

# BEL AĞRISINDA İLK SEANS AKUPUNKTUR UYGULAMA SONUÇLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ

## EVALUATION OF THE EFFECTIVENESS OF FIRST SESSION ACUPUNCTURE TREATMENT IN LUMBAGO

Yılmaz SEZGİN<sup>1</sup>, Sinan BECEL<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Uzm. Dr., Sürmene Devlet Hastanesi, TRABZON

<sup>2</sup> Uzm. Dr., Bölge Eğitim ve Araştırma Hastanesi, ERZURUM

### Özet

**Giriş:** Bel ağrısı nedenlerine dönük tedavi yaklaşımları güvenilir kanıtların toplanmasını kolaylaştıracaktır. Biz de bel ağrısı ile birlikte lateral bacak ağrısının olduğu hastaları çalışma kapsamına aldık. Bu çalışmada, bel ağrısı hastalarında uzak nokta akupunktur tedavisinin etkinliğinin akut sonuçlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

**Gereç ve Yöntem:** Bu çalışma gözlemsel bir klinik araştırmadır. Gönüllüler birkaç gündür medikal tedaviye rağmen bel ağrısı şikayetleri devam eden hastalardan seçilmiştir. Gönüllülere tedavi öncesi ve sonrasında Mevcut Ağrı Şiddeti Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmaya bel ağrısı ve lateral bacak ağrısı olan 17 olgu dahil edilmiştir. Tedavi uygulamasında, uzak nokta olarak kabul edilen GB 32 (*Zhongdu*), GB 34 (*Yanglingquan*), GB 40 (*Qiuxu*), ST 36 (*Zusanli*), ve BL 60 (*Kunlun*) akupunktur noktaları ağrının yayıldığı bacadan seçilmiştir.

**Bulgular:** Olguların geldiklerindeki ağrı şiddeti ortalaması  $4,35 \pm 0,78$ , akupunktur tedavisi sonundaki ağrı şiddeti ortalaması  $2,65 \pm 1,22$  olarak bulundu. Hastaların tedavi öncesine göre akupunktur uygulama sonrası ağrı şiddetinde istatistiksel olarak anlamlı bir azalma bulundu ( $p=0,001$ ).

**Tartışma:** Çalışmamızda medikal tedaviye rağmen cevap alınamayan hastalarda anlamlı bir iyileşme gözlenmiştir. Bu sonuçlar akupunkturun bel ağrısında etkin bir tedavi yöntemi olarak kullanılabileceğini iddia eden çalışmalarını desteklemektedir. Sonuç olarak; bel ağrısı olan hastalarda nedene yönelik ve sadece uzak nokta uygulama tekniği içeren akupunktur tedavisinin erken dönemden başlayarak etkili olduğunu söyleyebiliriz.

**Anahtar Kelimeler:** Akupunktur; Bel Ağrısı; Mevcut Ağrı Şiddeti Ölçeği

*Bu çalışma; 16-20 Mayıs 2015 tarihinde Erzurum'da yapılan 8. Ulusal Akupunktur Kongresi'nde poster olarak sunulmuştur.*

## Abstract

**Introduction:** Therapeutic applications directed to the causes of lumbago will facilitate the collection of reliable evidence. Here, we included low back pain and lateral leg pain patients in this study. In this study, the effectiveness of the first session acupuncture treatment containing only distant points were aimed to be evaluated in patients with lumbago.

**Materials and Methods:** This study was a clinical observational trial. The cases were voluntarily selected from the patients with the continuing of complaints of low back pain despite medical treatment for a few days. The present pain intensity scale was applied to volunteers before and after treatment. The seventeen cases having low back pain and lateral leg pain were included in the study. In treatment, the distant acupuncture points plus GB 32 (*Zhongdu*), GB 34 (*Yanglingquan*), GB 40 (*Qixu*), ST 36 (*Zusanli*), and BL 60 (*Kunlun*) were selected on the affected leg/legs.

**Results:** The mean pain intensity of cases at the beginning was found as  $4,35 \pm 0,78$ , at the end of acupuncture therapy as  $2,65 \pm 1,22$ . There was a statistically significant reduction in the pain intensity immediately after acupuncture application when compared to baseline (before) values ( $p=0,001$ ).

**Discussion:** In our study, a significant recovery was observed in patients who did not response to medical therapy. These results support the previous reports indicating that acupuncture be safely and effectively utilized in lumbago. As a conclusion; in lumbago patients, we can say that the effect of acupuncture therapy including only distant points can start even after the first session.

**Key words:** Acupuncture; Lumbago; The Present Pain Intensity Scale

## Giriş

Bel ağrısının altında yatan nedenlerin çokluğu; tedavi konusunda sorunları da beraberinde getirmektedir. Bu sebeple tedavi uygulamalarında tatmin edici sonuçlar alınamamaktadır. Gerek farmakolojik gerekse cerrahi tedavi metotları alanında yaşanan başarısızlıklar; ilginin ve arayışın tamamlayıcı tedavi modalitelerine yönelmesine zemin hazırlamıştır. Söz konusu tamamlayıcı tıp uygulamalarından biri de son zamanlarda yaygınlaşmaya başlayan akupunktur tedavisidir.

Bel ağrısı hastalarında akupunktur tedavisinin etkileri konusunda literatürde birbiri ile çelişkili sonuçlar; bu alanda bilimsel çalışmaların çok yetersiz olduğunu göstermektedir (1, 2). Yapılan az sayıdaki bilimsel çalışmanın sonuçlarının yeterli kanıtlar taşınamaması sebebiyle bu alandaki uygulamaların daha fazla paylaşılabılır hale getirilmesi bir gereklilik arz etmektedir. Tedavi yaklaşımlarının bel ağrısı nedenlerine dönük daha spesifik metodlar içermesi; güvenilir kanıtların

toplanmasını kolaylaştıracaktır. Daha önceki deneyimlerimizde bel ağrısı olup bacağı yayılan ağrının eşlik ettiği hastalarda sadece bacakta bulunan noktalara yapılan tedavi uygulamalarının etkin olduğunu gözlemlemiştik. Bu sebeple bel ağrısı ile birlikte lateral bacak ağrısının olduğu hastaları çalışma kapsamında değerlendirmenin daha uygun olacağını planladık.

Bu çalışmada, bel ağrısı hastalarında uzak noktalara yapılan akupunktur tedavisinin etkinliğinin akut sonuçlarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

## Gereç ve Yöntem

Bu çalışma gözlemsel bir klinik araştırmadır. Birkaç gündür medikal tedaviye rağmen şikâyetleri devam eden ve bel ağrısı şikâyeti ile Trabzon Sürmene Devlet Hastanesi akupunktur polikliniğine başvuran hastalardan; akupunktur tedavisi sonrasında gönüllü olanlarına Mevcut Ağrı Şiddeti Ölçeği uygulanmıştır. Çalışmaya 17 olgu dahil edilmiştir. Çalışmaya dahil

edilen hastaların hemen hepsi daha önce lomber disk hernisi tanısı almıştı. Hastaların sekizinde tek bacak, dokuzunda her iki bacak laterale yayılan ağrı mevcuttu. Hastaların sekizine unilateral, dokuzuna bilateral akupunktur tedavisi uygulanmıştır. Çalışmamızda ilk seans akupunktur tedavi sonuçları değerlendirilmiş olup tek seanslık veriler dikkate alınmıştır. Tedavi uygulaması 30 dakika sürmüş olup çelik iğneler kullanılmıştır. Tedavi iğneleri, *de qi* hissi alınarak GB 32, GB 34, ST 36 ve BL 60 noktalarına 1,5-2 cm, GB 40 noktasına 1 cm. derinliğinde olacak şekilde uygulanmıştır. Nokta seçiminde hastaların hepsinde bel ağrısına eşlik eden unilateral/bilateral bacak ağrısı olduğu için söz konusu bölgeye lokalize olan meridyenler üzerindeki kardinal noktalar dikkate alınmıştır. Uygulamada bel ağrısı tedavisinde uzak nokta olarak kabul edilen GB 32, GB 34, GB 40, ST 36 ve BL 60 noktaları seçilmiştir.

Verilerin analizinde, SPSS (statistical software package) paket programı kullanılmıştır. (PASW Statistics for Windows, Version 16.0. Chicago: SPSS Inc.) Nümerik veriler ortalamalarla ifade edilmiş olup bağımsız gruplarda independent t testi, bağımlı gruplarda paired t testi ile değerlendirilmiştir.

## Bulgular

Çalışmaya yaşları 34 ile 72 aralığında değişen 17 olgu alındı. Hastaların yaş ortalaması  $49,65 \pm 12,49$  bulundu. Olguların 14'ünde ağrı şiddetinde azalma bulunurken, üç olguda ağrı şiddetinde değişiklik bulunmadı.

Olguların geldiklerindeki ağrı şiddeti ortalaması  $4,35 \pm 0,78$  akupunktur tedavisi sonundaki ağrı şiddeti ortalaması  $2,65 \pm 1,22$  olarak bulundu. Hastaların tedavi öncesine göre akupunktur uygulama sonrası ağrı şiddetinde istatistiksel olarak anlamlı bir azalma bulundu ( $p=0,001$ ) (Tablo 1).

**Tablo 1: Tedavi öncesi ve sonrası ağrı şiddeti ortalamalarının karşılaştırılması**

	n	Ortalama $\pm$ SS*	t	p
Tedavi öncesi	17	4,35 $\pm$ 0,78	6,72	0,001
Tedavi sonrası	17	2,65 $\pm$ 1,22		

\*Standart Sapma

## Tartışma

Çalışmamızda bacak laterale yayılan ağrı şikâyeti ile başvuran bel ağrısı hastalarında, uzak nokta olarak kabul edilen GB 32, GB 34, GB 40, ST 36 ve BL 60 noktalarına uygulanan akupunktur tedavisi sonrasında ağrı şiddetinde anlamlı bir azalma meydana gelmiştir. Literatürde ayak bileği yanında hem ayak bileği hem de el bilek noktalarına yapılan sadece uzak nokta akupunktur uygulamaları sonrasında bel ağrısı şiddetinde azalma olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (3, 4). Bu çalışmalar sadece uzak nokta uygulamalarının bile etkin bir tedavi sağlamada umut verici olabileceğini göstermektedir.

Literatürde tek seans akupunktur uygulamasının bile akut bel ağrısı şiddetini azaltmada 'sham' akupunkturdan daha etkili olduğuna dair kanıtlar mevcuttur (4, 5). Çalışmamızda tek seans uygulama sonrasında bile ağrı şiddetinin azalması akupunktur uygulamasının akut bel ağrısında etkin olduğunu söyleyen çalışmaları desteklemektedir.

Literatürde hem akut hem de kronik bel ağrısı olan hastalarda akupunkturun etkin olduğunu gösteren çalışmalara rastlanmaktadır. Bu çalışmalar daha çok bölgesel noktalar yanında uzak noktalarında tedavi uygulamasına alınması şeklinde planlanmış çalışmalardır (1, 2, 6). Çalışmamızda medikal tedaviye rağmen cevap alınamayan hastalarda anlamlı bir iyileşme gözlenmiştir. Bu sonuçlar akupunkturun bel ağrısında etkin bir tedavi yöntemi olarak kullanılabilirliğini iddia eden çalışmaları desteklemektedir (1, 2).

Sonuç olarak; bel ağrısı olan hastalarda nedene yönelik ve sadece uzak nokta uygulama tekniği içeren akupunktur tedavisinin etkili olduğunu söyleyebiliriz.

Kısıtlılıklar: Çalışmaya dahil edilen gönüllü sayısının azlığı, sham akupunktur grubu, elektro akupunktur grubu veya hem uzak nokta hem de lokal nokta kombinasyonu içeren akupunktur grubu gibi kontrol gruplarının olmaması.

## Kaynaklar

1. Lee JH, Choi TY, Lee MS, Lee H, Shin BC, Lee H. Acupuncture for acute low back pain: a systematic review. Clin J Pain 2013, 29, 172-85.

2. Hutchinson AJ, Ball S, Andrews JC, Jones GG. The effectiveness of acupuncture in treating chronic non-specific low back pain: a systematic review of the literature. *J Orthop Surg Res* 2012, 7, 36.
3. Zhou YL, Zhang SQ, Sun GS, Chen JH, Liu P, Liu YJ, et al. Clinical observation on ankle-three-needle for treatment of nerve root pain of prolapse of lumbar intervertebral disc. *Zhongguo Zhen Jiu* 2006, 26(12), 847-50.
4. Su JT, Zhou QH, Li R, Zhang J, Li WH, Wang Q. Immediate analgesic effect of wrist-ankle acupuncture for acute lumbago: a randomized controlled trial. *Zhongguo Zhen Jiu* 2010, 30(8), 617-22.
5. Inoue M, Kitakoji H, Ishizaki N, Tawa M, Yano T, Katsumi Y, et al. Relief of low back pain immediately after acupuncture treatment a randomised, placebo controlled trial. *Acupunct Med* 2006, 24(3), 103-8.
6. Li JB, Xiong QL, Qu SK, Qi F, Zhang L, Wang Q, et al. Discussion on the regular of acupoint selection of acupuncture and moxibustion for lumbar disc herniation during recent 10 years. *Zhongguo Zhen Jiu* 2013, 33(7), 668.