



Traditional and Complementary Medicine Methods

Şaziment Kılıçtaş^{1*}

^{1*} İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, (ORCID: 0000-0002-1900-8278), saziment-k@hotmail.com

(İlk Geliş Tarihi 04 Temmuz 2024 ve Kabul Tarihi 8 Temmuz 2025)

(DOI: 10.5281/zenodo.15853132)

ATIF/REFERENCE: Kılıçtaş, Ş. (2025). Traditional and Complementary Medicine Methods. *Avrupa Bilim ve Teknoloji Dergisi*, (55), 11-19.

Abstract

According to the World Health Organization (WHO), traditional and complementary medicine (T&CM) refers to “the knowledge, skills, and practices based on the theories, beliefs, and experiences indigenous to different cultures, whether explicable or not, used in the maintenance of health as well as in the prevention, diagnosis, improvement, or treatment of physical and mental illnesses.” The use of such practices has a long-standing history across civilizations. In recent years, the prevalence of chronic and malignant diseases has risen in parallel with increased life expectancy. As healthcare professionals often face time constraints in patient care and due to growing concerns over the side effects of conventional treatments, interest in traditional and complementary medicine has significantly increased among patients. It is expected that the utilization of T&CM methods will continue to grow in the future. In response, various regulatory frameworks have been established both in Turkey and globally to minimize potential harms and to prevent the unauthorized practice of these therapies. In Turkey, the “Regulation on Traditional and Complementary Medical Practices” was most recently published on 27 October 2014. This regulation formally recognizes 15 specific practices whose scopes of use have been defined: phytotherapy, mesotherapy, maggot therapy, prolotherapy, cupping therapy, music therapy, hypnotherapy, homeopathy, leech therapy, ozone therapy, osteopathy, reflexology, acupuncture, apitherapy, and chiropractic. Despite the increasing popularity of these modalities, patients often refrain from informing their physicians about their use of T&CM methods. Regardless of the motivations behind their choices, the unmonitored and unconscious use of such practices can lead to delayed diagnoses, adverse effects, or harm caused by unqualified individuals. Therefore, healthcare professionals should be vigilant regarding patients’ tendencies toward alternative therapies and should proactively engage in raising patient awareness to prevent potential misuse and ensure safe integration with conventional care.

Keywords: traditional medicine, complementary, family medicine.

Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Yöntemleri

Öz

Dünya Sağlık Örgütü’ne göre geleneksel ve tamamlayıcı tıp “fiziksel ve ruhsal hastalıklardan korunma, bunlara tanı koyma, iyileştirme veya tedavi etmenin yanında sağlığın iyi sürdürülmesinde de kullanılan, farklı kültürlerle özgü teori, inanç ve tecrübelerle dayalı -izahı yapılabilen veya yapılamayan- bilgi, beceri ve uygulamalar bütünüdür” olarak tanımlanmaktadır. Kullanımı uzun bir geçmişe sahiptir. İnsanların artan yaşam süreleriyle doğru orantılı olarak kronik ve malign hastalıklar da artmaktadır. Sağlık çalışanlarının hastalarına yeterli süreyi ayıramaması, kullanılan ilaçların yan etkilerinden kaçınma gibi nedenlerden dolayı; hastaların geleneksel ve tamamlayıcı tıp yöntemlerine olan ilgisi artmıştır. Zamanla bu yöntemlerin kullanımının daha da artacağı öngörülmektedir. İnsanları bu yöntemlerin zararlı etkilerinden korumak ve yetkisiz kullanımların önüne geçmek için Türkiye’de ve dünyada çeşitli düzenlemeler yapılmıştır. Bu amaçla Türkiye’de en son 27 Ekim 2014 tarihli “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği” yayınlanmıştır. Bu yönetmelikte 15 yöntem kabul görmüş ve kullanım alanları belirlenmiş olanlar fitoterapi, mezoterapi, larva uygulaması, proloterapi, kupa uygulaması, müzik terapi, hipnoterapi, homeopati, sülük tedavisi, ozon uygulaması, osteopati, refleksoloji, akupunktur, apiterapi, kayropraktiktir. Genelde hastalar bu yöntemleri kullandıklarını hekimlerine söylememektedir. Hastaları bu yöntemleri kullanmaya iten sebep ne olursa olsun, bilinçsiz kullanım sonucunda tanı koymak gecikebilir, yan etkiler ortaya çıkabilir, ya da bu yöntemleri uygulama yetkisi olmayan kişiler tarafından zarara uğratılabilirler. Bu nedenle hekimler hastaların bu tarz eğilimlerinin farkında olmalı ve onları bilinçlendirerek hatalı kullanımdan korumalıdır.

Anahtar Kelimeler: Geleneksel tıp, tamamlayıcı, aile hekimliği.

* Sorumlu Yazar: saziment-k@hotmail.com

1. Giriş

Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre geleneksel tıp "fiziksel ve ruhsal hastalıklardan korunma, bunlara tanı koyma, iyileştirme veya tedavi etmenin yanında sağlığın iyi sürdürülmesinde de kullanılan, farklı kültürlerle özgü teori, inanç ve tecrübelerle dayalı -izahı yapılabilen veya yapılamayan bilgi, beceri ve uygulamalar bütünüdür" bu uygulamanın uzun bir geçmişe sahip olduğu bilinmektedir. Dünyada hala Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (GETAT) tanımı konusunda ortak bir karara varılamadığı düşünülmektedir (Ünal ve Dağdeviren, 2019; WHO, 2000). Amerika Birleşik Devletleri'nde 1998 yılında kurulan Ulusal Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi (NCCAM)'ne göre; GETAT Uygulamalarının konvansiyonel tıp ile birlikte kullanılması tamamlayıcı tıp iken, konvansiyonel tıp uygulamaları yerine kullanılması nedeniyle, alternatif tıp şeklinde adlandırılmıştır. Ancak NCCAM, son dönemlerde yeni bir tanım olan konvansiyonel tıbbın, güvenilirliği kabul görmüş GETAT uygulamalarıyla birlikte kullanılması anlamına gelen 'integratif tıp' tanımının kullanılmaya başlandığı bildirilmiştir (Yun vd., 2017). Avrupa Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Federasyonu'na (EFCAM) göre ise; tamamlayıcı ve alternatif tıp, sağlığın devam ettirilmesi ve iyileştirilmesi, hastalıkların önlenmesi ve tedavisinde kullanılan çeşitli sağlık uygulamaları ve bunların bağımsız olarak veya konvansiyonel tıp yaklaşımları ile beraber kullanılabilmesi hastanın iyileşmesinde nasıl bir fayda sağlayabileceği tartışma konusudur (Kempainen vd., 2018). Ancak son dönemlerde DSÖ'nün tanımı da baz alınarak yapılan tartışmalar sonucunda tıbbın alternatifinin olamayacağına, sadece tedavinin alternatifinin olabileceğine karar verilerek 'geleneksel ve tamamlayıcı tıp' tanımının daha ön plana çıktığı bildirilmiştir (Mollahaliloğlu vd., 2015). Eski zamanlardan günümüze kadar uygulanmaya devam edilen ve özellikle son dönemlerde kullanım sıklığı artan GETAT yöntemleri için belirsizlikleri ortadan kaldırmak amacıyla çeşitli yönetmelikler düzenlenmiş ve merkezler kurulmuştur. Türkiye'de bu alanda yapılan ilk düzenleme 1991 yılında yayınlanan "Akupunktur Tedavi Yönetmeliği"dir (A.T, 2018). Ülkemizde son olarak Sağlık Bakanlığı tarafından Ekim 2014 senesinde "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği" yayınlanmıştır. Bu yönetmeliğin kullanım amacı; hangi tür hastalıklara uygulanıp uygulanamayacağı, yapılacak eğitimler, hangi sağlık kuruluşları ve kimler tarafından uygulanabilecekleri net şekilde ifade edilmiştir. Akupunktur dışındaki yöntemler ilk kez bu yönetmelikte ele alınmış, bugüne kadar 15 yöntem kabul görmüş ve bu uygulamaların açıklamaları yapılmıştır. Bunlar; fitoterapi, larva uygulaması, mezoterapi, proloterapi, müzik terapi, hipnoz, kupa uygulaması, homeopati, ozon uygulaması, sülük tedavisi, osteopati, akupunktur, refleksoloji, kayropratik, AP terapidir. Bu yöntemleri uygulama yetkisi doktorlara ve kendi alanlarının dışına çıkmamak şartıyla dış hekimleri eczacılara verilmiştir. Bu uygulamaların yapıldığı yerlere; kamu ve özel sağlık kuruluşlarına 'uygulama üniteleri', üniversite hastanelerine ve eğitim araştırma hastanelerine 'uygulama merkezi' denilmiştir. Sağlık Bakanlığı'nın onay vermesi halinde eğitimin sadece uygulama merkezlerinde verilmesi kararlaştırılmıştır. Böylelikle eğitimde bir standart olması amaçlanmıştır. Bu alanda tecrübesi olan ve 11.uzmanı kapsayan bilimsel komisyon oluşturulmuştur (Mollahaliloğlu vd., 2015; A.T, 2018). Türkiye GETAT yönetmeliğinde kabul gören 15 yöntem şunlardır:

Fitoterapi tarihçe Bitkileri kullanarak hastaları tedavi etme yaklaşımı olarak açıklanabilen "fitoterapi" teriminin ilk kez 1870-1953 yılları arasında yaşamış Fransız hekim Henry Lenclerc tarafından La Presçe Medical adlı dergide kullanıldığı iddia edilmiştir. Oysa, bu tarihten M.Ö. 2500 yıllarında Çin ve Hint tıbbının önemli temsilcilerinden Riga Veda, eserlerinde bine yakın şifalı bitkiden bahsettiği ifade edilmektedir. Yunan tıbbının önemli adlarından Eskülabi ve modern tıbbın temeli olarak kabul edilen Hipokrat kitaplarında 400'e yakın bitkisel ürünü anlatıldığı bildirilmiştir. İslam uygarlığı döneminde, yirmiyeye yakın şifalı bitkiden bahseden bir kopyası Orhan Gazi Kütüphanesi'nde bulunan Ebu Reyhan tarafından yazılan Kitabü's-Saydala fıt-Tıbb adlı kitabın 16502 'li yıllara kadar referans kitap olarak kabul edilen 800 hayvansal ve bitkisel tedaviden bahseden "Tıp Kanunu" adlı eseri yazan (İbn-i Sina ve Al Gafini tarafından yazılan) bitkisel tıp konusunda önemli eserlere imza atmış oldukları kanıtlanmıştır (Şarışen vd., Çalışkan, 2005). Günümüzde fitoterapi: 19.-20. Yüzyıllar da kimya ve biyokimya bilimlerindeki gelişmeler ilaç sanayisine büyük bir ivme kazandırmaya başladığı ifade edilmektedir (Şarışen vd., Çalışkan, 2005; Arslan vd, 2016). Farmakolojik ve klinik çalışmalar sonucunda, laboratuvarlarda tıbbın gereksinimlerine yanıt veren pek çok ilaç geliştirilmiştir. Bu ilaçların 1/4'inin bitkisel kökenli olduğu bildirilmiş ve bitkiden elde edilmek istenen etken madde, laboratuvar ortamında geliştirilip kullanıma kazandırılmaktadır. (Şarışen ve Çalışkan, 2005). Ancak, son yıllarda sentetik ilaçların yol açtığı medikal ve ekonomik sorunlar, uluslararası ilaç sanayinin ve endüstrileşmiş ülkelerinde hem fikir olduğu, çevre kirliliğinin güçlendirdiği ekolojik yaklaşımlar ve hareketler, tedavileri henüz mümkün olmayan birçok kronik hastalığın çoğalmasına neden olduğu ve hastalığın oluşturduğu tehdit ve doğallığın her zaman etkili ve yan etkiden arınmış olduğu düşüncesine bağlı olarak, bitkisel (fitoterapi) tedavi yöntemi yeniden popüler hale gelmiş bulunmaktadır. Bu ilgi hem kendi ülkemizde hem de uluslararası ülkelerde, ABD başta olmak üzere Almanya, Fransa, İngiltere, Rusya, Çin gibi daha birçok ülkede yoğun olarak kullanılır hale gelmiştir. Özellikle, 1997 yılında ABD'nde bitkisel ilaçların satışının bir önceki yıla göre %59'luk bir artış göstermiş olması hastaların %3-5'lik bir bölümünün temel tedavi olarak yalnızca bitkisel tedavi alıyor olması, fikrini ortaya koymuştur.

Bitkisel ilaç kullanımından kaynaklanan çok tehlikeli ve öldürücü yan etkiler rapor edilmiştir. Fitoterapi bazı çevrelerce her ne kadar kabul edilse de bazı çalışmalar mevcut bitkisel ürünlerin içerdikleri çeşitli aktif markırların miktarlarına bağlı olarak değişik etkileri görülmüş örneğin, Varol an 25 ginseng ürün analizi, biyolojik aktiviteye sahip olduğu sanılan iki maddenin "ginsenosides ve eleutherosides "gibi bazı maddelerin konsantrasyonunun 15'den 200 kata kadar değişkenlik gösterdiği bildirilmiştir (Şarışen vd., Çalışkan,2005; Resmî Gazete, 2014).Çin'de geleneksel bitkisel preparatlar toplam tıbbi tüketimin %30-50'sini oluşturduğu düşünülmektedir (Şarışen vd., Çalışkan, 2005). Bununla birlikte bitkisel ürünlerin var olduğu çok geniş etkilerini destekleyen randomize kontrollü çalışmalardan elde edilen sonuçlara bakıldığında, kanıtların sınırlı olduğu gözlemlenmiştir (Şarışen vd Çalışkan, 2005). 2001'de ABD'de en yaygın kullanılan 10 şifalı bitki olarak adı geçenler, kirpi otu, sarımsak, mabed ağacı, saw palmetto, ginseng, grape seed ekstrakt (üzüm çekirdeği özü), yeşil çay (gren tea,sarı kantaron, yaban mersini (bilberry) ve aloe (aloe vera)'dır. Sistematik bir derlemede yalnızca dört bitkinin etkisine ait istatistiksel olarak anlamlı kanıtlar bulunmuştur. Bunlardan; sarımsak, mabed ağacı, saw palmetto ve sarı kantarondur. Yaygın olarak kullanılan 10 bitkiden geriye kalan altısının etkilerine dair kanıtlar çok

sınırlıdır. Sistematik derlemeler ginseng ve aloe veranın hiçbir durumun tedavisinde etkili olduğunu gösteren kanıtlar bulanamamış olduğu bildirilmiştir (Şarışen vd., Çalışkan, 2005). Benzer biçimde, geriye kalan üç bitkinin üzüm çekirdeği özü, yeşil çay ve serisinde yohimbine ek olarak norefedrin, sodyum usniate, kafein ve 3,5-diodotironin içeren bir ek besin kullanan yedi hasta da akut hepatotoksiste gelişmiş olduğu görülmüş hepsinin bu bitkilerin ürünlerini bıraktıktan üç ay sonra kendiliğinden iyileştikleri gözlemlenmiştir. Bu örneklerden de anlaşılacağı üzere gelişmiş bitkisel ilaç kullanımının hastaya faydadan çok zarar verdiği örneklerden de anlaşılabilir bulunmaktadır. Bu olumsuz örneklerin yaygınlaşmaması için, Sağlık Bakanlığı Türkiye’de süpermarket ve aktarlarda satılan bitkisel ilaçların artık yalnızca eczanelerde satılacaktır, ifadesiyle genelge çıkartmış ve yayınlamış ve ayrıca preparatların ruhsatlandırılmasıyla, Tarım ve Köy İşleri Bakanlığı’nda Sağlık Bakanlığı (SB)’na devredilmiş, SB İlaç ve Eczacılık Genel Müdürlüğü, diğer ilaçlarla ilgili yönetmelik, genelge ve denetimleri bu ilaçlar için de uygulayacağını duyurmuştur (Şarışen vd., Çalışkan, 2005). Bu gelişmelerden sonrasında sonuç ve tartışmalara bakacak olursak;

Bitkilerin tedavide kullanılabilmesi için, sağlık sektöründe dünyanın en hızlı ilerleyen güvenilirlik ve etkinlik açısından araştırılması gerektiği çünkü, burada güvenilirlikte amaç, kontaminasyonun engellenmesi, kullanılan etken maddenin ürünlerdeki miktarının hesaplanması; yani, belli bir standardın sağlanması önem arz etmektedir. Kimi Avrupa ülkeleri, bitkisel ürünlerin standardizasyonunu sağlayarak, bu ürünleri eczanelerde ve marketlerde satışa sunmaktadır. Bu standartlar ise, DSÖ, Komisyon E, European Scientific Kooperatife on Phytotherapy (ESCOP) gibi kurumlar aracılığıyla değerlendirildiği ilgililerce uygun olduğu bildirilmiştir (Uğurlu vd., 2016). Sonuç olarak bitkilerle tedavi, tüm dünyada ve ülkemizde yaygın olarak kullanılmakta bu tür uygulamaların birçok sorunu da beraberinde getirdiği bilindiğinden, halk sağlığının korunması ve fırsat tacirlerinin haksız kazanç sağlamalarını önlemek amacıyla, sağlık profesyonellerinin ve Sağlık Bakanlığıyla iş birliği yaparak halkın sağlığını güvence altına almaları sosyal bir sorumluluktur sonucuna varılmıştır.

2. Larva (Maggot) uygulaması

Maggot debridman tedavisi (MDT), *Lucilia Sericata* adlı yeşil sineğin steril hale getirilerek larvalarının kullanıldığı bir tedavi yöntemidir (Uçar vd, 2018). Eski zaman hekimlerinden Baron Larrey (1829) ve Joseph Jones savaş sırasında yaralanan askerlerin tedavisinde MDT yöntemini denemişlerdir. Bu larvaların yalnızca nekrotik dokuyu erittiklerini ve canlı dokuya zarar vermediklerini fark etmiş olduklarından 1950-1980 yılları arasında cerrahi debridman ve antibiyoterapinin ön plana çıkması nedeniyle MDT geri planda kalsa da 1990’lardan sonra Avrupa ülkelerinin de dahil olduğu 24’ten fazla ülkede aktif şekilde kullanıldığı bildirilmiştir. (Uçar vd., 2018). Faydası tüm dünyaca kabul edilen bu yöntem 2004 senesinde Food and Drug Administration (FDA) tarafından onaylanarak kabul edildiği bildirilmiştir (Tan Yüksel vd., 2014).

3. Proloterapi

Kas iskelet sisteminin kronik ağrılarının tedavisinde kullanılan proloterapi uygulamasının adı, ‘proliferasyon’ ve ‘terapi’ kelimelerinin birleştirilmesiyle oluştuğu ifade edilmektedir (Çakmak, 2017). Proloterapi, proliferatif ve irritan maddelerin kas iskelet sisteminde hasarlı olan alana (eklem, entezis, tendon, ligament) enjekte edildiğinde oluşan sınırlanmış fizyolojik inflamasyon sayesinde iyileştirmeye dayanan bir tedavi şekli olduğu bilinmektedir. Proloterapide asıl hedef, kontrollü inflamasyon sağlayarak normal iyileşme şeklini taklit etmek, iyileşmeyi başlatmak, fibroblastik aktivite ve kollajen dokuyu arttırmak, böylece ağrıya sebep olan bölgeyi kuvvetlendirmek ve ağrının azalmasını sağlamaktır (Solmaz vd., 2013).

4. Müzik terapi

Kökeni Yunanca “mousike” / “mousa”dan gelen müzik kelimesi, bütün dünyada aynı manada kullanılmaktadır (Tağtekin Sezer vd, 2015). Müzik terapinin çok eski dönemlere dayanan bir tedavi şekli olduğu, M.Ö.2000’lerden beri birçok toplumda hastaları tedavi etmek amacıyla kullanıldığı bilinmektedir (Korhan vd, 2014). Homera, ameliyatlara esnasında müziği kullanmış ve hasta üzerinde pozitif etkilerinin görüldüğünü ifade edilmektedir. Platon, M.Ö. 400’lerde müziğin, ruhun derinliklerini etkileyerek insana hoş görü ve dinginlik verdiğini söylemiştir. Celcus ve Arat üs ise, müziğin ruhu dinginleştirdiği ifade edilmektedir (Tağtekin Sezer vd, 2015). Türkler müzikle terapi seçeneğini en fazla Selçuklu ve Osmanlı döneminde kullanılmışlardır. Ruh hastalıklarının tedavisi amacıyla kurulan darüşşifalarda, müzikle tedavi için belirli saatler ve günler ayrıldığı bildirilmiştir (Akgün, 2017). Yüzyıllarca süregelen müzikle terapi yöntemi, 21.yy’da tüm dünyada hala uygulanmaya devam edilmektedir.

Aktif müzik terapi geleneği: İlk müzik terapileri, Kazak, Kırkız ve Altay Türklerinde baskı dansı veya kara orga olarak bilinen bir müzik terapi şeklidir. Seans başında uygulamacı ilk bağlantıyı kurduğu yerden ayağa kalkar. Serer al şeklindeki el-kol hareketleriyle spiritüel enerjiye konsantre olup, o enerjinin kollarında oluşmasına çalıştığı ifade edilmiştir (Güvenç, 2017). Bu sıra da dombra, kıl kopuz, şangobız adlı enstrümanlar ve su sesi ile müzisyenler kendilerine eşlik eder. İkinci aşama da enerji omuzlara yöneltilir. Omuz hareketleriyle ritim ve melodinin değiştiği yapılır (Güvenç, 2017). Son aşamanın en önemli olduğu bu bölümde ise, serbest ritim ve melodi ile hastanın, sezgilerine yöneldiği ve içine doğdu gibi dans ile trans duyguların yücelmesi haline girildiği ifade edilmektedir. Daha sonra dönüşün başladığı baş, omuz ve kol hareketlerinin sıra ile uygulanıp, yer bağlantısı sonucu oturarak seansa son verildiği bildirilmiştir ((Güvenç, 2017). Dünya da müzik terapi çalışmalarına baktığımızda çeşitli çalgıların aktif terapide kullanıldığını görmekteyiz. Özellikle Himalaya çalgısı olarak bilinen Tibet çanağının müziğin insan sağlığı üzerinde birçok defa kullanıldığı söyleyebiliriz (ÇAK vd, 2018).

Arşetipi kal hareketler: Avrupa’da birçok hastane ve tedavi merkezlerinde uygulanan aktif müzik terapi seansında ana düşünce; unutulmuş duyguları yeniden uyarmak ve yeni duygular üreterek kişinin içinde bulunduğu hali değiştirmektir. Sağlıklı yaşama

şartlarına adaptasyonu sağlamak amacıyla; kol, omuz ve baş hareketlerini temel alan aktif müzik terapi seansı uygulayıp hastanın iyileştirilmesine yardımcı olunmaktadır (Güvenç, 2017).

Pasif(receptive) müzik terapi geleneği: Türk tarihi ve kültürümüzde yeri olan makam müziği ile tedavi, günümüz tıbbında yeniden önem kazanmış bulunmaktadır. Orta Asya 'da Horasan ve Uygur bölgelerinde gelişerek yayılan makam musikisi hakkında Farabi, İbn-i Sina, Ebu Bekir Razi, Hasan Şuuru, Hekimbaşı Gevrek zade Hafız Hasan Efendi ve Haşim Bey eserler yazmışlar. Ve makamların duygular ve organlarla ilişkilerini tasniflerle duygularının harekete geçirmekte olduğu kanıtlamışlardır (Güvenç, 2017). M.S.834-932 yıllarında yaşamış olan Türk bilgini (Ebu Bekir Razi) melankoliklerin tedavisi üzerine yazdığı bir eserinde, melankolik hasta kesinlikle meşguliyetle tedavi edilmelidir. Balık tutma veya avlanma gibi eğlenceli işlerden biri ile uğraşmalıdır tavsiyesinde bulunmuşlardır. Özellikle güzel sesle okunan şarkıların dinlenmesi tavsiye edilmiş, makamların ruha etkisinin olduğunu savunmuştur (Güvenç, 2017). Büyük İslam Bilgini ve Filozoflarından (İbn-i Sina, 980 –1037), musikinin tıpta oynadığı rolü şöyle tanımlamaktadır. Tedavinin en etkili en iyi yollarından biri olduğu hastanın hastalıkla mücadelesinde cesaret vermek ve hastanın akli ve ruhi güçlerini artırmak için ona en iyi musikiyi dinletmenin gerekli olduğu düşüncesinde olan İbn-i Sina Farabi'nin musikisinden yararlanmış ve tıp mesleğinde bu bilgileri kullanmış olduğu bilinmektedir (Güvenç, 2017).

Pantotonik müzik: Asya Kökenli Türk musikisinin en önemli ve en karakteristik çeşididir. Bir gam içindeki 7 sestten ikisinin azaltılması ile, 3 adet tam ve 2 adet 1,5 sestten olmak üzere 5 sestten oluşmuş, kendine güven ve kararlılık veren, bu müzik türünün çocuklara,9-10 yaşına kadar sadece pentatonik müzik dinletilmesi tavsiye edilmektedir (Güvenç, 2017).

Müzikoterapinin tarihsel geçişimi ve makamlarda etkilerine bakıldığında, insanın ruh ve beden sağlığı üzerine ne kadar etkili olduğunu görürüz. Yataklı hastaların müzikoterapiyle tedavi edildikleri kanıtlarla belgelendirilmiştir. Müzik psikolojik sorunların gidermek için kullanılan yardımcı bir araçtır.

5. Osteopati

İlk osteopati okulu Andrew Taylor Still aracılığıyla 1892 senesinde kurulmuştur. Osteopati yönteminin temelinde bedenin kendi kendini iyileştirme felsefesi vardır. Still, ilaçların hastanın iyileşmesinde pek etkili olmadığına inandığı için, osteopatlar ilaç yazamazdı. Hastalıkların sebeplerini ve nasıl tedavi edilebileceklerini bulabilmek için, doktorun bedenin yapısal ve fonksiyonel bütünlüğünü göz önünde bulundurarak tedavi etmesi gerektiğini savunmuştur. Still ve arkadaşlarının bedenin temel yapısını göz önüne alarak geliştirdikleri Osteopatik Manipülasyon Tedavi (OMT) uygulamasının kan akım hızını artırarak, bedenin kendi kendisini iyileştirmesine imkân sağladığının kanıtlandığını kanıtlamıştır (Parker vd., 2012). OMT, osteopatlar tarafından yapılan ve ellerin kullanıldığı birçok farklı teknik içeren, hastaların somatik disfonksiyonlarının iyileştirilmesinde etkili olan bir yöntem olduğuna bildirmiştir (Aydın, 2015). Osteopati tedavi yöntemini biraz daha açacak olursak; kas – İskelet Sistemini güçlendirmek amacıyla, total vücut sağlığına odaklı kas ve iskelet sisteminin etkililiği üzerinde duran ve elleri kullanarak vücuttaki problemleri bulup, masaj yoluyla hareket ettirerek kan dolaşımını artırarak, şişkinliği ve ağrıyı azaltıp tekrar hareketin kazanılmasını sağlayan bir alternatif uygulama yöntemi olduğu düşünülmektedir (Erdoğan vd., 2012).

Lenf ödem tedavisinde manual lenfetik drenajın kompresyon yoluyla bandajlama yoluyla, tolera edildiğinde iyi ve güvenli olduğu tecrübe edilmiştir (Erdoğan vd., 2012).

6. Mezoterapi

Mezoterapi çok küçük ilaç miktarları ile vücudun belli bölgelerine uygulanan intradermal veya sukuttan enjeksiyon işlemi olarak tanımlanmaktadır. Kullanılan ilaçlar sıklıkla; doğal bitki Mezoterapi yönteminin en önemli üstünlüklerinden biri minimal miktarındaki ilacın ağırlı ve problemleri bölgenin deri altına enjekte edilmesiyle sorunlu bölgede ağrı kalmadığı gibi dermatoloji kullanıldığında ise; yıpranan derinin yeniden canlanması ve hacim kazanmasının danışan memnuniyetini attırdığı gibi aynı zamanda ortaya çıkabilecek sistemik yan etkilerden uzak hizmet olduğunun kanıtı olmasıdır (Gökdemir, 2014).

7. Karyopraktik

DSÖ Kayropraktik 2005 kılavuzuna göre Kayropraktik, sinir-kas-iskelet sistemleri bozukluklarının teşhisi, tedavisi ve önlenmesi ve bu bozuklukların genel sağlık üzerindeki etkileri ile ilgili sağlık hizmeti veren, sublukasyon üzerinde özel bir odaklanma ile patolojik eklem biyomekaniğini düzelteren ve vücudun doğal olarak iyileşmesini sağlayan ve bu alan içerisine giren manuel teknikleri içeren bir uzmanlık alanı olarak bildirilmiştir (WHO, 2005). Kayropraktik uygulaması, elle tedavi yöntemlerinin çok sık kullanılan çeşitlerinden biri olup, Avrupa Birliği ve komşu ülkelerin 16'sında kayropraktik yasal düzenlemesi olan bir meslektir.10 Ülkede tedavi şekli olarak yasal düzenlemesi vardır. Ancak mesleki düzenlemesi yoktur. Ülkemize bakıldığında ise 2008 senesinde Kayropraktik Omurga Sağlığı Derneğinin kurulmuştur olduğu bilinmektedir (Yıldız vd., Ağaoğlu, 2013).

Eklem – kemik bozuklukları tedavinde uygulanabileceği, bunun yanı sıra kanser hastalıklarında yumuşak neoplastik dokularda olumsuz etkileri olacağından kullanılmaması tavsiye olunmuştur (Erdoğan, 2012).

8. Ozon Uygulaması

Ozon, uzun zamandır tıp alanında bilinirliği olan ve birçok fizikokimyasal özellikleri ortaya konmuş bir moleküldür (Kesikburun, vd.,Yaşar,2017).Ozon tıp alanında ilk defa 1932 yılında Fisch tarafından kullanılmıştır olduğu bildirilmiştir (Dıraçoğlu, 2016). Ozon gazı temas ettiği alanda virüs, bakteri, mantar vb. mikroorganizmaların biyolojik membranlarını oksitleyerek parçalaması nedeniyle, e-ISSN: 2148-2683

uzun süre dezenfektan olarak kullanıldığı kanıtlıdır (Uysal vd.,2015). Ozon gazının immunomodülatör, antimikrobiyal, antiinflamatuvar, yara yeri iyileştirici özelliklerinin olduğu bildirilmiştir. Ozonun hem hücreSEL hem de humoral immün sistemini uyardığı, immün kompetan hücrelerin artmasını sağladığı kanıtlıdır (Uysal vd., 2015). Bu yöntemin genel olarak, doğal anti-oksidan sistem, metabolik enzim ve hormon regülasyonu, koagülasyon, oksijenizasyon ve dolaşım düzeni, immün sistem, hücre rejenerasyonu üzerine etkilerinin olduğu düşünülen ozon tedavisi alanında, Dünyanın çeşitli yerlerinde bilimsel araştırmalar yapıldığı bildirilmiştir (Bocci V.2011),(Masennikov OV, Kontorshchikova CN,2008). Küresel olarak ozon alanında ortak fikir birliğine varılmış ilk belge olma özelliğinde olan "Ozon Tedavisinde Madrid Deklarasyonu" 2012 yılında tedavi rehberleri ve stratejileri yayımlanmıştır (Viebahn-Hänsler R, León Fernández OS, Fahmy Z.2012) uluslararası alanda ve Dünya çapında geniş kabul görmüş yegâne ozon tedavisi dokümanıdır. "Ozon Tedavisinde Madrid Deklarasyonu" bugüne dek yirmi altı ülke derneği ile Afrika, Amerika, Asya ve Avrupa Uluslararası Federasyonlarınca imzalanmıştır. Yine bu "Ozon Tedavisinde Madrid(Kesikburun, vd.,Yaşar,2017).Alman, Arapça, Fince, İngilizce, İspanyolca, İtalyanca, Japonca, Portekizce, Romanya, Rusça ve Türkçeye çevrilmiştir. Deklarasyonun resmi kopyası İngilizce ve İspanyolcadır. En son tercüme/imzalanma Madrid 25 Aralık 2012 tarihinde olduğu bildirilmiştir (Uysal vd., 2015). Bununla birlikte, 2014 yılında Resmî Gazetede yayımlanarak yürürlüğe giren Sağlık Bakanlığı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği ile, ozon uygulamasının sertifikalı hekimlerce yapılabilmesinin yolu açtığı bildirilmiştir (Kesikburun, vd.,Yaşar,2017).

Elde edilmesi ve tekrarlanması kolay bir tedavi metodu olarak, kas iskelet sistemi hastalıklarında geniş bir kullanım alanı mevcuttur. Kullanıcı eğitimi ve tecrübesi, uygun doz ve uygulama tekniğinin seçiminde önem arz etmekte ve tedavide başarı şansını arttırabilmektedir. Literatürde kısıtlı sayıda klinik çalışma mevcuttur. Kanıt değeri yüksek bilimsel verilerin artması, ozon tedavisinin kullanım standartlarının oluşmasına katkıda bulunacak ve kas iskelet sistemi hastalıklarıyla ilgili hekim grubunun günlük pratiğine daha çok girmesini sağlayacaktır.

9. Refleksoloji

12 bin yıllık geçmişe sahip olduğu bilinen refleksolojinin ilk çıkış yeri Mısır ve Çin'dir.Refleksolojiye ait en eski belgeler MÖ 2500-2300 dönemlerine dayanmaktadır (Doğru vd., 2017)..). Refleksolojinin fizyolojik yanıtlara neden olarak tedavi ettiği öne sürülmektedir. Refleksoloji elde, ayakta ve kulakta organlara ait sinir sonlanmalarının olduğu varsayımına dayandırılmaktadır. Her organın el, ayak ve kulakta denk geldiği spesifik bir alan var olduğu, bu spesifik alanlara basınç uygulayarak verilen stimuluslar organlarının olumlu cevap verdiği kanaatinin olduğu düşünüldüğünden duyu organlarının ağrılı bölgelerine uygulanmakta olduğu bildirilmiştir.(Akın Korkan vd., Uyar, 2014).

Refleksoloji ağrıyı azaltıcı etkisi, iştah ve nefes açmada yararlı, iletişim konstipasyon, diare gibi hastalıklarda azaltıcı etkisinin olduğu, ayak ağrılarının baskılandığı gözlemlenmiştir (Doğru vd., 2017)..). Ancak; Kanseri hastalıklarında 5 araştırmada üçünün pozitif ikisinin ise yetersiz olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak kanser hastalıklarındaki faydaların beklentinin altında olduğu bildirilmiştir (Erdoğan vd., 2012).

10. Kupa uygulaması

Kupa uygulaması ilk defa Asurlular tarafından Orta Doğu'da MÖ 3500 dönemlerinde hayvan boynuzları ve bambular kullanılarak uygulandığı bildirilmiştir (Okumuş, 2016). Kupa uygulaması birçok şekilde yapılmakla beraber temel olarak kuru ve yaş kupa (hacamat) olarak ikiye ayrılmaktadır. Her iki uygulama şeklinde de kupalar negatif basıncı sağlayacak şekilde cilde yerleştirilmektedir. Kuru kupa da ağrıyan bölgeye ısıtılan özel kupanın cildi yakmayacak şekilde kupa ısıtılıp bir iki dakika tutulduktan sonra kupanın cilt üzerinde deri kabarcıca kadar tutulup yavaşça çekilip tekrar ısıtılan kupanın ağrıyan bölgede yer yer dolaştırılarak uygulanmasıyla yapılan bir işlem olup halk arasında çok ilgi gören şifası kanıtlı bir tedavi şeklidir (Kılınç, 2018). Yaş kupa uygulamasında ise cilde kesiler atılarak kan vücuttan dışarı alındığı bir tekniktir (Kılınç, 2018).Vücudun dışından uygulanan basınç, epidermin altındaki dokulara ve kaslara kanın toplanmasını uyarak içerdiği besin ve oksijenin dokudaki hücrelere getirilmesini sağlamaktadır. Bu sayede bölgedeki metabolizma hızı artmakta, hormon ve enzim artışı sağlanarak; zararlı maddelerin vücuttan uzaklaştırılması sağlanmaktadır (Sert vd., 2015).

Her iki uygulama tekniklerinde eğitimli ve sertifikalı uzmanlarca yapılması uygundur. Hasta menfaati açısından elzemdir.

11. Sülük tedavisi

Sülük Hirudoterapi tanımı tarihçesi: Tıbbi sülükler kullanılarak yapılan bir tedavi şeklidir. Bu tedavi yöntemi çok eski çağlardan beri kullanılmaktadır. Hirudinea üyeleri içinde kullanılan yaklaşık Tarihçe Sülüklerin ilk yazılı belgeler Mısır'da M.Ö. 1500 yıllarda rastlandığı bilinmektedir. M.Ö. 1300'lü yıllarda (Sanskritçe) yazıtlarında sülük tedavisinden bahsedildiği bildirilmiştir Medicinal Leech Therapy: Hirudotherapy (Ayhan ve Mollasalihoğlu,2018). Sülük Tedavisi eski Mısırlılar, Mezopotamyalılar, Aztekler ve Mayalar tarafından bu yöntem kullanıldığı bildirilmiştir (M.Ö. 200-130), Hipokrat aracılığıyla bu yöntemin ortaya konmuş olduğu ifade edilmektedir. Sülük tedavisinin Roma'lı filozof Galen tarafından da uygulandığı kanıtlıdır. Bu tedavi şekli, İbn-i Sina (Avicenna) tarafından M.S. 1020 yılların da 'El Kanun Fi'tTıbb'adlı eserinde de bahsedilmiş olduğu ve tedavi amaçlı kullanılan sülüklerin Linnaeus tarafından 1758 yılında Hirudo medicinalis olarak ilk defa adlandırılmış olduğu kanıtlıdır. 1800'lü yıllarda Avrupa'da sülüklerin çok yoğun kullanılmış olduğu, sülük tedavisinin 19. yüzyılın başlarında, özellikle de Fransa ve Rusya'da zirve yapmış olduğu, her sene 130 milyondan fazla zamandır sülüğün tedavilerde kullanıldığı bu bilgiler sayesinde bilinmektedir. Sülük tedavisinde en önemli gelişme 1884 'te Haycraft tarafından sülükten alınan tükürük salgısında kanın pıhtılaşmasını önleyen bir maddenin keşfidir 1980 yıllarında tıbbi sülük tedavisi plastik cerrahlar tarafından özellikle rekonstrüktif cerrahi (kopan uzuvun yerine

dikilmesinde ve flep cerrahi) de kanlanmayı sağlamak amacıyla modern tedaviyi de destekleyici bir metod olarak yeniden eski önemini kazandığı düşünülmektedir (Ayhan ve Mollasalihoğlu,2018). Eski Mısır mezarlarında sülüklerin tedavi amacıyla kullanıldığına dair belgeler MÖ 1500' lü yıllara kadar uzanmaktadır. Günümüzde sülük tedavisi uygulaması; plantasyon, travma ve rekonstrüktif cerrahisinden sonra venöz konfeksiyonun önlenmesi amacıyla da kullanılmaktadır (Yıldız vd., 2014). Sülükler 15.000'den fazla türü bulunan halkalı solucan grubundadırlar ve kan emerek beslenirler. Tedavi amacıyla kullanılan sülükler Annelide filumu, Clitellata sınıfı, Hirudinea sınıfı olmak üzere üç ayrı sınıfa ayrıldığı bildirilmiştir (Ayhan ve Mollasalihoğlu,2018).21. yy'da modern tıp ile birlikte tamamlayıcı bir metod olarak tıbbi sülük tedavisi birçok yeni alanda kullanılmaya başlanmış ve ala kullanılmaya devam edildiği bilinmektedir (Ünal ve Erol, 2022).

Geleneksel ve Tamamlayıcı tıbbı destek olarak kullanılan Sülük Hirudoterapi) tedavisi giderek ülkemizde ve dünya da Almanya başta olmak üzere, Fransa, İngiltere, Rusya ve ABD devletlerinin de Sülük tedavisi uyguladığı bilinmektedir. Sebebine bakıldığında, Antikoagulan (kanın pıhtılaşma özelliğini azaltan) etkiye sahip olan Hirudoterapi daha az yan etkileri ve düşük maliyetiyle tercih sebebidir. Tıbbi sülük tedavi uygulaması sağlam bilimsel temellere dayanmaktadır. Hastaların tedavi uygulamalarının hijyenik ortamlarda gerçekleştirilmesi ve hastaların kendilerine kullanılmış olsa bile aynı sülüğün tekrar kullanılmadan tıbbi atık olarak dezenfektanlarla imha edilmesi ilgiyi ve güveni artırmaktadır.

12. Apiterapi

Apiterapi, bal arısından elde edilen ürünlerinin tedavi maksatlı kullanılmasıdır. Apiterapi hakkında bulunmuş en eski belge 6000 yıl kadar öncesine dayanan Sümer tabletidir. MÖ 3.yy'da arıların balının tedavide kullanıldığına dair belgeler bulunmuştur. Balarısı ürünlerinden en sık kullanılanları bal, propolis, polen, balmumu, arı sütü ve arı zehridir. Arı zehiri, Intradermal veya subkutanöz uygulanabilirken diğer arı ürünleri oral veya topikle şekilde uygulanabilirken APA preparatlarının FDA onaylı olduğu bildirilmiştir (Teke oğlu vd., 2016).

13. Akupunktur

Akupunktur yöntemi, Asya'da 2000 yıldan daha fazla bir süredir uygulanmaktadır. Bulunan en eski belgelerden biri, MÖ 500'lere ait olduğu düşünülen "Huang Di Nei Jing" adlı belgedir. Yaşam enerjisi Yin, Yang ve Qi'den oluşmaktadır. Enerjinin, zıt ancak birbirini tamamlayan yin yang komponenti, sağlık ve iyilik durumunun korunması için dengede kalmak zorundadır. anlayışına göre bu enerji, vücut içinde "meridyen" ya da "kanal" adı verilen bir düzen içinde akmakta olduğuna inanılmaktadır. Yin ve Yang düzeni kaybolduğunda, hastalıklar oluşmaktadır. Çin tıbbına göre, birçok meridyenin üstünde bulunan spesifik alanlara iğne yerleştirilmesiyle vücutta Qi akışının etkilendiği bildirilmiştir (Kara Simav vd Yıldız,2015). Akupunktur uygulaması sırasında kullanılacak iğne sayısı, şikayetlerin lokalize olduğu bölgeye ve hastanın iğne duyarlılığı ile alakalıdır. Akupunktur uygulamasında uygulanacak anatomik bölgeye göre hastaya pozisyon verilir (yüz üstü-sırt üstü yatma, oturma). İlgili bölge dezenfekte edildikten sonra steril bir şekilde iğne batırılır. Uygulama esnasında, iğnelere manüel ya da elektriksel simülasyon yapılabilenkte veya iğne, ilgili kısımdaki noktaya yerleştirilip orda bırakılarak beklenebilmektedir. Akupunktur tedavisine yanıt veren bireylerde, genellikle üç veya dört haftalık bir tedavi sürecinde şikayetlerin gerilemesi için yeterli olacağı düşünülmektedir. Kronik hale gelmiş şikayetlerde ise, ilk altı seans sonrasında biraz iyileşme olması beklenmektedir. Bu uygulama süresi boyunca herhangi bir iyileşme olmazsa, akupunkturun bu hastada büyük olasılıkla faydalı olmayacağı öngörülerek uygulamanın sonlandırılmasının doğru olacağı bildirilmektedir (Kara Simav vd, Yıldız, 2015).

Tedavi 10 seans şeklinde planlanır ve gün aşırı olacak şekilde yapılır. Hastanın durumuna göre gerekirse seans sayısı artırılır. Günümüzde akupunktur tedavisi devam ettirilebilen tedavi kapsamındadır.

14. Homeopati

Homeopati; Yunanca kökenli bir kelimedir ve ilkeleri antik çağlara kadar uzanan köklü bir geçmişe sahiptir. Homeopatide temel olarak; bitkiler, hayvansal ürünler, mineraller, asit ve tuzlar, enzimler ve sentetik kaynaklı ürünler kullanılır. Bu ürünler aynı zamanda homeopatik remediiler olarak da bilinir. Homeopatik amaçlı kullanılacak olan remediiler, hazırlanmadan önce "proving" ismi verilen bir süreçten geçirildiği bildirilmiştir (Özpek, vd., Altıntaş,2019). Bu süreçte elde edilen tüm veriler, "materia medika" veya "repertuar" diye bilinen kitaplarda kayıt altına alınır. Bu alınmasının nedeni; kullanılabilen remediiler ve uygun remedi seçimi hakkında fikir sahibi olmaktır (Özpek, vd., Altıntaş,2019). Homeopatinin kendine has bir tanı ve tedavi yöntemiyle, bütüncül bir yaklaşım olduğu bildirilmiştir "Hasta yoktur, hastalık vardır" fikri, tedavinin temel felsefesini oluşturur. Hastalığın yerine, hastayı tedavi etme amacı ön plandadır (Akarsu, vd., Kuş, 2017). Homeopatik ilaçlar sayesinde, hastalığın benzeri belirtiler oluşturup, vücudun bu hastalığı tanıması ve hastalığa karşı vücudun kuvvetlenip doğal yollarla kendi kendini tedavi edip, birçok şikâyetle çözüm bulması amaçlanmaktadır. Homeopatik ilacın minimal dozda ve tek ilaç olarak uygulanması da bu yöntemin diğer prensiplerini oluşturmaktadır (Unlu vd.,2017). Bu yöntemin hem akut hem de kronik şikayetler için uygulanabileceği bildirilmiştir (Yaraşır, Pirinççi, Vd, Deveci, 2018). Homeopatinin, Tamamlayıcı Alternatif Tıp (TAT) alanında diğer tedavi yöntemlerine göre 220 yıllık süresi olan yeni bir tedavi yöntemidir. Almanya'da Eczacı Dr. Christian Friedrich Samuel Hahnemann, tarafından ilk olarak uygulanmış bir tedavi yöntemidir. Hastalık tedavilerinde sonuç alabilmek için 1 aylık 3 aylık 6 aylık gibi süre kadar süreler beklemeyi gerektirmektedir. İntertilite, korunmasız ilişki sonucunda kadının gebe kalmaması sorunu, dünyanın her yerinde kadınları etkileyen uluslararası bağlamda düşünülen bir halk hastalığıdır. 67 kadında 3 aylık yapılan tedavi sonucun da 38 kadın da başarılı sonuç elde edilmiştir (Soyiç, Özkan, 2020). Gibi çalışma örnekleri bulunan homeopatinin tartışma ve sonuçlarına bakacak olursak;

Homeopati'nin etkisi ve etkinliğini savunmak için daha yüksek derecede onay almış bilimsel çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Tüm dünyada giderek artan TAT tedavileri konusunda, ülkemiz de eksiklerin giderilmesi için desteklerin verilmesi sonucunda, bu tedavi yöntemi ülkemizde daha yaygın olacaktır.

15. Hipnoterapi

İlk defa Fransız Anton Mermer (1734-1815) hipnozun tıbbi kullanımına dikkat çekmiştir. Vücudumuzda manyetik bir sıvı varlığını kabullenmiş ve bu sıvının iyileştirici özelliğinin varlığını savunulduğu bilinmektedir. Marguis de Puysegur (1751-1825) bu durumu somnambulizm olarak ifade etmiştir. Hastanın uyuyor gibi görünmesine karşın Heperler olması durumuna dikkat çekmiştir. Hipnoz kurucusu olarak anılan James Braid (1795-1860) ise Hipnozu uykunun nöropsikolojik bir türü "nörohipnoz" olarak adlandırmıştır (Özkök,2013). Geçmişte ve günümüzde birçok tanımı yapılan hipnoz ne olduğundan ziyade ne olmadığını anlatacak olursak; hipnoz bir uyku hali değildir. Hipnoz, ne olduğunun anımsanmadığı ve unutulduğu bir uygulama değildir. Kişinin kontrolünü kaybettiği, kendinden geçtiği bir durum değildir. Hipnozda şahıs farkındalığını ve bilincini kaybetmez ancak dışarıdan gelen uyarılara tepkisiz kalır, kişinin bilinci kapalı olmadığı ifade edilmektedir (Taştan vd., 2015).

16. Tartışma ve Sonuç

İnsanların yaşam müddetlerinin artmasıyla doğru orantılı olarak artan bakım ihtiyacı ve izlemi zor olan kronik, malign hastalıklar, sağlık çalışanlarının hastalarına yeterli süreyi ayıramaması, konvansiyonel tıptaki ilaçların istenmeyen etkilerinden korkma gibi nedenlerden dolayı halkın ilgisi GETAT'a yönelmiştir ve ilerde bu ilginin daha da artacağı düşünülmektedir (Oral vd., 2016).Dünya da ve ülkemizde yapılmış çalışmaları incelediğimizde GETAT yöntemlerinin kullanılma oranları; Amerika'da %42,1, Avustralya'da %48,2, Fransa'da %49,3, Kanada'da %70,4 şeklindeyken; gelişmekte olan ülkelerde ise oranlar Kolombiya'da %40, Şili'de %71, Çin'de %70 ve Afrika ülkelerinde %80 civarındadır (Altın ve Avcı, 2016). Türkiye'de ise, Kayseri il merkezinde aile sağlığı merkezlerine müracaat eden 1100 hastaya yapılan ankette GETAT kullanım oranı %65,8 olarak tespit edilmiştir (Oral vd., 2016). İzmir'de kırsal kesimde bulunan 60 yaş üstü hastalara yapılan anket sonucuna göre ise bu oran %98,3'e kadar varmaktadır (Sağ kal vd., 2013). İzmir'de yapılan diğer bir çalışmada ise yaşlı kişilerin ilaç tedavilerine ilave olarak %62,1'i fitoterapi, %54,3'ü ise diğer yöntemleri uygulamaktadır (Dedeli ve Karada kovan, 2011). Eskişehir'de yapılmış bir çalışmada ise kullanım oranı %60'dır (Oral vd., 2016). Türkiye genelindeki kanser hastalarında GETAT kullanımını araştıran bir literatür taramasında ise bu oran %22,1 ile %84,1 arasında değişmekte olduğu bildirilmiştir (Kav vd., 2008). Ailelerin çocuklarında GETAT yöntemi kullanıp kullanmadıklarını sorgulayan bir çalışmada ise tüm ailelerin çocuklarında en az bir kez GETAT kullandığını ve bu kullananların %72,8'inin ise genellikle kullanmaya devam ettikleri kanıtlıdır (Akçay ve Yıldırımlar,2017). Bu oranlar göz önüne alındığında GETAT kullanımının azımsanmayacak oranlarda olduğu görülmektedir. Hastaların hangi tedavi şeklinin daha etkili olduğunu düşündüklerini araştıran çalışmalarda, %37 ile %67,8 arasındaki oranlarda konvansiyonel tıp kadar GETAT yöntemlerinin de etkili olduğu düşüncesi hakimdir (Oral vd., 2016). Çalışmalardaki cevaplara bakıldığında, hastaların GETAT yöntemleriyle iyileşme umutlarının büyük olduğu anlaşılmaktadır. GETAT yöntemlerini uygulayanların büyük çoğunluğu yöntemlerle ilgili bilgiyi internet, medya ve yakınlarından edindikleri bilinmektedir (Düzen ve Korkmaz, 2015). Hekimlerine haber verme ve danışma oranları oldukça düşük olduğu bilinmekte buna karşın kullandığı yöntemi bir başkasına önerme oranları oldukça yüksektir ((Düzen ve Korkmaz, 2015; Weizman vd., 2012). Hekimler olarak bu sürece dahil olmazsak yanlış veya eksik bilgilerle öneri döngüsü devam edecektir. GETAT yöntemleri hakkında hastalarla konuşmamak onları hatalı bilgi edinmeye sevk edecektir. İnternette ve medyada bu yöntemlerle ilgili kötü sonuçlara sebep olabilecek binlerce bilgi bulunmaktadır. Doktorların, hastalarının bu tarz eğilimlerinin bilincinde olmaları ve gereksinim halinde bu yöntemlerle ilgili hastalarını bilinçlendirmeleri gerekmektedir. Muayeneye gelen hastalara, bilhassa verilen tedaviden yarar görmeyenler ve kronik hastalığı olanlar öncelikli olmak üzere, GETAT yöntemleriyle ilgili tutumları sorgulanarak, onları hatalı kullanımdan koruyacak bilgiler verilmelidir. Görmeyenler ve kronik hastalığı olanlar öncelikli olmak üzere, GETAT yöntemleriyle ilgili tutumları sorgulanarak, onları hatalı kullanımdan koruyacak bilgiler verilmelidir (Naja vd.,2015).Dr.İdris DAĞ, Dr.Ziya DOLAŞ ve Uz.Dr.Hamit AHMEDİ tarafından GETAT Ünitesi'nde geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamalarından olan akupunktur, hacamat, ozon terapi, hipnoterapi, proloterapi ve nöralterapi yapılmaktadır. GETAT Birimi'nde bu tedavi yöntemlerinin içerisinde yer alan akupunktur, ozonoterapi, hacamat (kupa) ve homeopatinin uygulamalarına yer verilmekte ve modern tıbbın yanında tamamlayıcı olarak uygulanmaktadır Güncellenme Tarihi 01 Şubat 2024.

Sonuç olarak; Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Tedavisi, klasik tedavi yöntemlerinden sonuç alamamış hastalar için, bir umut ışığı olmaktadır. Her tedavi yöntemi için %100 başarı oranına ulaşamayacağı gibi, kesin başarısız olduğu da söylenememektedir. Yapılan araştırmalarda görüldüğü gibi, hastalığından uzun süre şikayetçi olan hastaların 1 aylık 3 aylık ya da 6 aylık süren tedavi sonunda sonuç alındığı görülmüştür.

Bazı hastalarda kesin sonuç alınabilirken bazı hastalarda ise hastalığının geçmemesine rağmen sadece yaşam kalitesini düzeltmesi kimi hastalar için başarı olarak düşünülmektedir. Özellikle kanser hastalarının kısa yaşam ömürlerinin uzatılması için hastaların başvurduğu bir yöntem olarak da görülmektedir.

Kaynakça

- Ünal, M., & Dağdeviren, H. N. (2019). Geleneksel ve tamamlayıcı tıp yöntemleri. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 8(1), 1-9.
- World Health Organization. (2000). *General guidelines for methodologies on research and evaluation of traditional medicine* (No. WHO/EDM/TRM/2000.1). World Health Organization.

- Yun, H., Sun, L., & Mao, J. J. (2017). Growth of integrative medicine at leading cancer centers between 2009 and 2016: a systematic analysis of NCI-designated comprehensive cancer center websites. *Journal of the National Cancer Institute Monographs*, 2017(52), lxx004.
- Kemppainen, L. M., Kemppainen, T. T., Reippainen, J. A., Salmenniemi, S. T., & Vuolanto, P. H. (2018). Use of complementary and alternative medicine in Europe: Health-related and sociodemographic determinants. *Scandinavian journal of public health*, 46(4), 448-455.
- Mollahaliloğlu, S., Uğurlu, F. G., Kalaycı, M. Z., & Öztaş, D. (2015). The new period in traditional and complementary medicine. *Ankara Medical Journal; Vol 15, No 2 (2015)*.
- A.T. Yönetmeliği, A. T. (2018). Resmi Gazete Sayı No: 20885 (29.05. 1991).
- Gazete, R. (2014). Geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamaları yönetmeliği. *Resmi Gazete Sayı*, (29158).
- Uğurlu, M., Üstü, Y., & Dağcıoğlu, B. F. (2016). Fitoterapide Soğan (Bulbus Allii Cepae) ve Sarımsak (Bulbus Allii Sativi) Kullanımı. *Ankara Medical Journal*, 16(1).
- Nehir, U. Ç. A. R., KUŞ, F. S., & FIRAT, T. (2018). DİABETİK AYAK ÜLSERLİ HASTADA MAGGOT DEBRİDMAN TEDAVİSİNE AĞRISIZ YAKLAŞIM: OLGU SUNUMU. *International Anatolia Academic Online Journal Health Sciences*, 4(1), 1-7.
- Tanyüksel, M., Kuru, Ö., Araz, R. E., Güçlü Kilbaş, H. Z., Yıldız, Ş., Alaca, R., ... & Beşirbellioğlu, B. A. (2014). Kronik yaraların tedavisinde steril Lucilia sericata larva uygulamaları. *Gülhane Tıp Dergisi*.
- Çakmak, S. (2017). Kas-iskelet sistemi hastalıklarında proloterapi. *Totbid Dergisi*, 16, 282-286.
- Solmaz, İ., Yıldız, S., Çifçi, Ö. T., & Öztürk, G. Y. (2013). Tarihin tozlu raflarında bekleyen bir tedavi yöntemi: proloterapi. *İntegr Tıp Derg*, 1(2), 65-72.
- Tağtekin Sezer, B. (2015). Müzikoterapi Hakkında Ne Biliyoruz?. *Konuralp Medical Journal*, 7(3), 167-171. <https://doi.org/10.18521/ktd.39266>
- Parker, J., Heinking, K. P., & Kappler, R. E. (2012). Efficacy of osteopathic manipulative treatment for low back pain in euhydrated and hypohydrated conditions: a randomized crossover trial. *Journal of Osteopathic Medicine*, 112(5), 276-284.
- Gökdemir, G. (2014). Saç dökülme tedavisinde mezoterapi ve trombosit zengin plazma. *Archives of the Turkish Dermatology & Venerology/Turkderm*, 48.
- World Health Organization. WHO guidelines on basic training and safety in chiropractic. Geneva: World Health Organization, 2005.
- Ünal, M., & Dağdeviren, H. N. (2019). Geleneksel ve tamamlayıcı tıp yöntemleri. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 8(1), 1-9.
- Yıldız, S., & MH, A. (2013). Kayropratik uygulama endikasyonları. *İntegratif Tıp Dergisi*, 1(6), 73-6.
- Unlu, A., Kirca, O., & Ozdogan, M. (2017). Homeopathy and cancer. *Journal of Oncological Sciences*, 3(2), 77-80.
- Dıraçoğlu, D. (2016). Kas iskelet hastalıklarında ozon-oksijen tedavileri. *Turkish Journal of Physical Medicine & Rehabilitation/Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi*, 62(2).
- UYYSAL, B., SEVEN, M. M., MEMİŞ, A., & YILDIZ, Y. (2015). OZON TEDAVİSİNİN SPOR HEKİMLİĞİNDEKİ POTANSİYEL ENDİKASYONLARI. *Spor Hekimliği Dergisi*, 50(2), 077-088.
- Akın Korkan, E., & Uyar, M. (2014). Ağrı kontrolünde kanıt temelli yaklaşım: refleksoloji.
- Okumuş, M. (2016). Kupa Tedavisi ve Hacamat. *Ankara Medical Journal*, 16(4).
- Kilineç, S. M. *Cumhuriyet dönemi kaynaklarına göre kupa, hacamat ve sülûkle tedavi* (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Sert, E., Arar Sakarya, A., Yüksel, Ş. B., Sert, A., & Kalaycı, M. Z. (2015). Kupa uygulaması ve kupa uygulamasının klinik araştırmaları.
- Ayhan, H., & Mollahaliloğlu, S. (2018). Tıbbi sülûk tedavisi: Hirudoterapi. *Ankara Medical Journal*, 18(1), 141-148.
- Teke oğlu, İ., Kaleli, S., & Akdoğan, M. (2016). Apiterapi ve arı zehiri akupunktur. *Akupunktur Ankara*, 30, 65-68.
- Özgök, A. (2013). Hipnoz ve anestezi. *Anestezi Dergisi*, 21(1), 11-16.
- 47.Taştan, K., Çayır, Y., Makas, Y. N., Set, T., Hülakü, A., & Tekşan, T. (2015). Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çalışan doktorların hipnoterapi ile ilgili görüşleri, eğitim durumları ve bilgi edinme kaynakları. *Smyrna Tıp Dergisi*, 2, 1-6.
- KARASIMAV, Ö., & YILDIZ, Y. (2015). SPOR HEKİMLİĞİNDE AKUPUNKTUR UYGULAMALARI. *Spor Hekimliği Dergisi*, 50(2), 049-056.
- 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.
- 57.Dedeli, Ö., & Karada kovan, A. (2011). Yaşlı bireylerde ilaç kullanımı, tamamlayıcı ve alternatif tedavi uygulamalarının incelenmesi. *Spatula Dd*, 1(1), 23-32.
- 59.Kav, S., Hanoğlu, Z., & Algier, L. (2008). Türkiye'de Kanseri Hastalarda Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerinin Kullanımı: Literatür Taraması. *UHOD: International Journal of Hematology & Oncology/Uluslararası Hematoloji Onkoloji Dergisi*, 18(1).
- Düzen, K. Ö., & KORKMAZ, M. (2015). Kanseri hastalarında, semptom kontrolü ve tamamlayıcı ve alternatif tıp kullanımı. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(2), 67-76.
- Erdoğan, Z., Oğuz, S., & Erol, E. (2012). Kalp hastalarının tamamlayıcı tedavileri kullanma durumu. *Spatula Dd*, 2(3), 135-139.
- Weizman, A. V., Ahn, E., Thanabalan, R., Leung, W., Croitoru, K., Silverberg, M. S., ... & Nguyen, G. C. (2012). Characterisation of complementary and alternative medicine use and its impact on medication adherence in inflammatory bowel disease. *Alimentary pharmacology & therapeutics*, 35(3), 342-349.
- Naja, F., Alameddine, M., Itani, L., Shoaib, H., Hariri, D., & Talhouk, S. (2015). The use of complementary and alternative medicine among lebanese adults: results from a national survey. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2015.
- Arslan, M., Şahne, B. S., & Şar, S. (2016). Dünya'daki geleneksel tedavi sistemlerinden örnekler: genel bir bakış. Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 6(3), 100-105.

- Şarışen, Ö., & Çalışkan, D. (2005). Fitoterapi: bitkilerle tedaviye dikkat (!). *Sted*, 14(8), 182-187
- Güvenç, R. O. (2017). Doğu'da ve Batı'da müzik terapinin kısa tarihçesi.
- YARAŞIR, E., PİRİNÇCİ, E., & DEVECİ, S. E. (2018). Bel ağrısında tamamlayıcı ve alternatif tedavi. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi* 27.1, 93-108.
- SOYİÇ, Y., & ÖZKAN, F. S. (2020). İnfertilitede Kullanılan Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları. *Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi* 3.2, 169-175.
- Euras J Fam Med, 4(1), 1-6. HOMEOPATHIC REMEDIES. Yıl 2019, Cilt: 10 Sayı: 1, 31 - 39, 20.05.2019. Ali Özgür Özpek Levent Altıntaş. Öz. Homeopathy; it is a ... Serdar Kesikburun, Evren Yaşar TOTBİD Der gisi 2017; 16:196–202
doi: 10.14292/totbid.dergisi.2017.29
- İlhan, F. (2017). Homepati ve İmmün Sistem. Erişim Adresi: http://www.buhasder.org.tr/2017/pdf/56-Fulya_ilhan.pdf. Erişim Tarihi: 01.03.2018.
- Kaya, R. & Thielmann, G. (2012). Homeopatiye Giriş Homeopati ile Sağlıklı Yaşam. S.65.
- Viebahn-Hänsler R, León Fernández OS, Fahmy Z. Ozone in Medicine: The Low-Dose Ozone Concept –Guidelines and Treatment Strategies. *Ozone Sci Eng* 2012;34(6):408–24.Crossref
- Bocci V. Ozone; A New Medical Drug, 2nd ed. Dordrecht Heildelberg New York: Springer Science+Business Media B. V.; 2011. Crossref
- Masennikov OV, Kontorshchikova CN, Gribkova IA. Ozone Therapy in Practice; Health Manual. Nizhny Novgorod (Russia); 2008. Available from: http://www.absoluteozone.com/assets/ozone_therapy_in_practice.pdf.