

COVID-19 Pandemisinde Yaşlı Bireylerin Kullandıkları Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Yöntemlerinin Belirlenmesi: Tanımlayıcı Kesitsel Araştırma

Determination of Traditional and Complementary Medicine Methods Used by Elderly People in the COVID-19 Pandemic: A Descriptive Cross-Sectional Research

¹ Ayşe Gül PARLAK^a, ² Zümrüt AKGÜN ŞAHİN^a

^aKafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İç Hastalıkları Hemşireliği ABD, Kars, Türkiye

ÖZET Amaç: Araştırmada, yaşlı bireylerin koronavirüs hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] pandemi sürecinde başvurdukları geleneksel ve tamamlayıcı tıp (GETAT) yöntemlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. **Gereç ve Yöntemler:** Tanımlayıcı ve kesitsel tipteki araştırma, bir il merkezindeki 372 yaşlı bireyle COVID-19 pandemisi döneminde yürütülmüştür. Veriler, araştırmacılar tarafından oluşturulan "Anket Formu" kullanılarak telefon ile görüşme yöntemiyle toplanmıştır. Anket formu yaşlı bireylerin sosyodemografik verileri, COVID-19'dan korunmak amacıyla yapılan uygulamalar ve COVID-19 pandemi sürecinde kullandıkları GETAT yöntemlerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşmaktadır. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemler (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir. **Bulgular:** Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin %55,4'ü kadın, %79,8'i evli ve %34,9'u okuryazar değildir, %56,7'si en az bir kronik hastalığa sahiptir ve %55,9'u sürekli ilaç kullanmaktadır. Pandemi döneminde yaşlı bireylerin %76,9'unun COVID-19'dan korunmak için GETAT kullandığı belirlenmiştir. GETAT yöntemlerinden en fazla tercih edilen yöntemin bitkisel ürünler (%92,3) olduğu ve bitkisel ürün olarak en fazla kuşburnu çayı (%28,0), ısırgan otu (%25,9) ve adaçayının (%22,4) tüketildiği belirlenmiştir. **Sonuç:** Yaşlı bireylerin pandemi sürecinde virüsle savaşmak amacıyla GETAT yöntemlerinden bitkisel ürünleri yüksek oranda kullandıkları saptanmıştır. Şifalı bitkilerin sağlığa olumlu etkilerinden yararlanmak için uygun şekilde saklanması, hazırlanması ve uygun miktarda tüketimi önem taşımaktadır. Bitkilerin yanlış kullanımından kaynaklanan tehlikelerin önlenmesinde özellikle geriatri hemşirelerinin eğitim ve danışmanlık hizmeti yapmaları önerilmektedir.

ABSTRACT Objective: The research aimed to determine the traditional and complementary medicine (TCM) methods used by elderly people during the coronavirus disease-2019 (COVID-19) pandemic. **Material and Methods:** The descriptive and cross-sectional study was conducted with 372 elderly individuals in a city center during the COVID-19 pandemic period. The data were collected by telephone interview method using the "Survey Form" created by the researchers. The questionnaire form consists of questions to determine the socio-demographic data of elderly people, the practices made to protect against COVID-19, and the TCM methods they use during the COVID-19 pandemic. Data analysis was performed using descriptive statistics (number, percentage, mean, standard deviation). Significance was accepted $p<0.05$. **Results:** 55.4% of the elderly people participating in the research are women, 79.8% are married and 34.9% are illiterate. 56.7% have at least one chronic disease and 55.9% are constantly taking medication. In the pandemic, 76.9% of the elderly used the TCM methods to protect themselves from COVID 19, the most preferred method was herbal products (92.3%). It was determined that they mostly consumed rosehip tea (28.0%), stinging nettle (25.9%) and sage (22.4%) as herbal products. **Conclusion:** It was determined that elderly people used herbal products from TCM methods at a high rate in order to fight the virus during the pandemic process. In order to benefit from the positive effects of medicinal plants on health, it is important to store, prepare and consume in an appropriate amount. It is recommended that geriatric nurses, in particular, provide training and consultancy services in order to prevent the dangers arising from misuse of plants.

Anahtar Kelimeler: COVID-19; geleneksel tıp; tamamlayıcı terapiler; yaşlı; geriatri hemşireliği

Keywords: COVID-19; traditional medicine; complementary therapies; elderly; geriatric nursing

Correspondence: Ayşe Gül PARLAK
Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İç Hastalıkları Hemşireliği ABD, Kars, Türkiye
E-mail: aysegulozyildizparlak@hotmail.com



Peer review under responsibility of Journal of Traditional Medical Complementary Therapies.

Received: 20 Jul 2022 **Accepted:** 12 Dec 2022 **Available online:** 16 Dec 2022

2630-6425 / Copyright © 2023 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

Küresel bir sorun olan koronavirüs hastalığı-2019 [coronavirus disease-2019 (COVID-19)] pandemisi, Haziran 2022 tarihinin sonuna gelindiğinde 539 milyondan fazla enfeksiyona ve 6,3 milyondan fazla ölüme neden olmuş ve ölümlerin yaklaşık %75'ini 65 yaş üstü bireyler oluşturmuştur.¹ Küresel salgından korunmaya ve tedaviye yönelik kullanılan farmakolojik yöntemlerin (aşı, ilaç vs.) geriye dönüşü etkileri hakkında insanlığın elinde hâlihazırda kesin kanıtlar bulunmamaktadır.²

Son yıllarda, yeni teknolojilerin pahalı olması, modern tedavi yöntemlerinin yan etkileri/beklentileri karşılayamaması, fiziksel ve psikolojik olarak daha iyi hissetme gibi nedenler geleneksel ve tamamlayıcı tıp (GETAT) yöntemlerine ilgiyi artırmıştır.^{3,4} Bilinen yararlarının yanı sıra son yıllarda GETAT yöntemlerinin enfeksiyonlara karşı etkisi ve immünolojik reaksiyonları iyileştirmeye yardımcı olma potansiyelinin bulunduğu da belirlenmiştir.⁵ Hızla yayılan küresel COVID-19 enfeksiyonuna karşı yeni ilaç ve aşılardan geliştirilmesinin uzun sürmesi, ilaç ve aşıların ileriye dönük bilinmeyen etkilerine yönelik endişeler, hem bilim insanlarını hem de toplumları virüsten korunmak amacıyla GETAT yöntemlerine yöneltmiştir. Ülkeler ya da bölgeler arasında küçük farklılıklar görülmekle birlikte, dünya popülasyonunun çoğunluğunun GETAT yöntemlerini kullandığı bilinmektedir ve pandemiyle beraber kullanımı daha üst seviyelere taşınmıştır.^{6,7}

Kuşaktan kuşağa aktarılan geleneksel sağlık/hastalık bilgisi, kültürel birikim, ürünlerin ucuz ve kolay bulunması nedeniyle genel popülasyona göre yaşlı bireyler GETAT yöntemlerine daha fazla yönelmektedir.⁸ Türkiye'de yapılan araştırmalarda, GETAT kullanım sıklığı genel popülasyonda %38-60 arasında iken, yaşlı bireyler arasında %59-98 arasında değiştiği belirlenmiştir.^{6,9-13}

GETAT yöntemlerinin birçok faydası bulunmakla birlikte, bilinçsiz kullanımı durumunda hastalıkların ilerlemesine, organ fonksiyon bozukluklarına ve farmakolojik ilaçlarla olumsuz etkileşime neden olabilmektedir.¹⁴ Yaşlı popülasyonda kronik hastalık sayısının artması, çoklu ilaç kullanımı ve fonksiyonel gerileme gibi nedenlerle sağlığa yönelik risk oluşturduğu da bilinmektedir.^{15,16} Sağlık profesyonelleri

tarafından yaşlı bireyler değerlendirilirken, yalnızca reçeteli ilaçların değerlendirmeye alınması, bitkisel ürün kullanımının ilaç etkileşimine neden olacağına gözardı edilebilmesi de birçok soruna neden olmaktadır.¹⁷

COVID-19 pandemisi döneminde yaşlı popülasyonun kullandığı GETAT yöntemlerinin belirlenmesi, tedavi sürecinde ilaçlarla beraber kullandıkları bitkisel ürünlerin yan etkilerinin önlenmesi ve yöntemlerin güvenilirliği hakkında bilgi sahibi olmalarının sağlanması, hastaya bütüncül bakım sağlayan başta hemşireler olmak üzere tüm sağlık profesyonellerinin görevidir.¹⁸ Bu amaçla Türkiye'nin doğusunda bir il merkezinde yaşayan, yaşlı bireylerin COVID-19 pandemi sürecinde kullandıkları GETAT yöntemleri araştırılmıştır.

ARAŞTIRMA SORULARI

1. Yaşlı bireylerin COVID-19 pandemi sürecinde GETAT yöntemini kullanma durumları nedir?
2. Yaşlı bireyler COVID-19 pandemi sürecinde virüsten korunmak/televi amacıyla hangi yöntemleri kullanmaktadır?

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMANIN TÜRÜ

Bu araştırma, Türkiye'nin doğusunda bir il merkezinde, 15 Mart-15 Temmuz 2021 tarihleri arasında tanımlayıcı ve kesitsel tipte yapılmıştır.

EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini, Türkiye İstatistik Kurumu Kars İl Müdürlüğünden alınan 2020 yılı verileri doğrultusunda il merkezinde yaşayan 65 yaş üstü 8.041 birey oluşturmuştur. Örneklem büyüklüğü, evrendeki eleman sayısının bulunduğu durumlarda uygulanan formüle $(N.t^2.p.q)/(d^2(N-1) + t^2.p.q)$ göre hesaplanmıştır. Araştırmanın örnekleme %95 güven aralığı ve %5 örnekleme hatası ile 367 kişi olarak belirlenmiş ve araştırma toplam 372 kişi ile tamamlanmıştır. Örneklem grubuna; basit rastgele örnekleme yöntemiyle il merkezinde ikamet eden, 65 yaş ve üzeri, işitme sorunu olmayan, Türkçe anlayan ve konuşabilen, bilişsel ve kognitif bozukluğu olmayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan yaşlılar alınmıştır.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmacı tarafından literatürden yararlanılarak hazırlanan “Anket Formu” veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.^{3,8,19,20} Anket formu 2 bölümdür. Birinci bölüm cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, sosyal güvence, meslek, çalışma durumu, evde beraber ikamet ettiği bireyler ve kronik hastalık varlığını içeren sosyo-demografik sorulardan; 2. bölüm ise bireylerin pandemi döneminde kullandığı vitaminler, besin takviyeleri, virüse karşı evde aldıkları önlemler ve geleneksel ve tamamlayıcı yöntemleri kullanma durumlarına ilişkin sorulardan oluşmuştur.

VERİLERİN TOPLANMASI

Veriler, 15 Mart 2021-15 Temmuz 2021 tarihleri arasında pandemiye yönelik kısıtlama tedbirleri nedeniyle telefonla görüşme yöntemiyle toplandı. Bireylerden, anketin uygulanması konusunda sözel izin alındı ve veri toplama formlarının doldurulması için her bireyle yaklaşık 15-20 dk görüşme yapıldı.

VERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22.0 (IBM SPSS Statistics programı 22 versiyon, ABD) paket programı kullanılarak istatistiksel olarak değerlendirildi ve tanımlayıcı istatistiksel metotlar (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edildi.

ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

Araştırmanın yapılabilmesi için Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığından (tarih: 04.12.2020, no: 122 sayılı) ve Sağlık Bakanlığı Bilimsel Araştırma Platformundan (2020-11-27T13_28_58) izin alınmıştır. Katılımcılara araştırmanın amacı aktararak, gönüllülük ilkesi doğrultusunda katılım konusunda özgür oldukları ve istediklerinde araştırmadan çekilebilecekleri ve cevaplarının gizli kalacağı açıklanmıştır. Tüm prosedürler, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak yapılmıştır.

ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırmanın tek bir il merkezinde yapılmış olması ve verilerin telefon aracılığıyla toplanması araştırmanın sınırlılıklarını oluşturmaktadır.

BULGULAR

Yaşlı bireylerin yaş ortalaması $70,23 \pm 5,34$ yıl olup; %55,4’ü kadın, %79,8’i evli, %34,9’u okuryazar değildir. %48,7’si ev hanımı, %56,2’si sosyal güvenceye sahip, %61,0’ı orta gelir düzeyinde, %52,4’ü eş ve çocuklarıyla beraber yaşamaktadır. Yaşlı bireylerin %56,7’sinin en az bir kronik hastalığının bulunduğu, %60,2’sinin hipertansiyon hastası olduğu ve %55,9’unun sürekli ilaç kullandığı belirlenmiştir (Tablo 1).

TABLO 1: Yaşlı bireylerin tanıtıcı özellikleri.

Değişkenler		n	%
Yaş	($\bar{X} \pm SS$) (70,23 \pm 5,34)		
Cinsiyet	Kadın	206	55,4
	Erkek	166	44,6
Medeni durum	Evli	297	79,8
	Bekâr	75	20,2
Eğitim durumu	Okuryazar değil	130	34,9
	Okuryazar	100	26,9
	İlköğretim	123	33,1
	Lise ve üstü	19	5,1
Meslek	Ev hanımı	181	48,7
	Emekli	95	25,5
	Çiftçi	88	23,7
	Diğer	8	2,2
Sosyal güvence	Var	209	56,2
	Yok	163	43,8
Gelir durumu	İyi	81	21,8
	Orta	227	61,0
	Kötü	64	17,2
Birlikte yaşadığı bireyler	Eşi ve çocuklarıyla	195	52,4
	Eşiyle	82	22,0
	Çocuklarıyla	54	14,5
	Yalnız yaşıyor	21	5,6
	Diğer	20	5,5
Kronik hastalık	Evet	211	56,7
	Hayır	161	43,3
Kronik hastalığı (n=211)*	Hipertansiyon	127	60,2
	Diyabet	53	25,1
	Koroner arter hastalığı	29	13,7
	KOAH/astım/bronşit	27	12,8
	Kalp yetersizliği	9	4,3
	Osteoartrit	10	4,7
	Kanser	16	7,6
	Kronik böbrek yetersizliği	6	2,8
Diğer**	25	11,8	
Sürekli ilaç kullanımı	Evet	208	55,9
	Hayır	164	44,1

*n katlanmıştır; **Alerji, anemi, epilepsi, gut, guatr, kronik hepatit, migren, varis, ülser, osteoporoz, prostat, romatizma; KOAH: Kronik obstrüktif akciğer hastalığı.

Yaşlı bireylerin COVID-19'dan korunmak amacıyla tükettikleri besinler ve yaptıkları uygulamaların dağılımı incelendiğinde; virüsten korunmak amacıyla %23,7'sinin "vitamin besin takviyesi kullandığı", vitamin/besin takviyesi kullananların %56,8'inin "D vitamini takviyesi" kullandığı, %86,0'ının "bireysel uygulamalar yaptığı" ve bireysel uygulama yapanların %57,8'inin virüsten korunmak amacıyla "dua etme/namaz kılma" ibadetini tercih ettiği belirlenmiştir. Besin tüketimi incelendiğinde ise %89,2'sinin "COVID-19'dan korunmak için diyetinde özellikle belirli besin tükettiği", belirli

besinleri tüketenlerin %89,8'inin "C vitamini içeren meyve/sebzeleri tercih ettiği" ve %76,9'unun "COVID-19'dan korunmak için geleneksel ve tamamlayıcı yöntem kullandığı" belirlenmiştir (Tablo 2).

Tablo 3'te yaşlı bireylerin COVID-19'dan korunmak amacıyla kullandıkları GETAT yöntemlerinin dağılımı verilmiştir. COVID-19'dan korunmak amacıyla herhangi bir GETAT yöntemi kullananların %92,3'ünün "bitkisel ürün" kullandığı ve %28,0'ının bitkisel ürün olarak "kuşburnu çayı" tükettiği belirlenmiştir (Tablo 3).

TABLO 2: Yaşlı bireylerin COVID-19'dan korunmak amacıyla tükettikleri besinler ve yaptıkları uygulamaların dağılımı.

Değişkenler	n	%
COVID-19'dan korunmak için vitamin/besin takviyesi kullanma (reçetesiz)		
Evet	88	23,7
Hayır	284	76,3
Kullanılan vitamin/besin takviyesi (n=88)*		
D vitamini	50	56,8
C vitamini	34	38,6
B12 vitamini	7	8,0
Diğer**	13	14,8
COVID-19'dan korunmak için belirli besinleri tüketme		
Evet	332	89,2
Hayır	40	10,8
COVID-19'dan korunmak için tüketilen besinler (n=332)*		
C vitamini içeren meyve/sebze	298	89,8
Süt ürünleri (kefir-yoğurt)	119	35,8
Soğan/sarımsak	82	24,7
Kaz yağı kullanımı	39	11,7
Sarı yağ (Ghee yağı) kullanımı	30	9,0
Köy tavuğu	22	6,6
Kemik suyu ve kelle paça çorba	15	4,5
Kuruyemiş (ceviz, fındık, badem)	20	6,0
COVID-19'dan korunmak için evde bireysel uygulamalar yapma		
Evet	320	86,0
Hayır	52	14,0
COVID-19'dan korunmak için yapılan bireysel uygulamalar (n=320)*		
Dua etme/namaz vb. ibadet	185	57,8
Çamaşır suyu ile ev temizliği	175	54,7
Sirkeli su ile ev/besin temizliği	168	52,5
Dezenfektan olarak kolonya kullanımı	106	33,1
Tütsü (üzerlik otu), nazarlık kullanımı	26	8,1
COVID-19'dan korunmak için geleneksel ve tamamlayıcı yöntem kullanma		
Evet	286	76,9
Hayır	86	23,1

*n katlanmıştır; **Multivitamin, A vitamini, çinko, propolis, balık yağı; COVID-19: Koronavirüs hastalığı-2019.

TABLO 3: Yaşlı bireylerin COVID-19'dan korunmak için kullandıkları GETAT yöntemlerinin dağılımı.

	Kullanım amacına göre dağılım (n=286)*							
			Virüsten korunmak/ bağışıklığı güçlendirmek		Kronik hastalığa bağlı sesemptomları hafifletmek		Fiziksel veya psikolojik rahatlama sağlamak	
	n	%	n	%	n	%	n	%
COVID-19'dan korunmak için kullanılan geleneksel ve tamamlayıcı yöntemler (n=286)*								
Bitkisel ürünler	264	92,3	-	-	-	-	-	-
Apiterapi	185	64,7	172	60,1	7	2,4	6	2,1
Kuru kupa uygulaması	61	21,3	0,0	0,0	33	11,5	28	9,8
Masaj (kaz yağı/zeytinyağı/kantaron yağı ile)	59	20,6	0,0	0,0	6	2,1	53	18,5
Müzikterapi	35	12,2	0,0	0,0	0,0	0,0	35	12,2
Sülük uygulaması	20	7,0	0,0	0,0	16	5,6	4	1,4
Yaş kupa (hacamat) uygulaması	12	4,2	0,0	0,0	6	2,1	6	2,1
COVID-19'dan korunmak için kullanılan bitkisel ürünler*								
Kuşburnu çayı	80	28,0	74	25,9	2	0,7	4	1,4
Isırgan otu	74	25,9	28	9,8	25	8,7	21	7,3
Adaçayı	64	22,4	53	18,5	10	3,5	1	0,3
Nane limon çayı	54	18,9	52	18,2	1	0,3	1	0,3
Kekik çayı	50	17,5	49	17,1	0,0	0,0	1	0,3
Zencefil	48	16,8	44	15,4	3	1,0	1	0,3
Papatya çayı	42	14,7	8	2,8	2	0,7	32	11,2
Tarçın karanfil çayı	38	13,3	31	10,8	3	1,0	4	1,4
İhlamur	38	13,3	34	11,9	2	0,7	2	0,7
Diğer**	9	3,1	9	3,1	0,0	0,0	0,0	0,0

*n katlanmıştır; **çörekotu, iğde, kızılıçık çayı; COVID-19: Koronavirüs hastalığı-2019; GETAT: Geleneksel ve tamamlayıcı tıp.

TARTIŞMA

Bu araştırmada, yaşlı bireylerin %76,9'unun virüsten korunmak ve bağışıklıklarını güçlendirmek amacıyla GETAT yöntemlerini kullandığı belirlenmiştir (Tablo 2). Araştırmaya katılan yaşlı bireylerin yarısından fazlası (%55,9) kronik hastalığı nedeniyle sürekli ilaç kullanmakta ve %23,7'si COVID-19'dan korunmak için reçetesiz vitamin/besin takviyesi almaktadır. Kullanılan vitamin/besin takviyeleri arasında ilk sıralarda D vitamini (%56,8) ve C vitamini (%38,6) bulunmaktadır (Tablo 2). Literatür incelendiğinde, COVID-19'dan korunmak amacıyla D vitamini ve C vitamini kullanımının etkili olduğunu bildiren çalışmalar mevcuttur.^{21,22} Suudi Arabistan'da bir araştırmada, COVID-19'a karşı katılımcıların %94,4'ünün C vitamini kullandığı rapor edilmiştir.²³ Özellikle pandemi nedeniyle doktora ulaşımın kısıtlı olduğu düşünüldüğünde, medya aracılığı ile virüsten korun-

mada D ve C vitamininin etkili olduğunun sık sık vurgulanmasının, yaşlı bireylerin bu ürünleri reçetesiz olarak kullanmalarına neden olduğu düşünülmektedir. Katılımcıların yaklaşık yarısının ev hanımı (%48,7) ve büyük bir kısmının eğitim düzeyinin (%61,8) düşük olması dikkate alındığında, bu sonuç, kronik hastalığı bulunan ve sürekli ilaç kullanan yaşlı bireyler için polifarmasiye bağlı sorunlara zemin hazırlayabilir.

Bu araştırmada, yaşlı bireylerin COVID-19 enfeksiyonundan korunmak için genellikle evde bireysel uygulamalar (86,0) yaptıkları, dua/ibadetten (%57,8) sonra en fazla yapılan uygulamaların çamaşır suyu (%54,7), sirkeli su (%52,5) ile temizlik ve dezenfektan (kolonya) (%33,1) kullanımı olduğu belirlenmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir araştırmada, COVID-19 bulaşını önlemek amacıyla katılımcıların %62,0'ı pandemi öncesine kıyasla daha sık ev temizliği veya dezenfeksiyon yaptığını,

%39,0'ı gıda ürünlerini ağartıcı ile yıkamak, ev temizlik ürünlerini veya dezenfektan ürünlerini çıplak cilde uygulamak, bunları solumak veya yutmak gibi önerilmeyen yüksek riskli uygulamalar yaptıkları bildirilmiştir.²⁴ Yaşlı bireylerin enfeksiyondan korunmaya yönelik evlerinde bu tür uygulamaları yoğun bir şekilde yapmasının deri ve solunum sistemine yönelik sorunlara, hayatı tehdit edici zehirlenmelere neden olabileceği ve yalnız yaşayan grubun daha fazla risk altında olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada, yaşlı bireylerin en fazla tercih ettikleri GETAT yönteminin bitkisel ürünler (%92,3) olduğu ve en fazla tüketilen ürünlerin sırasıyla kuşburnu çayı (%28,0), ısırgan otu (25,9) ve adaçayı (22,4) olduğu belirlenmiştir. Türkiye'deki benzer çalışmalarda da yaşlı bireylerin pandemi döneminde virüsten korunmak amacıyla en fazla bitkisel ürünleri tercih ettiği ve en fazla zencefil, adaçayı, kuşburnu ve ihlamur çayını tükettikleri belirlenmiştir.²⁵⁻²⁷ Literatürde, COVID-19'a karşı etkili olduğu iddia edilen adaçayı, zencefil, ısırgan ve sarımsak, antibiyotiklerin keşfinden önce antimikrobiyal özellikleri nedeniyle yaygın şekilde kullanılan bitkiler arasındadır.²⁸⁻³¹ Bu araştırma sonuçları literatürle benzerlik göstermektedir.

Yaşlı bireyler bu çalışmada, soğan ve sarımsak bitkisini (%24,7) sık tüketilen ürünler arasında bildirmiştir. Geçmişten günümüze antimikrobiyal etkileriyle bilinen sarımsak, Peru'da yapılan bir çalışmada, katılımcıların COVID-19'dan korunmak amacıyla en sık tercih ettikleri bitkiler arasında (%80,2) bulunmuştur.³² Suudi Arabistan'daki bir çalışmada ise katılımcıların %34,4'ü çiğ sarımsak yemenin bağışıklığı artırdığına ve COVID-19'a yakalanma şansını azalttığına inandıklarını belirtmişlerdir.²³ Bununla birlikte Brezilya'da yapılan başka bir çalışmada ise yaşlılarda günlük çiğ sarımsak tüketiminin oral mukoza yanığına neden olduğu rapor edilmiştir.³³ Besinler ve şifalı bitkiler COVID-19'a karşı bağışıklığın güçlendirilmesi, hastalıkların önlenmesi ve tedavisinde önemli olmakla beraber herhangi bir beklenmeyen etkiye karşı modern tıbbın denetimi ve kontrolü altında olması gerekmektedir.^{34,35}

SONUÇ

Araştırma sonucunda, yaşlı bireylerin COVID-19'dan korunmak için yüksek oranda çeşitli geleneksel ve tamamlayıcı yöntemlere başvurdukları belirlenmiştir. Yaşlı bireyler, bağışıklık sistemlerini güçlendirdiklerine inandıkları çeşitli bitkileri pandemi döneminde yoğun olarak tercih etmişlerdir. Araştırmanın yapıldığı yerleşim yerinin bitki çeşitliliği açısından zengin olması ve bu bitkilere erişimin kolay olmasının da yaşlı bireylerde bitkisel ürünlerin kullanımının yaygınlığını artırdığı tahmin edilmektedir.

Pandemi döneminde kullanımının artması nedeniyle bitkilerin diğer besin/gıda takviyeleri ve ilaçlarla olan etkileşiminin bilinmesi, uygun şekilde saklanması, doğru yöntemle ve uygun miktarda tüketilmesi önemlidir. Şifalı bitkilerin sağlığa olumlu katkıları ve yanlış kullanımından kaynaklanan tehlikelerin önlenmesi için yaşlı bireylerle en fazla etkileşimde bulunan hemşirelerin doğru kullanımının kontrolünün sağlanması önem taşımaktadır.

Finansal Kaynak

Bu çalışma sırasında, yapılan araştırma konusu ile ilgili doğrudan bağlantısı bulunan herhangi bir ilaç firmasından, tıbbi alet, gereç ve malzeme sağlayan ve/veya üreten bir firma veya herhangi bir ticari firmadan, çalışmanın değerlendirme sürecinde, çalışma ile ilgili verilecek kararı olumsuz etkileyebilecek maddi ve/veya manevi herhangi bir destek alınmamıştır.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Tasarım:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Denetleme/Danışmanlık:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Ayşe Gül Parlak; **Analiz ve/veya Yorum:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Kaynak Taraması:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Makalenin Yazımı:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Eleştirel İnceleme:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin; **Malzemeler:** Ayşe Gül Parlak, Zümrüt Akgün Şahin.

KAYNAKLAR

- Smith DJ, Hakim AJ, Leung GM, Xu W, Schluter WW, Novak RT, et al. COVID-19 mortality and vaccine coverage-Hong Kong special administrative region. China, January 6, 2022-March 21, 2022. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2022;71(15):545-8. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Hatmal MM, Al-Hatamleh MAI, Olaimat AN, Hatmal M, Alhaj-Qasem DM, Olaimat TM, et al. Side effects and perceptions following COVID-19 vaccination in Jordan: a randomized, cross-sectional study implementing machine learning for predicting severity of side effects. *Vaccines (Basel).* 2021;9(6):556. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Nural N, Çakmak S. Kronik hastalığı olan bireylerin tamamlayıcı ve alternatif tedavileri kullanma durumu [Status of using complementary and alternative treatments of individuals with chronic disease]. *J Tradit Med Complement Therapy.* 2018;1(1):1-9. [Crossref]
- Felix MS, Phuc LTN, Scoping review: an anthropological analysis of the beliefs of the elderly that influence the use of traditional/ complementary and alternative medicine. *Asia-Pacific Soc Sci Rev.* 2020;20(4):136-49. [Link]
- Badakhsh M, Dastras M, Sarchahi Z, Doostkami M, Mir A, Bouya S. Complementary and alternative medicine therapies and COVID-19: a systematic review. *Rev Environ Health.* 2021;36(3):443-50. [Crossref] [PubMed]
- Erdoğan Z, Çil Akıncı A, Emre Yavuz D, Kurtuluş Tosun Z, Atik D. Use of complementary and alternative medicine methods among elderly people living in nursing homes. *Kafkas J Med Sci.* 2017;7(1):60-6. [Crossref]
- Nugraha RV, Ridwansyah H, Ghazali M, Khairani AF, Atik N. Traditional herbal medicine candidates as complementary treatments for COVID-19: a review of their mechanisms, pros and cons. *Evid Based Complement Alternat Med.* 2020;2020:2560645. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Kaplan M. Covid-19: Küresel salgın sürecinde geleneksel ve tamamlayıcı tedavi uygulamaları [Covid-19: traditional and complementary healing practices in the pandemic process]. *Milli Folklor.* 2020;16:35-45. [Link]
- Sağkal T, Demiral S, Odabaş H, Altunok E. Kırsal kesimde yaşayan yaşlı bireylerin tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanma durumları [Complementary and alternative treatment methods among elderly individuals in living rural setting]. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilim Derg.* 2013;27(1):19-26. [Link]
- Şimşek B, Aksoy DY, Basaran NC, Taş D, Albasan D, Kalaycı MZ. Mapping traditional and complementary medicine in Turkey. *Eur J Integr Med.* 2017;15:68-72. [Crossref]
- Oral B, Öztürk A, Balcı E, Sevinç N. Aile sağlığı merkezine başvuranların geleneksel/alternatif tıpla ilgili görüşleri ve kullanım durumu [State of opinions and use about traditional/alternative medicine who applied to family health center]. *TAF Prev Med Bull.* 2016;15(2):75-82. [Crossref]
- Bayer N, Uzuntarla Y. Kronik hastalığı olan yaşlı bireylerin akılcı ilaç kullanımı ve geleneksel tıp tutumlarının belirlenmesi: akılcı ilaç kullanımı ve geleneksel tıp [Investigation of rational drug use and traditional medicine attitudes of elderly individuals with chronic diseases]. *Journal of Social and Analytical Health.* 2022;2(1):21-7. [Link]
- Büyük ET, Uzşen H, Koyun M, Lezgioğlu H, Sarı T, Çakır Z. Ailelerin COVID-19 pandemisi sürecinde çocuklarının sağlığını korumak ve geliştirmek için başvurdukları geleneksel tamamlayıcı alternatif tedavi yöntemleri (GETAT) [Traditional complementary alternative treatment methods (GTAT) used by families to protect and improve children's health during the COVID-19 outbreak]. *Samsun Sağlık Bilimleri Dergisi.* 2022;7(1):99-112. [Crossref]
- Şahan D, İlhan MN. Geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamaları ve halk sağlığı açısından değerlendirilmesi [Traditional and complementary medicine practices and evaluation in public health]. *Gazi Heal Sci J.* 2019;4(3):12-9. [Link]
- Kerry Z. Yaşlılarda doğru ilaç kullanımı [Rational drug use in elderly]. *Ege J Med.* 2015;54:Suppl 62-73. [Crossref]
- Taner PE, Akis N, Karaalp A. Herbal product use patterns and possible herb-drug interactions among older adults in Turkey. *J Herb Med.* 2021;29(July):100487. [Crossref]
- Qato DM, Wilder J, Schumm LP, Gillet V, Alexander GC. Changes in prescription and over-the-counter medication and dietary supplement use among older adults in the United States, 2005 vs 2011. *JAMA Intern Med.* 2016;176(4):473-82. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Sayın Kasar K, Ünal E, Çapacı S, Kürtmeç Yılmaz C, Duru Aşiret G. Yaşlı bireylerin ağrıya yönelik tamamlayıcı ve alternatif tedavi kullanım durumu ve tutumu [Complementary and alternative medicine use for pain among elderly persons and their attitudes]. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Derg.* 2020;7(3):271-7. [Crossref]
- Kilic E, Kavurmaci M. Hemodialysis patients' knowledge of, beliefs about, and practices in using complementary and alternative medicine: an exploratory study. *Altern Ther Health Med.* 2022;28(6):30-4. [PubMed]
- Şekeröglü N, Gezici S. Koronavirüs pandemisi ve Türkiye'nin bazı şifalı bitkileri [Coronavirus pandemic and some Turkish medicinal plants]. *Anadolu Klin Tıp Bilim Derg.* 2020;25(Suppl 1):163-82. [Crossref]
- Sulli A, Gotelli E, Casabella A, Paolino S, Pizzorni C, Alessandri E, et al. Vitamin D and lung outcomes in elderly COVID-19 patients. *Nutrients.* 2021;13(3):717. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Holford P, Carr AC, Jovic TH, Ali SR, Whitaker IS, Marik PE, et al. Vitamin C-an adjunctive therapy for respiratory infection, sepsis and COVID-19. *Nutrients.* 2020;12(12):3760. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Alyami HS, Orabi MAA, Aldhabbah FM, Alturki HN, Aburas WI, Alfayez AI, et al. Knowledge about COVID-19 and beliefs about and use of herbal products during the COVID-19 pandemic: a cross-sectional study in Saudi Arabia. *Saudi Pharm J.* 2020;28(11):1326-32. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Gharpure R, Hunter CM, Schnall AH, Barrett CE, Kirby AE, Kunz J, et al. Knowledge and practices regarding safe household cleaning and disinfection for COVID-19 prevention-United States, May 2020. *MMWR Morb Mortal Wkly Rep.* 2020;69(23):705-9. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Baş K. Evaluation of resorting to traditional practices by elderly people during the Covid-19 pandemic. *J Int Heal Sci Manag.* 2022;8(15):75-83. [Crossref]
- Kadioğlu B, Kadioğlu S. Medicinal and aromatic plants consumption habits of consumers in the coronavirus pandemic. *Atatürk Üniversitesi Ziraat Fakültesi Derg.* 2021;52(3):325-34. [Crossref]
- Erarslan ZB, Kültür Ş. A cross-sectional survey of herbal remedy taking to prevent Covid-19 in Turkey. *J Res Pharm.* 2021;25(6):920-36. [Crossref]
- Petitjean SJL, Lecocq M, Lelong C, Denis R, Defrère S, Mariage PA, et al. *Salvia miltiorrhiza* Bunge as a Potential Natural Compound against COVID-19. *Cells.* 2022;11(8):1311. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Khubber S, Hashemifesharaki R, Mohammadi M, Gharibzahedi SMT. Garlic (*Allium sativum* L.): a potential unique therapeutic food rich in organosulfur and flavonoid compounds to fight with COVID-19. *Nutr J.* 2020;19(1):124. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Upreti S, Prusty JS, Pandey SC, Kumar A, Samant M. Identification of novel inhibitors of angiotensin-converting enzyme 2 (ACE-2) receptor from *Urtica dioica* to combat coronavirus disease 2019 (COVID-19). *Mol Divers.* 2021;25(3):1795-809. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Assimti D. Health benefits of the culinary use of garlic-case study and lessons from COVID-19 pandemic in Thailand. *Current Developments in Nutrition.* 2022;6 Suppl 1:735. [Crossref] [PMC]

32. Villena-Tejada M, Vera-Ferchau I, Cardona-Rivero A, Zamalloa-Cornejo R, Quispe-Florez M, Frisancho-Trive-o Z, et al. Use of medicinal plants for COVID-19 prevention and respiratory symptom treatment during the pandemic in Cusco, Peru: a cross-sectional survey. *PLoS One*. 2021;16(9): e0257165. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
33. Muniz IAF, Campos DES, Shinkai RSA, Trindade TGD, Cosme-Trindade DC. Case report of oral mucosa garlic burn during COVID-19 pandemic outbreak and role of teledentistry to manage oral health in an older adult woman. *Spec Care Dentist*. 2021;41(5):639-43. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
34. Balkrishna A, Shankar R, Srivastava A, Joshi B, Mishra RK. Role of traditional medicines as a challenge for coronavirus (Covid-19). *Indian J Tradit Knowl*. 2020;19(1):118-23. [[Crossref](#)]
35. Dudani T, Saraogi A. Use of herbal medicines on coronavirus. *Acta Sci Pharm Sci*. 2020;4(4):61-3. [[Crossref](#)]