

# HALK SAĞLIĞI BAKIŞIYLA AKUPUNKTURUN SAĞLIK HİZMETLERİNDE KULLANIMI

Doç.Dr.Salih MOLLAHALİLOĞLU

Halk Sağlığı AD, Tıp Fakültesi

&

Tamamlayıcı Tıp Uygulama ve Araştırma Merkezi

Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara

Halk sağlığı anlayışı ve çalışmaları toplumun sağlığını korumayı ve geliştirmeyi amaçlar.

Bu doğrultuda çevreye ve bireye yönelik planlamalar yapar.

Bunu temel sağlık hizmetlerinin tüm basamaklarında çalışmalar yaparak gerçekleştirir.

Temel sağlık hizmetleri (TSH) sağlık hizmetlerinin genelini ilgilendiren bir görüştür.

TSH  başlık altında incelenebilir;

- Koruyucu sağlık hizmetleri,
- Tedavi edici sağlık hizmetleri ve
- Rehabilite edici sağlık hizmetleri

Koruyucu sağlık hizmetlerinde amaç hastalığın oluşmasını engellemektir.

Hastalıkların oluşmasını ve ilerlemesini önlemek , hastalığı tedavi etmekten daha kolay olduğu için sağlık hizmetlerinde *koruyucu hekimliğe* önem ve öncelik verilir.

*Tedavi edici sağlık hizmeti* sağlık durumu bozulan kişilerin eski sağlık düzeylerine ulaşmalarını sağlamak üzere verilen sağlık hizmetidir.

*Rehabilite edici sağlık hizmeti* ise hastalık ve kaza sonucunda kişilerin kaybettiği bedensel ve zihinsel becerilerin tekrara kazanılmasına yönelik hizmetleri kapsar. Tıbbi ve sosyal rehabilitasyon ile bireyin yaşam kalitesini arttırmayı amaçlar.

Temel sağlık hizmetleri uygulanırken çeşitli tedavi ve koruma yöntemlerinden faydalanır.

Bunlardan biri de özellikle son yıllarda kullanımı yaygınlaşan geleneksel ve tamamlayıcı tıbbın bir parçası olan akupunktur'dur.

Kullanımı 4000-5000 yıl öncesine dayanan akupunktur en eski ve hekimler tarafından en iyi bilinen alternatif tıp yöntemlerinden biridir.

Bu alışma hazırlanırken son yıllarda akupunkturun temel sağlık hizmetlerinde kullanımıyla ilgili yerli ve yabancı makaleler taranmıştır.

Akupunkturun koruyucu sağlık hizmetlerinde ve halk sağlığında ki yeri ayrıntılı olarak makaleler aracılığıyla incelenmiştir.

*Koruyucu sağlık hizmetleri* başlığı altında ele alındığında akupunkturun en yaygın ve bilinen kullanım alanları olan sigara bırakma ve obezite tedavisinde faydalandığı görölmüştür.

Bilindiği üzere obezitenin ve sigara kullanımının önlenmesiyle birçok hastalığın önüne geçilebilir.

Obezitenin neden olduğu bazı hastalıklar;

- Hiperinsülinemi
- Tip 2 diyabetes mellitus
- Hipertansiyon
- Koroner arter hastalıkları
- Hiperlipidemi
- Hipertrigliseridemi
- Metabolik sendrom



## Obezitenin neden olduğu bazı hastalıklar (devam)

- Safra kesesi hastalıkları,
- Bazı kanser türleri(kadında; safra kesesi, endometrium, over, meme kanseri erkeklerde; kolon prostat kanseri),
- Osteoartrit,
- Uyku apnesi,
- Karaciğer yağlanması,
- Astım,
- Solunum zorluğu,
- Ruhsal sorunlar,
- Toplumsal uyumsuzluklar,
- Kas ve iskelet sistemi problemleri bunlardan bir kısmıdır.

Obezitenin önlenmesi bu hastalıklardan korunma anlamında koruyucu hekimlikte önem taşır.

İlgili çalışmalara bakıldığında akupunkturun merkezi sinir sisteminde serotonin konsantrasyonunu yükselterek ve hipotalamustaki tokluk merkezini aktive ederek nervus vagusun auricular dalını uyararak iştahı baskıladığı gözlemlenmiştir.

Bu nedenle obezite tedavisinde yeri vardır.

## Sigara kullanımıyla riski artan hastalıklarsa

- İnfertilite, menopoz,
- Erken yaşlanma,
- İyileşme zorluğu,
- Bazı kanserler(prostat, göğüs ,uterus,farinks ,karaciğer,mide, ağız ,özafagus kanserleri),
- Diabet,
- Amfizem,
- Koroner arter hastalığıdır.

Sigara kullanımının bırakılması bu hastalıklardan korunma anlamında büyük önem taşır.

Akupunkturun bu etkiyi santral sinir sisteminde endorfin, enkefalin, epinefrin, nörepinefrin, serotonin, dopamin düzeyini artırarak ;sigara içmeyince oluşan psikolojik belirtileri engelleyerek ,sigara tadında bozulma yaparak sağladığı araştırmalarda belirtilmektedir.

Tedavi edici sağlık hizmeti olarak akupunktur, kronik ve sık tekrarlayan gerilim tipi baş ağrularının nonfarmakolojik tedavisinde kıymetli olabileceği değerlendirilmiştir.

Akupunkturun akut migren ataklarını önlemedeki etkisine dair belirgin kanıtlar elde edilmiştir.

Profilaktik olarak en az diğer ilaçlar kadar etkisi vardır.

Plazmada ve beyin dokusunda, beta endorfin, enkefalin ve serotonin artışlarının sinir sisteminde analjezi, sedasyon ve motor fonksiyonlarda iyileşme meydana getirdiği; immün sistemde immünomodölatör ve metabolizma üzerinde lipolitik etkiler yaptığı belirlenmiştir.

Akupunkturun bu etkilerinden dolayı migren tedavisinde kullanılması önerilmektedir.

Çalışmalar in-vitro fertilizasyonla birlikte akupunktur uygulanmasının kadınlarda gebelik ve canlı doğum oranlarını arttırdığını göstermiştir.

Akut post-operatif ağrı için peri-operatif akupunktur uygulanmasının faydalı olabileceğini gösteren randomize kontrollü çalışmalar mevcuttur.

Rehabilite edici sağlık hizmeti olarak değerlendirildiğinde akupunkturun inme sonrası artmış spastik kas tonusu, motor nöron uyarılabilirliğini azaltmada etkili bulunmuştur.

Böylelikle bireyin kalan fonksiyonlarını daha iyi hale getirmek, yaşam kalitesini arttırmak için akupunkturun kullanılabileceği anlaşılmaktadır.



# Türkiye’de akupunktur ilgili mevzuat kapsamında; Ünitelerde (1)

- Kas-iskelet sistemi mekanik ağrısı,
- Eklem ağrıları,
- Migren, gerginlik tipi ve organik olmayan baş ağrıları
- Diş ağrıları,
- Nöropatik ağrılar,
- Kas spazmı, bel fıtığı akut konservatif dönem ve kronik dönem bel ağrıları
- İlaç yan etkisine bağlı, taşıt tutması ve gebelikle ilgili bulantı ve kusmalar
- Fonksiyonel gastrointestinal sistem bozuklukları; kabızlık, motilite bozuklukları, reflü,
- Allerjik rinit bulguları,
- Dimenore, infertilite, polikistik over sendromu ve premenstruel sendrom, doğum ağrısı,

## **Türkiye’de akupunktur ilgili mevzuat kapsamında; Ünitelerde (2)**

- Organik nedene bağlı olmayan uyku bozukluğu,
- Eksojen obezite tanısı almış hastada diyetle uyum,
- Alerji, egzama ve cilt kuruluğuna bağlı kaşıntı,
- Sigarayı bırakma sırasında oluşan anksiyete,
- Anksiyete,
- Organik nedene bağlı olmayan gece işemeleri,
- Kemoterapi ve radyoterapiye bağlı bulantı, kusma, ağız kuruluğu,
- Organik nedeni olmayan vertigo,
- Geriatrik hastalarda,
- Solunum sisteminin kronik hastalıklarında günlük yaşam kalitesini artırma,
- Genel iyilik halinin oluşması ve sürdürülmesine yardımcı olma

## **Türkiye’de akupunktur ilgili mevzuat kapsamında;**

### **Ünitelerde (3):**

- Progresif nörolojik defisiti olmayan kauda ekuina saptanmayan sinir kökü irritasyonları,
- Alkol tedavisinde oluşacak sıkıntıların azaltılması,
- Çocukta ekstübasyon sonrası solunum sıkıntısı,
- Kronik göz hastalıklarında hastanın tedaviye uyumunun artırılması,
- Unutkanlık ve hafıza problemlerinde yaşam kalitesinin artırılması,
- Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozuklukları,
- İdiopatik ve/veya Sjögren hastalığına bağlı göz kuruluğu,
- İnmeyle ilgili kısmi felçlerde kas kontraktürleri veya güçsüzlüğü

Bununla birlikte, DSÖ ye göre akupunkturun kullanımı daha yaygındır.

DSÖ Akupunktur'un;

- Kas iskelet sistemi hastalıkları,
- Gastrointestinal sistem hastalıkları,
- Ürogenital hastalıklar,
- Kalp ve dolaşım sistemi hastalıkları,
- Psikiyatrik hastalıklar,
- Endokrinolojik hastalıklar,
- Solunum sistemi hastalıkları,
- Nörolojik sistem hastalıkları,
- Kulak burun boğaz hastalıkları,
- Göz hastalıkları,
- Cilt hastalıklarında kullanımını önermiştir.

- Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nün 1979 yılında kabul ettiği Akupunktur, ülkemizde 1991 yılında resmi olarak benimsenmiştir.
- Akupunktur bir tedavi yöntemi olarak, 29 Mayıs 1991 tarihli Resmi Gazete'de yayımlanarak resmen kabul edilmiştir.
- 2002 tarihinde akupunktur tedavisi uygulanan özel sağlık kuruluşları ile ilgili yönetmelik yayınlanmıştır. Sertifika almış hekimlere komisyon sınavıyla akupunktur uygulama yetkisi verilmiştir.

- 2014 yılı ekim ayında yapılan düzenleme ile akupunktur uygulaması için bakanlıkça yetkilendirilmiş kurum ve kuruluşlar belirlenip uygulama üniteleri ve uygulama merkezleri tanımlanmıştır.
- Bu yönetmelikte amaç, kapsam, kanuni dayanak netleştirilmiş; uygulamacıların eğitimlerine belirli standartlar getirilmiştir.

Ülkemizde ve diğer ülkelerde kullanımını artan akupunkturun etkinliği olan hastalıklarla ilgili çalışmalar mevcuttur.

Sağlık hizmetlerinin her basamağında kullanımını olan akupunkturdan gelecekte hastalıkların tedavisinde daha çok faydalanılabileceği anlaşılmaktadır.

Etkinliği kanıtlanmış olan hastalıkların dışında birçok hastalık için de etkinlik araştırma çalışmaları devam etmektedir.

# TEŞEKKÜRLER

E-mail: [drsmho@yahoo.com](mailto:drsmho@yahoo.com)