini arttıran iyi bir seçenektir. Bu uygulamaların ebelere daha fazla özerklik ve bağımsızlık sağladığı ve aynı zamanda hastanın yaşam kalitesini arttırdığı düşünülmektedir. Ayrıca ebelerin uçucu yağların uygulanması esnasında hastalar ile etkin zaman geçirmeleri ve aromaterapinin masaj yoluyla uygulanması neticesinde dokunmanın sağladığı faydaların verilen bakımın kalitesini arttırdığı düşünülmektedir. Ebelikte esansiyel yağların

kullanımı, ebelik felsefesine ve ebeliği oluşturan etik ilkelere uygundur (Karaaslan, 2020). Doğum ağrısıyla başa çıkmada kullanılan en eski ilaç dışı yöntemlerden birisi de aromaterapilerdir. Aromaterapilerin doğum sırasında ağrı ve psikolojik etkilerini yönetmek amacıyla çok etkili bir yol olduğuna ilişkin çalışmalar 1996-2002 yılları arasında hız kazanmakta ve günümüzde kanıt düzeyi yüksek çalışmalar artmaktadır (Ergin ve Mallı, 2019). Aromaterapi sırasında kullanılan uçucu yağlar, stresi ve kaygıyı azaltıp, ruhsal durumunu iyileştirerek bireylerin fiziksel ve zihinsel refahını artırmaktadır. Psikososyal semptomları azaltmasının yanında enflamasyon, kronik ağrı, uyku ve anksiyete gibi durumlarda da



etkilerinin çok olduğu bilinmektedir. Uçucu yağların enerji verici bir karaktere sahip olduğu bulunmuştur. Nazal yoldan ve solunumun ara yüzü, uçucu yağların verilmesinde ve emilmesinde en etkili araç olmaktadır (Bayer, 2021).

4.2. Fitoterapi

Fitoterapi “bitkilerle tedavi” anlamına gelmektedir. Fitoterapi, doğal kökenli bitkilerin geleneksel ve tamamlayıcı tedavi yöntemi olarak kullanılmasıdır. Bitkisel ilaçların

etkinliği tam olarak kanıtlanmamakla birlikte günümüzde jinekoloji, onkoloji, nöropsikiyatri ve kardiyoloji alanında kullanılmaktadır. Bitkisel tedavilerin yararlarının yanı sıra, ciddi yan etkileri ve diğer ilaçlarla etkileşimleri söz konusudur. Fitoterapiye yönelik bir uygulama protokolünün olmaması, çalışmaların geniş kitlelerle yapılmamış ve kanıt düzeylerinin yeterli olmaması nedeniyle, uzman kişiler tarafından fitoterapi uygulanmasının yapılması önem taşımaktadır (Yıldırım vd., 2020).

Tablo 4. Biyolojik Temelli Uygulamaların Gebelik ve Doğum üzerine Etkisi (Ergin ve Mallı, 2018; Bayer, 2021; Yıldırım vd., 2020).

Biyolojik Temelli Uygulamalar	Gebelik	Doğum
Aromaterapi	<ul style="list-style-type: none">Uçucu yağlar ile sinir sistemi üzerinde ve vücudun ihtiyaç duyduğu düzeyde gevşeme sağlar,Antibakteriyel, antiviral, antifungal, antienflamatuar etkisi ile bağışıklık sistemi üzerine olumlu etkileri olur,Gebelikte kullanılmaması gereken yağlar konusunda dikkatli olunmalıdır.	<ul style="list-style-type: none">Doğuma uyum sürecini kolaylaştırır,Anksiyeteyi azaltır, gevşemeyi kolaylaştırır,Doğum ağrısını hafifletir,Doğum süresini kısaltır,Yorgunluğu azaltır,Anne memnuniyetini artırır.
Fitoterapi	<ul style="list-style-type: none">Gebelikte oluşan çatlaklar veya farklı dermatolojik rahatsızlıklarda kullanılır.Stres ve kaygıyı azaltmak amacıyla bitkilerin sakinleştirici özelliği kullanılabilir (etkinliği ve güvenilirliği kanıtlanmamış olmakla birlikte).Yorgunluk ve baş ağrısı gibi semptomlarda kullanılır (özellikle nane yağının sürülmesi),Gebelikte bulantı ve kusmanın önlenmesi için kullanılır (zencefil çayı).	<ul style="list-style-type: none">Doğumu hızlandırıcı etkisi olduğuna inanılmaktadır,Doğum esnasında gebeyi rahatlatır,Doğum süresini kısaltır.

5. GELENEKSEL SAĞLIK SİSTEMLERİ TEMELLİ UYGULAMALAR

5.1. Akupunktur

Çin’de 2000 yıldan uzun bir süredir hastalıklardan korunmak ve tedavi etmek amacıyla kullanılmaktadır. Akupunkturda



beden meridyenlere bölünmekte ve periferel sinirlerine iğne uygulanma ve elektriksel akım verilmesiyle ağrı durumu azaltılmaktadır (Karabulutlu, 2014). Doğum sırasında ağrıyı azaltmak amacı ile eller, ayaklar ve kulaklardaki akupunktur noktalarını kullanarak, endorfin salınımını uyarılmaktadır ve analjezik etkisi yaklaşık 20 dakika sonra ortaya çıkmaktadır (Çolakoglu vd., 2021). Anne, bebek veya doğum seyrine herhangi bir yan etki oluşturacak durum rapor edilmemiştir (Karabulutlu, 2014). Maliyetli ve özel ekipmanların kullanımını gerektirmesi olumsuz yönleri arasında sayılabilir (Kaplan, 2021).

5.2. Akupresür

Geleneksel Çin tıbbından doğan bu tekniğin temel amacı, istenilen bölgelere basınç uygulanması şeklinde uyarı vermektir. Akupresür kan akımını düzenleyerek, nörotransmitterlerin salgılanmasını destekleyerek vücudun normal fonksiyonlarının devamına yardımcı olur. Basınç oluşturma işlemi eller, parmaklar ya da tarak, buz kesesi, tenis topu gibi çeşitli nesnelere de uygulanabilir. Vücutta doğum ağrısının hafifletilmesini sağlayan farklı

akupresür noktaları bulunmaktadır. Bu noktalardan biri Handpoints (Hoko ya da L1-4 olarak adlandırılan elin başparmakla işaret parmağı arasındaki bölge) endorfin salınımını artırarak ağrıyı azaltmaktadır. SP6 noktasına (ayak bileğinin yaklaşık olarak dört parmak üzerindeki nokta) 10 saniye sürelerle başparmak ile yapılan basılarda doğum eylemi uyarılır ve ağrı kontrolü sağlanır (Karabulutlu, 2014; Yeşilçiçek Çalılık ve Kömürcü, 2014; Mamuk ve Davas, 2010).

5.3. TENS

Türkçe anlamı “Transkutanöz Elektriksel Sinir Uyarımı”dır. Deriye yerleştirilen küçük elektrotlar ile elektriksel darbeler ile var olan ağrının yönetimini sağlar. Elektrotların biri gebenin T10 - L1 seviyesine, diğeri ise S2 – S4 seviyesine yerleştirilir. Elektrotların elektriksel darbelerinin yoğunluğu düşükten yükseğe doğru ayarlanabilmektedir. Pil ile çalışan küçük veya büyük cihazlardır. Endorfin salınımı sağlayarak ağrıyı giderir veya azaltır. Kronik ağrılar, doğum ağrısı, nöropatik ağrı gibi durumlarda kullanılabilir (Mamuk ve Davas, 2010).



Tablo 5. Geleneksel Sağlık Temelli Uygulamaların Gebelik ve Doğum üzerine Etkisi (Çolakoğlu vd., 2021; Karabulutlu, 2014; Yeşilçiçek Çalılık ve Kömürcü, 2014; Kaplan, 2021; Mamuk ve Davas, 2010)

Geleneksel sağlık sistemleri	Gebelik	Doğum
Akupunktur	<ul style="list-style-type: none">Gebelikteki bulantı durumunu azaltıp, doğumdan sonra uterusu kalan plasentayı çıkarmak, hemoroid oluşumunu önlemek, annedeki sütün miktarını artırıp doğumdan sonra depresyonun azaltılması için de uygulanır. Vücut üzerindeki belirli noktalar kullanılarak gebelikte oluşan bulantıyı azaltır,Gebelikte meydana gelen bel, bacak ve diğer ağrıların azaltılmasında etkilidir,Fetal ve maternal rahatlık sağlar.	<ul style="list-style-type: none">Akupunkturun doğum ağrısını azalttığı, uterus kontraksiyonlarını güçlendirdiği, doğumun ikinci evresini hızlandırdığı belirtilmiştir Ağrı kontrolüne yardımcı olur,Doğum sürecinin daha hızlı geçmesini sağlar
Akupres	<ul style="list-style-type: none">Gebelikte meydana gelen bel, bacak ve diğer ağrıların azaltılmasında etkilidir,Vücut üzerindeki belirli noktalar kullanılarak gebelikte oluşan bulantıyı azaltır,Uyku kalitesini artırır.	<ul style="list-style-type: none">Doğum sırasında hipofiz bezini uyarıp oksitosinin salınımını teşvik eder uterus kontraksiyonlarını artırır ve doğum süresini kısaltır,Vücutta endorfin salınımını artırır,Doğum ağrısını azaltır,Doğumda akupresürün; hipofiz bezini uyarıp oksitosin salınımını teşvik eder uterus kontraksiyonlarını artırdığı ve doğum süresini kısalttığını ve doğum ağrısını azalttığını, postpartum dönemde emzirmeyi teşvik ettiği belirtilmektedir.Maliyetsiz, etkili, güvenilir ve kolay uygulanabilir olması avantajlarıdır
TENS	<ul style="list-style-type: none">TENS'in gebeliğin ilk 3 ayında embriyo üzerine etkileri bilinmediğinden kullanılmasının uygun olmadığı belirtilmiştir	<ul style="list-style-type: none">Doğum ağrısını azaltır,

GELENEKSEL SAĞLIK SİSTEMLERİ / TAMAMLAYICI TIBBİ SİSTEMLERDE EBELERİN ROL VE SORUMLULUKLARI

Zihin Beden Temelli Uygulamalarda Ebelerin Rol ve Sorumlulukları

Ebeler anneyi bilgilendirerek psikolojik rahatlık sağlar, gebelik sürecinin anne ve fetüsü takip eder, değerlendirir. Olası

komplikasyonları tespit ederek aileyi yönlendirir, kendi sorumluluğunda doğu gerçekleştirir, anne ve bebeğin doğuma aktif katılmasını sağlar, annenin doğum ağrıları esnasında sanat terapi, nefes egzersizleri gibi yöntemlerle kadının gevşemesini ve rahatını sağlayarak anksiyetesini azaltır. Doğumun seyri açısından en iyi uygulamayı tespit edip uygular, doğum odasının uygun koşullara



gelmesini sağlar (mahremiyet, loş ışık, hijyen vs.). Doğum sonunda ilk ten tene teması sağlayarak, emzirmeyi hemen başlatır ve anne-bebek bağlanmasını destekler. Ebeler, gebelere fizyolojik ve psikolojik destek sağlayarak gebelik, doğum ve sonrası süreçte güvenli alan oluşmasını sağlarlar (Kaçar, 2020).

Manipülatif ve Beden Temelli Uygulamalarda Ebelerin Rol ve Sorumlulukları

Ebe lohusanın perineal ağrısını azaltmak ya da gidermek amacı ile; soğuk ve sıcak uygulamalardan yararlanabilir. Ebe lohusalık dönemindeki anneye; miksiyon, defekasyon veya öksürme sırasında perineal bölgenin desteklenmesini, miksiyon ya da defekasyon sonrasında perineal bölgenin kurulanmasını ve kuru tutulmasını, perineal bölgeye uygulanacak olan her türlü işlem öncesi veya sonrasında ellerinin yıkanması, ped değiştirme, perineal bölgeyi temiz tutmak, günlük duş almak, perineal bölgenin günlük kontrol edilmesi ve enfeksiyon belirtilerinin izlenmesi konularında eğitim vermelidir. Ebe anneyi gevşetir, rahatlatır ve yatıştırır. Ebeler gebelik, doğum ve doğum sonu ünitelerinde refleksolojiyi; baş ağrısı, sırt ağrısı mide yanması, konstipasyon, karpal tünel sendromu, postnatal baş ve sırt ağrısını azaltmada kullanmıştır. Ebeler refleksolojiyi, aynı zamanda uterus kasılmalarını ve oksitosin hormonunun

salınımının uyarılmasında, doğum esnasındaki kasılma ve gevşemenin oluşmasında, ağrı düzeyi azaltılmasında, doğum eyleminin ilerlemesini kolaylaştırmada ve süresini kısaltmada kullanmaktadır. Kadın ile ebe arasında güçlü bir bağ ve uyum oluşması önemlidir (Yılar Erkek ve Pasinlioğlu, 2017).

Enerji Temelli Uygulamalarda Ebelerin Rol ve Sorumlulukları

Yapılan çalışmalarda enerji temelli uygulamaların bilinmediği görülmüştür. Ebeler, gebe izlemlerinde enerji temelli uygulamaları anne adaylarına öğretmeli ve kendileri de özel eğitimlerini almalıdır. Bu sayede daha çok gebeye ulaşılabilir ve bu uygulamaların daha fazla duyulması sağlanır. Ebeler gebelik ve doğum esnasında en aktif role sahiptir. Gebeliğin güzel ve keyifli geçmesi, doğumun iyi seyretmesi için birçok girişimde bulunmaktadır. Enerji temelli uygulamalar özel eğitim isteyen gebeleri rahatlatan ve birtakım rahatsızlıklara tedavi olabilen uygulamalardır. Ebeler de bu özel eğitimleri alarak gebelere daha faydalı olabilmektedir (İskender, 2019).

Biyolojik Temelli Uygulamalarda Ebelerin Rol ve Sorumlulukları

Sağlık profesyonelleri yara iyileştirmede fitoterapiyi kullanmışlardır Ebeler doğum esnasında lavanta yağının sakinleştirici



etkisinden odada hoş koku yayarak gebeyi sakinleştirmede ve gevşemesinde kullanmışlardır. Bulantı ve kusmada gebelere zencefil tedavisi uygulamışlardır. Ebeler hastalara bitkisel ürün kullanımında riskli olduğunu bebeğin ve annenin hayatını risk altında bırakacağını anlatmalıdır ve bu konudaki bilgi eksiklikleri giderilmelidir (Özkorkmaz vd., 2009).

Geleneksel Sağlık Temelli Uygulamalarda Ebelerin Rol ve Sorumlulukları

Geleneksel sağlık sistemlerindeki uygulamalar özel eğitim gerektiren, kişiyi rahatlatan ve birtakım rahatsızlıklarda tedavi sağlamaktadır. Akupresür uygulamasının gebeliğe bağlı olan bulantı ve kusma semptomlarını azaltmada, doğum ağrısını azaltmada ve konforu arttırmada etkili olduğu, akupunktur uygulaması ile doğum ağrısı ve süreç üzerine olumlu etkisi olduğu çalışmalarla gösterilmiştir (Yeşildağ, Gölbaş, 2018; Can Gürkan ve Arslan, 2008). Ebelerin bu uygulamalar konusunda eğitim alması, gebelik, doğum sürecinde bu yöntemleri uygulayabilmesi ve kadınları bilgilendirmesi önemlidir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Ebeler tamamlayıcı ve alternatif sağlık yaklaşımları hakkında yeterli bilgi birikimine sahip olması, hastaya ve hasta yakınlarına bu yöntemler konusunda bilgi vermeleri açısından

oldukça önemlidir. Çalışmalarda ebe ve hemşirelerin nonfarmakolojik girişimlerde bulunmasının ağrı skorlarının azalmasının yanında; doğumun birinci evresinin süresini azalttığı, epidural anestezi ve sezaryen oranını azaltıldığı, stresi önemli miktarda azalttığı, doğum ile ilgili olumlu duyguların yaşanmasını sağladığı, doğumda memnuniyeti arttırdığı, ilaca olan ihtiyacı azalttığı, yenidoğanın iyilik halinin arttırdığı gösterilmiştir (Koç, T., 2013; Kılavuz, M., 2017). Bu nedenle tamamlayıcı ve alternatif sağlık yaklaşımları kullanımının desteklenmeli ve aynı zamanda teşvik edilmelidir. Ebelerin doğum eyleminde gebeye destek olabilmesi ve non-farmakolojik uygulamalar ile ağrı kontrolünün sağlanmasında birçok pozitif etki bulunmaktadır. Tamamlayıcı ve alternatif sağlık yaklaşımlarında zararlarını ve yararlarını iyi bilen ebeler, kadını takip ederken yöntemin yan etkisinin gelişip gelişmediğini yakından gözleyebilir ve zarar görmesini önleyebilir (Köksoy, 2008). Ebelerin uygulamalarla ilgili bilgi seviyeleri, kişisel ilgi düzeyleri, hastaların deneyimleri, tamamlayıcı ve alternatif sağlık yaklaşımları hakkında bireysel kültürleri gibi faktörler kadınlara karşı cevap ve davranışlarını olumlu etkilemektedir.



KAYNAKLAR

- Akbayrak T, Kaya, S. (2008). Gebelik ve Egzersiz. Hacettepe Üniversitesi - Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizik Tedavi Ve Rehabilitasyon Bölümü Klasmat Matbaacılık. Ankara.
- Alkan, E., Aslantekin Özçoban, F. (2017). Derleme Yoganın Gebelik, Doğum ve Doğum Sonuçları Üzerine Etkisi Effect Of Yoga On Pregnancy, Delivery Andbirthoutcomes.
- Alkaya Yener, Y. (2011). Müziğin Çocuklar ve Yaşlılar Üzerindeki Etkileri. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Sayı 29 (Ocak 2011/I), Ss. 119-124
- Amanak, K., Karaöz, B., Sevil, Ü. (2013). Alternatif/ Tamamlayıcı Tıp ve Kadın Sağlığı. TAF Prevmedbull, 12(4):441-448
- Arı, E., Yılmaz, V. (2016). Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Kullanımına Yönelik Tutum ve Davranışların Önerilen Bir Yapısal Model İle Araştırılması. Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi, 8(1), 1.
- Arıöz Düzgün, A., Ege, E. (2017). Effects Of Relaxation exercises on The ways of Coping with stress and anxiety level inprimiparous pregnant women diagnosed with preterm labor. Journal Of Human Sciences, 14(4), 3158-3166. DOI:[10.14687/Jhs.V14i4.4820](https://doi.org/10.14687/Jhs.V14i4.4820)
- Atalay, B. (2014). Doğum Öncesi Eğitimlerin Anne Bebek Bağlanmasına Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ebelik Anabilim Dalı. İzmir.
- Aydın, R., Yılmaz Güven, D., Karahan, N. (2019). Sen De Dinle: Yüksek Riskli Gebeliklerde Stresle Baş Etmede Müzik Terapinin Etkisi. Volume 2, Issue 1, 19-24
- Bayar R. (2021). Farklı Aromaterapi Yağları ile Yapılan Masajın Yorgunluk Ve Uyku Kalitesine Etkisi İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Tezi
- Berkiten Ergin, A., Mallı, P. (2019). Doğumda Kullanılan Aromaterapiler: Sistemik Derleme. Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 5 (2), 72-80. Doi: 10.30934/Kusbed.496775
- Bostanoğlu, B., Kahraman, M.E. (2017). Sanat Terapisi Yönteminin ve Tekniklerinin Sağlık- İyileştirme Gücü Üzerindeki Etkisi. Beykoz Akademi Dergisi 5(2), 150-162.
- Can Gürkan O, Arslan H. (2008). Effect of acupressure on nausea and vomiting during pregnancy. Complement Ther Clin Pract.14(1):46-52. doi: 10.1016/j.ctcp.2007.07.002. Epub 2007 Sep 20. PMID: 18243942.
- Cicek S, Basar F. (2017). Theeffects Of Breathing techniques Training On The duration Of Labor and anxiety levels Of Pregnant women. Complement Ther Clin Pract. Nov; 29:213-219. Doi: 10.1016/J.Ctcp.2017.10.006.
- Çolakoğlu M.H., Öztürk, Ş., Kabalcı, E., Becit, İ., Derici, S. (2021). 750. Yıl Hünkâr Hacı Bektaş Veli Anma Ve Armağan Kitabı II.Cilt
- Elmas, G. (2019). Epizyotomi Uygulanan Lohusalarda Perineal Sıcak ve Soğuk Uygulamanın Ağrı Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi (Master'sthesis, Hasan Kalyoncu Üniversitesi).
- Erdoğan, Z., Çınar, S. (2011). Reiki: Eski Bir İyileştirme Sanatı – Modern Hemşirelik Uygulaması. Kafkas J Medsci. 1(2): 86–91 DOI: 10.5505/Kjms.2011.70288
- Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği. Resmî Gazete Sayı No: 29158. (27.10.2014)
- Gültepe, R., İldan Çalım, S. (2021). Obstetride Kullanılan Solunum ve Gevşeme Egzersizleri. Lisansüstü Tezlere Yönelik Sistemik Bir Derleme. Sağlık Akademisyenleri Dergisi, 2021; 8(3): 233-244
- İskender, Ö. (2019). Hiperemzisgravidarum Tanısı Alan Gebelerde Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Kullanımının Yaşam Kalitesi Üzerine Etkisinin Belirlenmesi. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi
- Kaçar, N. (2020). Doğum Ağrısının Yönetiminde Farmakolojik Olmayan Ebelik Uygulamaları. Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi. Cilt/Volume: 2 Sayı/Issue: 2 Ağustos /August 2020 Ss./Pp. 113-130
- Kaplan, E. (2021). Hemşire ve Ebelere Yönelik: Doğum Ağrısında Kullanılan Nonfarmakolojik Yöntemler. İksad Yayınevi. 1. Baskı. Adıyaman ISBN: 978-625-7562-31-7



- Karaaslan M. (2020). Bebeklere Uygulanan Aromaterapi ve Abdominal Masajın Konstipasyon ve Annenin Kaygı Düzeyine Etkisi, Atatürk Üniversitesi, Hemşirelik Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Doktora Tezi
- Karabulutlu, Ö. (2014). Doğum Ağrısı Kontrolünde Kullanılan Nonfarmakolojik Yöntemler. *Caucasian Journal of Science*, 1 (1), 43-50. <https://Dergipark.Org.Tr/Tr/Pub/Cjo/Issue/33897/384968>
- Kaya Şenol, D., Aslan, E. (2016). Vajinal Doğum Sonrası Perineal Soğuk Uygulamanın Fiziksel Aktivitelere Etkisi. *F.N. Hem. Derg*, 24(3): 133-142
- Kılavuz, M. & Okumuş, F. (2022). Geleneksel ve tamamlayıcı sağlık yaklaşımlarının gebelik semptomlarında kullanımı. *Kadın Sağlığı Hemşireliği Dergisi*, 8(3), 125-132.
- Kılavuz, M. (2017). Tamamlayıcı ve Alternatif Sağlık Yaklaşımlarının Gebelikte Kullanımı. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Medipol Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Kızılkaya Beji, N., Kaya, G., Yıldız, A. (2022). Doğum Ağrısını Azaltmada Kullanılan Bir Gevşeme Tekniği: Hipnozla Doğum. *Tıp Fakültesi Klinikleri*. 5(1):1-10
- Koç T. (2013). Süt Çocuğunda Refleksoloji Tekniği İle Uygulanan Ayak Masajının Akut Ağrıya Etkisi. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Uzmanlık Tezi.
- Köksoy, S. (2008). Yataklı Sağlık Kuruluşlarında Çalışan Doktor, Hemşire ve Ebelerin Tamamlayıcı Ve Alternatif Tedavi Yöntemlerini Bilme Ve Kullanma Durumları, Uzmanlık Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin Üniversitesi
- Mamuk, R., Davas, Nİ. (2010). Doğum Ağrısının Kontrolünde Kullanılan Nonfarmakolojik Gevşeme ve Tensel Uyarılma Yöntemleri. *Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni*, 44(3):137-144
- Mamuk, R., Gençalp, N. S. (2013). Vajinal Doğumda Perineye Sıcak Uygulamanın Perine Bütünlüğü ve Ağrıya Etkisi. *International Journal Of Human Sciences*, 10(2), 48-66.
- Mert, S. (2018). Hemşirelerin Ameliyat Sonrası Ağrı Yönetiminde Nonfarmakolojik Yöntemleri Kullanma Durumlarının Belirlenmesi (Master'sthesis, Maltepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Metin Z. (2015). Romatoidartritli Hastalarda Aromaterapi Masajı ve Refleksoloji Uygulamalarının Ağrı ve Yorgunluğa Etkileri. T.C. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İç Hastalıkları Hemşireliği Programı Doktora Tezi
- Opray, N. At Al. (2015). Directed Preconception Health Programs and Interventions for Improving Pregnancy Outcomes for Women Who Are Overweight or Obese. *Cochrane Database of Systematic reviews*
- Özkorkmaz, E. G. & Özay, Y. (2009). Yara İyileşmesi ve Yara İyileşmesinde Kullanılan Bazı Bitkiler. *Türk Bilimsel Derlemeler Dergisi*, (2), 63-67 Retrievedfrom <https://Dergipark.Org.Tr/Tr/Pub/Derleme/Issue/35075/389004>
- Öztürk, A. Ö., Öztürk, G. (2019). Tıbbi Hipnozun Klinik Uygulamaları. *J Biotechnol and Strategic Healthres*. 2019;3(Özel Sayı):119-130 DOI: Bshr.554710
- Smith CA, Collins CT, Cyna AM, Et Al. (2006). Complementary and alternative therapies for pain management in Labour. *Cochrane Database Syst Rev.*, CD003521.
- Şaul, K. (2020). Meditasyonun İnsan Hayatına Etkileri. *İşikkent Kampüsü*
- Talhaoğlu, D. (2021). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tedavi Uygulamaları. *Bütünleyici ve Anadolu Tıbbı Dergisi*, 3 (1), 16-29. DOI: 10.53445/batd.945893
- Uğurluyol, M., Dönmez, A. (2022). The Effect of Reflexology Treatment on Anxiety. *J Psychiatric Nurs*, 13(1): 24-30 DOI: 10.14744/Phd.2021.05579
- Uzun Aksoy M, Gürsoy E. (2021). An Exercisetype İn Pregnancy: Prenatal Yoga. *J Educresnurs*. 18(1):114-117
- Ünal, M., Dağdeviren, H. N. (2019). Geleneksel Ve Tamamlayıcı Tıp Yöntemleri. *Euras J Fammed*, 8(1), 1-9.
- Vitale A. (2007). An Integrative Review Of Reiki Touch Therapy Research. *Holist Nurs Pract*, 21: 167-79.
- World Health organization. (2019). WHO Global report On Traditional and complementary medicine 2019.



Yalvaç Arıcı, H. (2021). Modern Şifacılık Yönelimlerinden Enerji Şifacılığı Uygulamaları. Türkiye Din Eğitimi Araştırmaları Dergisi, 11, 233-267. DOI Number: <https://Doi.Org/10.53112/Tudear.904255>

Yeşilçiçek Çalılık, K., Kömürcü, N. (2014). SP6 Noktasına Akupresür Uygulanan Gebelerin Doğum Eylemine ve Akupresür Uygulamasına İlişkin Görüşleri. MÜSBED 2014; 4(1): 29-37 DOI: 10.5455/Musbed.20140207083603

Yeşildağ, B., Gölbaşı, Z. (2018). Doğum Ağrısının Yönetiminde Nonfarmakolojik Yöntemlerin Etkinliğini Değerlendiren Lisansüstü Tez Çalışmalarının İncelenmesi. Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8(3): 104-111

Yılar Erkek, Z., Pasinlioğlu, T. (2017). Doğum Ağrısında Alternatif Bir Yöntem: Ayak Refleksolojisi. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 4(1), 53-61

Yıldırım D, Baykal D, Can G. (2020). Kanıt Temelli Fitoterapi Uygulamalarının İncelenmesi. Jaren. 2020; 6(3): 571-6

Yuksel, H., Cayir, Y., Kosan, Z., Tastan, K. (2017). Effectiveness Of Breathing exercises during the second Stage of Laboron Labor pain and duration: A Randomized controlled Trial, Journal Of Integrative medicine, 15(6). 456-461. [https://Doi.Org/10.1016/S2095-4964\(17\)60368-6](https://Doi.Org/10.1016/S2095-4964(17)60368-6).