

# Geçmişten Günümüze Manuel Tedaviler

## MANUAL THERAPY THROUGHTOUT THE HISTORY

Zehra EDİSAN\*, Şahin AKSOY\*\*

\* Fzt., Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Deontoloji ve Tıp Tarihi AD,

\*\* Dr., Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi Deontoloji ve Tıp Tarihi AD, ŞANLIURFA

### Özet

Hastalıklardan kurtulmak amacıyla insan elinin iyileştirici gücünü kullanmak insanlık kadar eski bir tedavi yöntemidir. En gelişmiş duyu ve hareket organı olarak ellere tarih boyunca psikolojik ve mekanik etkilerinden faydalanmak üzere başvurulmuş ve böylelikle birçok tedavi tekniğinin gelişmesine zemin hazırlanmıştır. Bu yazımızda özellikle osteopati, şiropratik, akupunktur, shiatsu, refleksoloji, masaj ve traksiyon uygulamalarının tarihsel boyutunun yanı sıra bunların dünyadaki yasal statülerine, ayrıca elin tedavideki metafizik boyutuna da değinmek istiyoruz. Tarihsel bir perspektiften ele aldığımız konu bizi ayrıca elin tedavideki kullanımının bugünkü modern tıp uygulamalarında ihmal edildiği sonucuna da götürmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Tıp Tarihi, Eller, Manuel tedavi, Dokunma

T Klin Tıp Etiği-Hukuku-Tarihi 2002, 10:269-278

### Summary

Using the healing power of human hand is as old as human history. As the most advanced sensory organ hands have been used for the psychological and mechanical power of them, so many new therapy techniques have developed with it. In this article we especially examine osteopathy, chiropractic, acupuncture, shiatsu, reflexology, massage and traction with their historical development and their current legal status in the world. We also address the metaphysical power of the hand. When we look the issue from historical perspective it is seen that manual therapies and the healing power of hand is neglected in modern medical practice.

**Key Words:** History of medicine, Hands, Manual therapy, Touching

T Klin J Med Ethics, Law and History 2002, 10:269-278

İnsanlık varolduğundan bu yana hastalık ve tedavi kavramları da onunla birlikte güncelliğini korumuştur. Tarihin akışıyla birlikte değişen yaşam standartları ve artan bilgi birikimleri sonucunda hastalıkların tedavisinde birçok yeni uygulamalara geçilmiştir. Bunların arasında önemini hiçbir zaman yitirmeyen bir tedavi unsuru vardır ki, o da insan elidir.

Elin tedavide kullanımı çağlar boyu değişik kültür ve dönemlerde bazen bir din adamının dokunuşu, bazen de bir hekimin manuel uygulamaları şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Tarih boyunca tıbbın en büyük kaybı 'kişisel temas'tır. Günümüz doktorlarının insan elinin iyileştirici gücünden kaçınma eğiliminde oldukları gözlenmektedir.

El, cerrahi uygulamaların yanı sıra, psikolojik ve mekanik etkilerinden yararlanmak üzere masaj,

manipulasyon, akupunktur, traksiyon gibi fiziksel temasa (dokunmaya) dayalı, bugün daha çok ikincil veya alternatif tıp kapsamında değerlendirdiğimiz uygulamalarda ön plana çıkmaktadır.

### Manipulasyon

Uluslararası Manuel Tıp Federasyonu manipulasyonu, 'postural denge içinde kas iskelet sisteminin maksimal ve ağrısız hareketini sağlamak amacıyla manevra ve talimatlar ile hastanın tedavisinde elleri kullanma yöntemi' olarak tanımlamaktadır. Manuel Tıbbın veya Manipulasyonun amacı optimal vücut mekaniğinin devamının sağlanması, kısıtlanmış bölgelerde hareketin düzeltilmesi, dengeli bir postür içinde maksimal ve ağrısız hareketin sağlanması ve fonksiyonların ideal bir şekilde yapılabilmesidir (1).

Manuel terapi yöntemlerini bilimsel olarak ele alan, endikasyon, kontrendikasyon, uygulama yöntemleri ve etkilerini güncel bilgiler ışığında araştıran ve açıklayan tıp bilimi Manuel Tıp adını alır. Manuel Tıp hem spinal hem de periferik eklemlerin manipülasyonunu kapsar. Manuel tıbbın etkinliği ve riskleri hakkında tartışmalar devam etmektedir (1).

Manipülasyonun 4000 yıl önce Tayland'da kullanıldığına dair kuvvetli kanıtlar bulunmaktadır (2). Eski Mısır'da da benzer uygulamalara rastlamaktayız. M.Ö. 1600'lere ait olduğu düşünülen Edwin Smith Papirüsü'nde sunulan bazı vakaların tedavisinde önerilen uygulamaların bugünkü anlayışa yakınlığı dikkat çekicidir. Bunlardan bir tanesi; çenesi çıkan hastaya yapılması gereken uygulamayı anlatmaktadır: “Eğer bir adamın çenesi çıkmışsa o'nu ağzı açık şekilde bulursun. Ağzını kapatamaz. Her iki elinin baş parmaklarını alt çene kemiğinin iç köşesine ağzın içinden yerleştirir, diğer parmaklarını çene altına koyarsan ve alt köşeleri geriye itersen çene yerine yerleşir.” (3)

Özellikle omurga manipülasyonunun Hipokrat dönemi kadar eski zamanlarda da yapıldığı bilinmekle beraber, hekimler tarafından etkinliği konusunda daima şüphe ile bakılmış bir tedavi yöntemi olmuştur. Ancak 1890'larda 'Osteopatik' ve 'Şiropatik' tıp okullarının açılması, bu yöntemi uygulayanlarla hekimlerin ilişki kurabilmesi ve anlaşabilmesine imkan sağlamıştır (4).

Manipülasyon olarak adlandırılan ve pasif hareketlere dayanan teknikler 18.-19. yüzyıllarda sınıkçılar tarafından kullanılmıştır. 19.yüzyıl Amerika ve İngiltere'de sınıkçıların oldukça parlak dönemleri olmuştur. Bunların arasında meşhur sınıkçı Hutton'un çalışmaları, tıp otoritelerinin dikkatini çekerek British Medical Journal ve Lancet gibi dergilerde yayınlanmıştır (2).

1871'de dünyaca ünlü tıp dergisi Lancet'in bir makalesinde Richard Hutton hakkında, mevcut sisteme meydan okunarak şöyle denmiştir: “Rahmetli Hutton Londra'daki meşhur cerrahlardan farklı olarak yıllarca kıyıda köşede yaşamıştır ve her birkaç ayda başka doktorların iyileştiremediği hastaları şifaya kavuşturduğu haberi ortaya çık-

maktaydı. Şarlatan kelimesi belki de bu doktorların kendilerine rakip gördükleri kişileri aşağılamak için ortaya attıkları bir kelimeydi. Bu halk hekimleri hastaların beklentileri olan fakat tıp doktorlarının karşılayamadığı bir şeyi karşılamaktaydılar. Bu beklentiler makuldür veya değildir fakat sonuçta hastanın beklentileridir ve bu kişiler bunları karşılamaktaydılar, önemli olan da budur. Eğer hastanın beklentisini nasıl karşılayacağını bilmiyorsa hekimin bunu öğrenmesi gerekir. Şarlatan diye tanımladığı kişilerin hatalarını araştırıp onları dışlamak ne kendisine ne de hastalarına fayda sağlar.” (5).

Manuel Tıp uzun yıllar boyunca belirli bilimsel temellere oturmaksızın halk hekimlerince uygulanmıştır (1). Halen dünyanın pek çok yöresinde, babadan oğla geçen tekniklerle manipülasyon uygulanmaktadır. İnsan anatomisini, eklem fonksiyonunu, altta yatan patolojiyi bilmeden uygulanan tedavi yöntemleri tesadüfen olumlu sonuçlar verebildiği gibi, tamir şansı olmayan, hayat boyu kalıcı sakatlıklara da yol açabilir. Bu nedenle manipülasyon uygulamaları eğitilmiş, deneyimli ve modern tıbbın tanı yöntemleri kullanılarak bilgili ellerde yapılırsa daha faydalı olabilir (2).

### Şiropatik ve Osteopati

Fiziksel temasın (el temasının) önem kazandığı uygulamalardan şiropatik (chiropractic) ve osteopati (osteopathy) elle tedavi sanatının ayrılmaz parçaları olup bugünkü genel tıp uygulamalarının “gri alanı” olarak kabul edilirler. Bu uygulamalar ait oldukları dönemin acımasız tıp uygulamalarına tepki olarak gelişmişlerdir.

Osteopati ve şiropatik genel hastalık ve maraz teorisinde vücudun yapısını herşeyin başlangıç noktası olarak kabul eder ve onun manipülasyonu ile hastalıkların giderilebileceğine inanılır. Bütün muhalefet ve dışlanmalara rağmen şiropatik ve osteopati bütün dünyada yaygınlaşmıştır. Günümüzde tıp doktorları bu tıp tedavilerin ancak hekimler tarafından yapılabileceğini savunsalar da elle tedavi yapan birçok kişi bu fikri reddetmektedir (5).

Şiropatik kelimesi Yunanca *cheir* (eller) ve *praktikos* (yapılan) kelimelerinden gelmekte ve “elle yapılan” anlamını taşımaktadır. Şiropatik,

omurilik ve sinir sisteminin (ilaçsız ve ameliyatsız) sağlığının korunması için tasarlanan, tümüyle el hünerine dayalı bir tedavi şeklidir. Başka bir deyişle, şiropratik vücudun fonksiyonlarını yeniden dengelemek üzere elle eklemlerin düzeltildiği bir hüner olup en sık olarak düzeltilenler de omurga eklemleridir.

Tarihe baktığımızda eski Mısır yazıtlarında şiropratik tekniklerinin açıklanmalarına rastlamaktayız. Eski Hint, Çin, Babil ve Asur medeniyetlerinde de buna benzer elle tedaviler uygulanmıştır; fakat daha sonraları unutulmuş ve 1895 yılına dek de ortadan kaybolmuştur (6).

Bu tarihlerde Dr. Daniel David Palmer kendisinin spinal düzeltme programına ilk defa şiropratik tanımlamasını yapmıştır (5). Palmer'in ilk başarısı kapıcısı Harvey Lilliard'ın sağlığını boyun omurlarını elle düzelterek tedavi etmesidir. Bu ve bunu izleyen başarılarla cesaretlenen Palmer bu tür tedavilerin anatomik ve fizyolojik temellerini daha derinlemesine incelemiş ve bunlardan kısa zamanda şiropratik felsefe ve tedavisini ortaya çıkarmıştır. Palmer, Palmer Kliniği ve Şiropratik Enstitünün de kurucusu ve ilk başkanı olmuştur.

Şiropratikçi, hastayı sağlığına kavuşturmak için diyet, egzersiz ve dinlenmeyle ilgili öğütlerle beraber eklemleri de elle düzeltmeye çalışır. Başlıca amaçları; duruş bozukluklarını düzeltmek, omurga ve pelvis eklemlerine mümkün olabildiği ölçüde fonksiyonunu yeniden kazandırmak ve ağrıya veya fonksiyon bozukluklarına yol açan sinir yıpranmalarını ortadan kaldırmak olarak sayılabilir.

Şiropratik başlıca aşağı sırt ağrılarını, kayan diskleri, boyun ağrılarını, omuz ve kol ağrılarını, baş ağrılarını ve diğer kas-iskelet ağrılarını tedavi etmek için kullanılmaktadır. Bazı migren vakaları, başağrıları, astım, hazımsızlık, artrit, stres hali, bazı duygusal durumlarda da sinir sistemi üzerindeki etkisiyle iyileşme sağlayabilir. Bununla birlikte bütün hastalıkları tedavi ettiğini iddia etmez, sadece tıba ek bir yardımda bulunur (6). Şiropratikle ilgili araştırmalar çok yaygın olmasa da bu metodun yatak istirahati, ilaç, fizik tedavi ve

masaj gibi yaklaşımlardan daha etkili olduğu söylenmektedir (7).

Şiropratik dünyada yaygın olarak tanınıp yasallaştırılmıştır. Almanya'da şiropratik uygulayıcıları doktorlardan ayrı bir statüde 4 senelik bir lisans eğitimine tabi tutulmakta ve omurga üzerine bilgi edinmek için doktorlardan daha fazla zaman harcamaktadırlar (6). Amerika'da da şiropratik tedavinin kullanımı yaygın ve yasaldir (7).

Osteopati kelimesi Yunanca'dan *oste* = kemik ve *pathos* = hastalık tan gelir. Fakat bu terim anlam itibariyle yanlıcıdır. Osteopati bilimsel vücut bilgisine ve biraz da zooloji ve embriyolojiye dayanıp, hastalıkların tedavisinde vücudun ve özellikle omurganın manipulasyonunu – semptom ve bulguları omurgayla bağlantılı olmasa da – kullanılan bir tıbbi tedavi sistemidir.

Osteopati bir yüzyıldan fazla zaman önce ABD'de Dr. Andrew Still tarafından tasarlanmıştır. Denilmektedir ki, Still üç çocuğunu da menenjitten kaybettikten sonra Ortodoks tıptan yüz çevirip alternatif tıba yönelmiştir (6).

Still şöyle demektedir: “Elin omurga üzerindeki hareketi hayat verici bir etkiye sahip olup göğüs boşluğu içindeki tüm organlara nüfuz eder. Nezaketin, saflığın, sempatinin eli hafif bir baskı ile derinlere kadar etki ederek iç organlara ilaç tesiri yapar. Bu ilaç her zaman alınacak kadar da güzeldir.” (5).

Osteopatinin temelinde hastalıkların vücudun bir bölümünden çok bütünüyle bağlantılı olduğu ve birçok hastalığın omurga bozukluklarıyla direkt ilgili olduğu düşüncesi yatmaktadır. İyi bir osteopatin deneyimli bir doktorun bile duyamayacağı kemik, eklem, kas ve bağ dokusu değişimlerini tespit edebileceği ve tedavisiyle birkaç dakika içinde haftalar süren yatak istirahatinin yapamadığını yapabileceği fikri yaygındır.

Tedavi, problemi yok etmek ve yapı ve işlevi normalleştirmek için hastalanan kısmın manipulasyonundan oluşur. Tedavi esnasında ‘sıkı bir basınç’ hissedilir. İç organların sınırları omurilik boyunca uzandığından manipulasyonla bunlarda da iyileşme sağlanabilir (6). Manipulasyonun esas etkisi ise mekanik ve nörofizyolojik etkiler

dışında dokunmanın vermiş olduğu psikolojik etkidir (4).

Migren, geriye döndürülebilir göz rahatsızlıklarında da bu sanatın yeni bir dalı olan ‘kranium ( kafatası) osteopatisi’yle kafatası kemikleri nazikçe manipüle edilmektedir (6). Kraniosakral tedavi olarak da bilinen ve omurga ile kafatasının bozulmuş ritmik aktivitelerini düzeltmek amacıyla uygulanan manipulatif teknik bugün daha çok süregelen ağrılarda, beyin fonksiyon bozukluklarında, omurilik hastalıklarında Upledger’in araştırmalarına göre başarılı bulunmuştur (8). Buna benzer bir uygulamaya 12. ve 13. yüzyılda yaşamış olan, Ortaçağ Batı dünyasının ünlü cerrahlarından olan Parmalı Roger’ın “*Chirurgia*” adlı kitabında rastlamaktayız. Bu eserinde birçok cerrahi teknik ve cerrahi aletlerden bahsetmesinin yanı sıra kafa yaralanmalarında sadece parmağını kullanarak uyguladığı tedaviden de söz etmektedir (9). (Şekil 1).

Osteopati ortodoks tıp tarafından dışlansa da bugün Amerika (Missouri)’de, İngiltere’de osteopati okulları mevcuttur. ABD’de osteopati tıbbi alanda büyük kabul görmekte ve osteopatların çoğu 7 yıllık bir eğitim görmektedir. Osteopatin hekim olması gerekmemektedir. İngiltere’de osteopatlar bütün diğer tıbbi hizmetlerden bağımsız olup yükümlülükleri yoktur, bir doktora teşhisini onaylatıp tavsiyelerine uygun hareket etmek zorunda değildir. Fransa’da ise osteopatiyi ancak hekimler uygulamaktadır (6).

### Traksiyon

Traksiyon, eklem yüzeylerini veya kemik fragmanlarını ayırtacak ve çevre yumuşak dokuyu gerip, uzatacak şekilde bir gücün veya güç sistemlerinin uygulandığı bir tekniktir (Şekil 2) (2).

Traksiyonun tarih boyunca kırık, çıkık ve omurga hastalıklarının tedavisinde kullanıldığı bilinmektedir. Hipokrat, skolyoz ve artmış kifoz gibi spinal bozukluklar için traksiyonu önermiştir (11). Tarihte 9. yüzyılda Bizans’da Niketas, İspanya’da Arap hekim El Zehravi, 11. yüzyıl başlarında Kordoba’da Al-Tasrif’de traksiyonu tanımlamıştır. İbn Sina (980- 1037) da ‘Kanun’da traksiyon ve elle yapılan uygulamaları tarif etmiştir. Türk hekim Amasyalı Şerefettin Sabuncuoğlu (1385-1468)



Şekil 1. Parmalı Roger, *Chirurgia*



Şekil 2. Traksiyon ve Manipulasyon'un Birlikte Uygulanışı

kırık ve çıkıklarda traksiyon ve manipulasyon uygulamalarını ayrıntılı olarak resim ve şekillerle göstermiştir (Şekil 3).



**Şekil 3.** Şerefettin Sabuncuoğlu, Sırt ve Bel Omurlarındaki Çıkıklarda Uygulanacak Tedavi.

Dönemin en önemli cerrahlarından olan Ambrois Pare (1509-1590) ise Rönesansta omurga traksiyonunu “Türk Manipulasyonu” olarak tarif etmiştir. Bu tarife göre; eğer vertebra dışı doğru çıktıysa ve dışarıdan bir çıkıntı olarak görülüyorsa hasta yüzüstü yatırılır, hasta bu haldeyken koltuk altı, kalça ve uyluklardan bağlanmalıdır. Ardından hasta kalça ve göğüs tarafından güçlü bir biçimde çekilmeli ve manipulasyon yapan hekim hastanın kifoza veya çıkı omurgası üzerine eli ile baskı yaparak yerine oturtmalıdır. 17. yüzyılda John Schultes, Pare'nin bu metodunu tavsiye etmiştir. Ancak 17-19. yüzyıllarda traksiyonun hekimler tarafından kullanımı gözden düşmüştür (4). 20.yüzyılın başlarında ise Daniel David Palmer'in Şiropaktis uygulamaları ile yeniden gündeme gelmiştir. O zamandan bu yana traksiyon geliştirilmiştir ve spesifik bozuklukların tedavisinde kullanılmaya başlanmıştır. 1950'lerde Cyriax lomber disk lezyonlarında traksiyon kullanımını popüler hale getirmiştir (2).

Her ne kadar elle yapılan traksiyonun özellikle kafanın pozisyonlarını daha fazla kontrol etme açısından avantajı varsa da günümüzde traksiyon nadiren elle uygulanmaktadır. Bunun için artık birçok gelişmiş mekanik aletler kullanılmaktadır. Manuel traksiyon bel ve boyun ağrılarında hastanın traksiyon uygulanmasından fayda görüp görmeyeceğini test etmek amacıyla kullanılabilir (4).

Traksiyon bugün Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyonun vazgeçilmez bir tedavi unsurudur.

### Masaj

Vücut yüzeyine tedavi edici bir amaçla uygulanan el hareketleri olarak tanımlayabileceğimiz masajın hemen hemen tüm dünyada eski bir geçmişi vardır (4). Yeryüzünün en geri kalmış topluluklarından en ileri milletlerine kadar, masaj her yerde bir tedavi vasıtası olarak kullanılmıştır.

En eski uygulamaların Çin ve Hindistan'da yapıldığını görüyoruz ve başlangıç İ.Ö. 3000 yılına kadar gidiyor (12). Kaynağını Hindistan'dan alan ve geçmişi İ.Ö. 1800'lere dayanan Ayur Veda tıbbının tedavi yöntemleri arasında yağlarla yapılan masaj önemli yer tutmaktadır (2). Belgeler, eski Mısırlıların ve Perslerin de masajı tanıdıklarını göstermektedir.

Eski Yunan hekimlerinin verdikleri bilgiler de önem taşımaktadır. Homer (İ.Ö. 1000) Odisse'de, masajda yağ kullanıldığından söz ediyor ve yağların özelliklerini, nerelerde ve nasıl uygulanacaklarını açıklıyor. Herodot (İ.Ö.484-380) öfloraj ve friksiyondan bahsediyor. Hipokrat (İ.Ö.460-380) omuz çıkığının tedavisinde, çıkığın yerine konmasından sonra, hafifçe ovulmasının yararlı olacağını söylüyor (12). M.Ö. 90'larda Anadolu'nun Kuzeybatısında yaşamış olan Bithynia'lı Asklepiades hastalıkların tedavisinden bahsederken kuvvetli ilaçlar yerine hamam, şarap ve masajı tavsiye etmiş, hastaların omurgalarını muhtelif hastalıkları iyileştirmek için düzenli olarak ovuştur (5,13).

Arkeolojik kanıtlar masajın 25 yüzyıl önce Çin'de üriner retansyonda kullanıldığını, ancak bunun çocuk doğurtma işlemleri gibi doktorlar tarafından değil daha alt sınıftan insanlarca yapıldığını göstermektedir (14).

Çağın tıbbını derleyen Romalı hekim Galen (İ.S. 129-199) masaj yapan ellerin sıvazlama ve daire biçimindeki hareketlerinin olabildiğince kas lifleri yönünde ilerlemesi gerektiğini vurgulamış (2).

Kabile insanları arasında da masajın her zaman kötü ruhları uzaklaştırmak için kullanıldığı bilinmektedir (5).

Eski çağlarda masaj ve egzersiz birlikte uygulanmış (12). Hatta eski Yunan'da masajın gelişme sebeplerinden bir tanesi olarak Olimpiyat ve Atletizm oyunları gösterilmektedir (14). 1.yy.'da da masajın yaygın kullanıldığına dair elimizde birçok delil vardır (5). Ağrılı bölgenin ovulması (rubbing) ve böylelikle ağrının azaltılması yıllarca birçok tedavi tekniklerinin temeli olarak kullanılmıştır (4).

Bir zamanlar Eski Çin'de hekimin soylulara ve kadınlara dokunmasının sınırlı olması gibi (14); ki o zamanki saygın Çin ailelerinde fildişinden yapılmış heykelcikler bulunurdu ve hasta vücudunda ağrıyan yeri bu heykelcik üzerinde gösterirdi (15); Ortaçağ'da da kilisenin insan vücuduna dokunmayı günah saymasıyla masaj da tabular listesine alınıyor. Suyu yıkanmanın insan vücudu için zararlı olduğu düşüncesiyle tüm Roma hamamları yıkılıyor, kapatılıyor ve masaj yapan kadınlar da cadılıkla suçlanıyorlar. Uzun yıllar sonra, 14. yy. sonlarında İtalya'da başlayan aydınlanma çağıyla birlikte masaj da yavaş yavaş yeniden gün ışığına çıkıyor. İlk yaklaşım Pare'den geliyor (2). Ortaçağ'ın meşhur cerrahı olan Ambroise Pare (1510-1590) her zaman cerrahi girişimi tercih etmemiş, bazı bitkisel yağların kullanıldığı masaj gibi daha az invazif yöntemleri de kullanmıştır (16). Pare öğrencilerine omurgaların el ile tedavi etme yöntemini de öğretmiştir (5).

Usta bir el vasıtasıyla yapılan masajın dokunma ve rahatlatıcı etkisinin hissedildiği yer olan deri, masajın etkilerini alma ve vücudun iç kısmına yaymada son derece gelişmiş bir yapıya sahiptir (17,4). Bunu dikkate alan İbn-i Sina (M.S. 980-1037) kullanım sonucu kaslarda oluşan ve normal kas çalışmasıyla yok edilemeyen metabolizma artıklarının masajla dağıtılmasıyla yorgunluğun giderilebileceğini söylemiştir (2).

Bugün masaj Uzak Doğu'da hiç kimsenin üzerinde fazla düşünmediği kadar yaygındır. Özel bir ağrı şikayeti olmaksızın herkes masaj yaptırabilmektedir. Çin'de bu iş özellikle körlerin yaptığı bir meslektir ve özel okullarda öğretilmektedir. Masaj Hindistan'daki Ayur Veda tıbbının da önemli bir unsurudur. Burada masör soğutulmuş hindistan cevizi yağı gibi bitkisel kökenli maddeler kullanır.

Bu ülkeye ait bir gelenekte hastaları ziyarete gelenlerin hastaya meyve veya çiçek getirmeyip masaj için hastaya güzel kokulu yağlar getirdiklerini görmekteyiz. Hastalara yapılan masajın ve ondan yayılan güzel kokunun dışarıdaki güzel ve sağlıklı yaşamla bir bağ kuracağına inanılır (5).

Zaman içinde elin vücudun dış kısmında kullanılması değişkenlikler göstermiştir. Victoria İngiltere'sinde masaj bugünkü kadar meşhur ve yaygındı. İsveçli Peter Henry Ling halk arasında başarılı egzersiz ve masaj teknikleriyle meşhur olmuştur. Fransa ve Almanya'daki doktorlar İskandinav ülkelerinde de olduğu gibi bu sanatı uyguluyorlardı (5).

### Akupunktur

Akupunktur kökü taş devrine dek uzanan eski bir Çin sanatıdır (6). İnsanlık kadar eski bir tıp sistemi olsa da onu ilk defa Çinliler sistematize etmişler ve M.Ö. 200'lerde bu konuda ilk kitabı yazmışlardır. *Hungdi Neiging Suwen* isimli bu kitap Prof. Ilza Veith tarafından "Sarı İmparator'un dahili hastalıklar klasiği" olarak tercüme edilmiştir (18).

Akupunktur sadece Çinlilere ait bir tedavi yöntemi değildir, M.Ö. 1550'lere ait olan Ebers Papirüslerinde de akupunktur meridyenlerine benzer ağlar tarif edilmektedir (18). Güney Afrika'daki Bantular'ın hastalıklarda vücudun bazı yerlerine çizmeye dayalı tedaviler uyguladıkları söylenmektedir. Siyatik tedavisinde bazı Araplar sıcak bir metal proba kulağın bir bölümüne koter yapıyorlardı. Eskimolar da keskin taşlarla basit akupunktur uyguluyorlardı (18).

Çinlilerin tıba getirmiş oldukları bu müthiş katkıyı hareketsiz bir bedene kaba bir müdahale olarak görmeden ziyade bir sanatın elle uygulanışı olarak kabul etmeliyiz (5).

Latince iki kelimeden oluşan akupunktur (*acus* = iğne, *punctura* = batırma)'un temeli derinin uyarılmasının iç organlara ve vücudun diğer bölümlerine etki ettiği düşüncesine dayanır (18). Eski Çin felsefesine göre vücuttaki karşıt sistemler (*Yin* ve *Yang*) dengeli ve uyumlu çalışırlarsa (homeostazis) sağlık, bu denge ve uyum bozulursa

hastalık oluşur (1). *Yin* negatif, yani sedatif güçleri(karanlık, pasivite ve dişilik gibi), *Yang* pozitif, yani stimüle eden güçleri (aydınlık, aktivite, erkeklik gibi) temsil eder. Hastalıkta bu iki güçten birisi diğerine göre baskın duruma geçer. Buna göre her hastalıkta, ister fiziksel ister psikolojik olsun, vücudun bazı bölgelerinde hassas noktalar bulunur ve bunlar hastalığın iyileştirilmesiyle ortadan kaybolurlar. Bu noktalara akupunktur noktaları denir (6).

Çin literatüründe 1000 civarı akupunktur noktası tarif edilmektedir. Bu kadar çok noktaların özelliklerini hatırlamak güç olduğundan Çinliler bunları 12 temel ve birkaç da yan gruba ayırmışlardır. Bu gruplardan herhangi birisine uyan tüm akupunktur noktaları bir çizgiyle birleştirilmiştir. Batıda bu hatlara meridyen denilmektedir (18).

Çin inancına göre bu meridyenlerde '*Chi*' denen yaşam kuvveti dolaşmaktadır ve bütün hastalıklar da *Chi*'nin dolaşımındaki aksaklıktan kaynaklanmaktadır (6). Çin'de *Chi*'nin diğer bir anlamı da 'Hava'dır (18).

Hintliler de benzer bir kanal ağı düşüncesine sahip olsalar da bunu akupunktur gibi sistematik ve mantıklı bir sonuca ulaştıramamışlardır. Hint terminolojisinde *Chi*'ye en yakın kavram '*Prana*'dır (18). Kanalların olduğu meridyenler, ki Hintliler 700 kadar meridyen tanımlamışlardır, kesişme noktalarına sahiptir ve bu noktalar da manipulasyona hassastır. Hint Ayur Veda tıbbında deri üzerindeki bu 100'den fazla noktaya '*Marma*' adı verilmiştir ve bu noktalar vücudun her yerinde bulunan ve yaralandıklarında ölümcül sonuçlara yol açan hayati notalardı. Fakat bu noktaların birçoğu gerçekte herhangi bir hayati yapının üzerinde değildi ve kesilmesi nadiren hayati tehlike oluştururdu (10,5). *Marma* zaman içinde önem ve etkisini kaybetmişse de akupunktur özellikle 1970'lerde Amerika ve Çin arasındaki ilişkilerin başlamasıyla birlikte Batı'da Rönesans'ını yaşamıştır (5).

Akupunktur uygulamasında dikkat edilecek en önemli husus doğru yeri uyarmaktır. Uyarının ne olduğu ikincil önemdedir. Bugün daha çok paslanmaz çelikten yapılmış iğneler kullanılsa da masaj, elektrik stimülasyonu, mekanik vibratörler, ısı ve manyetik ossilatörler de denenmektedir (18).

Kulaktaki noktalara iğne batırılarak uygulanan kulak akupunkturu bugün özellikle Fransa'da, akupunktur noktalarına el parmakları ile basınç yapılarak uygulanan akupressür ise Japonya'da Shiatsu adıyla yaygın olarak uygulanmaktadır(1).

Çin'de binlerce yıllık bir geçmişi olan akupunktur, batı dünyasında son yıllarda giderek artan bir ilgi odağı haline gelmiştir ve en yaygın olarak kullanılan fizik tedavi yöntemlerinden birisidir. Tıp uygulamalarının tümünde olduğu gibi akupunktur da gözlemlere bağlı olarak ampirik bir şekilde geliştirilmiş ve klinik etkinliği ortaya çıktıkça daha çok kabul edilir olmuştur. Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon kitaplarında yer aldıktan sonra da bilimsel ortamlarda daha fazla tartışılmaya başlanmıştır (1).

### Shiatsu

Batıda akupressür veya iğnesiz akupunktur olarak da bilinen Uzakdoğu kökenli, akupunkturun ve masajın iç içe olduğu bir yöntemidir (6). Temel prensibi akupunkturla aynıdır. Amacı meridyen adı verilen enerji akış yolları üzerindeki belli noktalara yapılacak masajla *Yang* ve *Yin* arasındaki dengeyi korumak, bozulmuşsa düzeltmek, organın kendisine değil fonksiyonlarına etkili olmaktır (2).

Tedavi tekniğinin esasını meridyenler üzerindeki anlamlı noktalara, özel yöntemle avuç içi, başparmak ya da parmaklarla bastırılması oluşturur. Bastırılan parmakla çok küçük dairecikler yapılır. Uygulama için meridyenler üzerinde hastanın yakınmalarına uyan, örneğin sakinleştirici, dinlendirici, aktive edici gibi noktalar seçilir. Basıncın süresi, yoğunluğu ve uygulama tekniğini enerji metabolizmasındaki bozukluğun ölçüsü belirler (2).

Shiatsu'nun bir çok uygulaması tabii olarak hepimizde vardır. Karın ağrısı çektiğinde çocuğun karnını ovan anne, hemen hemen aynen Shiatsu uygulayıcısının yaptığı gibi, vücudun enerji güçlerini uyarmakta, iyileşme gücünün bir insandan diğerine aktarılabilceğini düşünüp, düzeltilemez haldeki vücut enerji yollarını nötralize etmeye çalışmaktadır (19,6).

Hasta olduğumuzda, eğer yumuşak ve sempatik birisi elini başımızın veya ağrıyan yerimizin

üstüne koyarsa kendimizi çok daha iyi hissettiğimizi hepimiz fark etmişizdir. Ağrıdan bu yolla kurtulma çarpıcı gelebilir, fakat bunu biz Batı tıbbi açısından açıklayamayız. Doğululara göre ise bütün bu iyileşmeler, elin temasının tabii ifadesi olan bizim hayati enerji alanlarımızın, diğer şahıslarla bir uyum içine girmesi sayesinde olmaktadır. Çok karamsar ve zor kabullenen tipler dahi 45 dakikalık bir Shiatsu masajından sonra kendilerini daha değişik hissettiklerini belirtmişlerdir (6). Bazı Shiatsu taraftarları hiçbir zaman dış anesteziyi uygulamazlar, onun yerine diş ile ilgili ağrı verici işlemler sırasında, sadece doğru akupunktur noktasına bastırırlar (19,6).

Eski çağlarda savaş sanatlarında da bu tekniklerden yararlanılarak akupunktur noktalarına etki ederek düşman etkisiz hale getirilirdi (6).

### Refleksoloji

Reflex bilimi anlamına gelir ve eski bir Çin ve Hint teşhis ve tedavi sistemidir. Temeli, ayak ve elde vücut organlarının temsili merkezleri bulunduğu inancına dayanır (8). Ayak vücudun diğer bölgelerindeki hastalıkları önlemek ve tedavi etmek için kullanılır. Refleksolog ayağı kör bir insanın Braille okuması gibi okur. Tedavi ayak tabanlarına ve daha az sıklıkla el ayalarına başparmak veya başka bir parmağın kenarıyla basınç uygulanarak saat yönünde döndürülmesinden oluşur ve vücudun bu noktaya tekabül eden organında acı hissedilir (6). Bu noktaların geleneksel Çin tıbbındaki Akupunktur noktalarına uyduğu düşünülmektedir (8). Refleksoloji akupunktur gibi fonksiyonel hastalıklarda (kabız, astım, stres halleri, mesane hastalıkları, baş ağrıları gibi) başarılıdır.

Baskı masajına Ingham Refleks Metodu da denir ve Batı'da İngiltere, Belçika ve Fransa'da okulları mevcuttur (6).

### Dünyada Manuel Tıbbın Yasal Statüsü

Manuel tıp terapileri uygulayıcılarının yasal statüsü bölgeden bölgeye değişiklikler göstermektedir. ABD'de şiropratik ve osteopati birçok eyaletlerde kabul edilmiştir. Kanada'nın bazı bölgelerinde de şiropratik ve osteopati yasaları vardır. Kuzey Amerika'da eğer yasalar özel olarak alter-

natif tıp terapilerine izin vermezse yasa dışı kabul edilmektedir. Bunun tam karşınının uygulandığı İngiltere'de Anayasa uyarınca tıp doktoru olduğunu iddia etmeksizin herkes kendisini herhangi bir konuda terapist ilan edebilir. Bu sistemin daha geliştirilmiş alternatif terapistler için lisans sisteminin yürürlükte olduğu ve 3700 lisanslı pratisyenin çalıştığı Almanya'da mevcuttur. Bu kişiler devlet tarafından lisanslı hale getirilmiş iyileştiriciler ve marjinal tıp pratisyenleridir. Sosyal sorumluluk taşımaları ve toplumsal bir tehlike oluşturmaları için bunlar gözetim altındadırlar.

Avustralya'da osteopati ve şiropratik hariç diğer alternatif tedavi metotları yasadışı kabul edilmiştir. Yasal olan bu ikisi ise ancak kesin tıbbi kontrol altında uygulanabilmektedir.

Hindistan'da tıp öğrencileri temel tıp derslerini aldıktan sonra Batı Tıbbı veya Ayurvedik Tıp yönünde seçimin yapıp bu konuda uzmanlık dersleri almaktadırlar. Geleneksel tıba öncelik tanıma kararı, yasalarla 'Ortodoks Tıp' ve geleneksel sistem pratisyenlerinin aynı statüde kayıtlı olmalarını sağlamıştır (6).

Benzer uygulamalara Çin'de rastlamaktayız. Bugünkü Çin'de tıp öğrencileri dünyanın her yerinde olduğu gibi Batı Tıbbını öğrenmek için üniversiteye gidebilirler veya aynı üniversitenin farklı bölümünde geleneksel Çin Tıbbını öğrenmeyi tercih edebilirler. Batı tıbbını seçen öğrenciler geleneksel Çin Tıbbının da temellerini öğreniyorlar, diğerleri de aynı şekilde temel anatomi, fizyoloji, patoloji ve diğer modern temel bilimlerin eğitimini alıyorlar. Bazı hastanelerde her iki tıp kültüründeki doktorlar birlikte çalışmaktadırlar. Cerrah ameliyatı yaparsa, akupunkturist de ameliyat sonrası idrar birikimini ve zatüreyi engellemeye çalışır (18).

### Elin Tedavideki Yerinin Metafizik Boyutu

Sadece doktorların değil din adamlarının eli de kutsal sayılır, dokunmaları ile şifa ümit edilirdi. Eski Yunan'da da hastalar uyku sırasında tanrının elini temsil ettiği düşünülen din adamının elinin teması ile tedavi edilmeye çalışılırdı (17).

Hıristiyanlıkta da dokunma fazlasıyla önemlidir. İsa'nın iyileştirme gücü temel alınarak, azizlerin elini hastaya uzatması veya hastanın onların



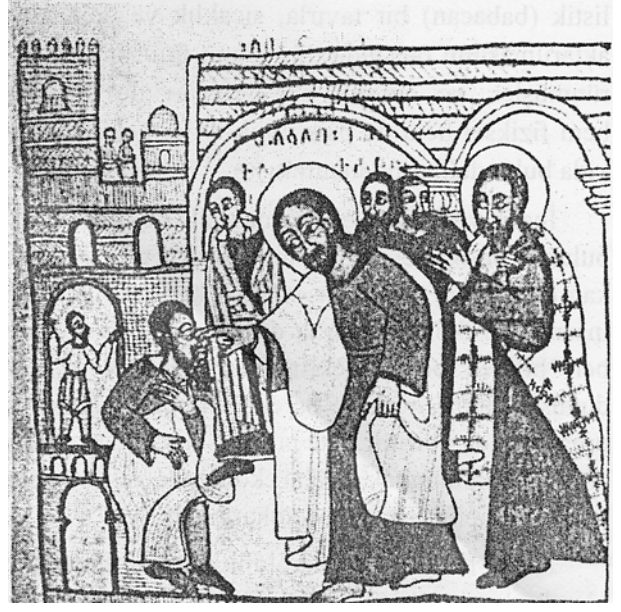
elbiselerine dokunması ile şifa ümit edilirdi (10). (Şekil 4) (Şekil 5).

İslam dininde ellerin ağrıyan yere konularak duayla Allah'tan şifa beklemek, ayrıca yine bir elin ağrıyan yer üzerine konması diğerinin ise toprağa temasıyla birlikte dua edilmesi Hz. Muhammed'in tavsiyelerindedir(19).

İlkel çağlarda inanılan ve bugün de hala bazı yerlerde varlığını sürdüren hastalıkların tedavisine



Şekil 4. Fildişi heykelle (6.yy) kör bir insanın mucizeyle yeniden görme gücünü kazanması.



Şekil 5. Etiyopya'da 14.yy. minyatüründe körlükten muzdarip kişiyi İsa tedavi ederken.

ilişkin bir başka inanç da hastalığın bir kişiden bir başka kişiye, hayvana veya bitkiye aktarılabilceği inancıdır. Daha yakın zamanlara kadar 'ölünün eli'nin bir hastaya dokundurulması, ölünün bu hastalığı alıp başka alemlere götürmesi sayesinde bir tedavi olarak düşünölmekteydi. Hatta ölüme mahkum edilmiş kişilerin eline dokundurduğu için cellatlara büyük paralar verilmiştir (3).

### Sonuç

Tedavilerde el teması neden bu kadar önemlidir? Psikolojik etkisi açısından incelendiğinde; sosyal ilişkilerde bir iletişim aracı olan el, güven esasına dayanan hasta-hekim diyalogunda da ön plana çıkmaktadır. Sözsüz iletişim yollarından birisi olan bedensel teması insanlar farklı şekillerde kullanarak karşısındakine çeşitli mesajlar vermeye çalışırlar (20). Muayenesini bitiren hekimin hastasının omzuna veya sırtına güven verici bir dokunuşta bulunması onu sadece bir teknisyen olmaktan çıkarıp bir 'tedavi edici' konumuna yükseltmektedir. Beden dili sayesinde bir tokalaşma anında dahi sevgiden öfkeye birçok duygu dizileri dile getirilebilmektedir. Birçok toplumda doktorlar, paterna-

listik (babacan) bir tavırla, sıcaklık ve dostluğun aktarılmasının ötesinde din adamı örtüsüne de bürünmüşler, ve onların dokunmaları ile kişilerin hem fiziksel hem de psikolojik iyileşmelerine katkıda bulduklarına inanılmıştır

İnsan vücuduna elle temas cilt ve cilt altında bulunan basınç reseptörlerini uyardığı gibi, oradaki kan dolaşımını değiştirir. Ayrıca bedensel temasın insanları psikolojik olarak da rahatlatması eskiden beri bilinen bir gerçektir. İnsanların elleri hem duyuşsal olarak hem de hareket olarak en gelişmiş organlarından biridir. İşte bu gelişmiş organı tedavi amacıyla kullanmak, hızlı, ekonomik ve güvenilir tedavi yöntemlerini ortaya çıkarmıştır (4).

Hasta fiziksel ve psikolojik yanıyla bir bütün olarak ele alınmalı ve hastalığının durumuna göre manuel tedavi seçenekleri de göz ardı edilmemelidir. Önyargılar bir tarafa bırakılarak gerçekten faydası olan bu tür uygulamalar hastayı uzun, zahmetli ve külfetli bir tedaviden de kurtarabilmektedir, ehil ellerde uygulanmış olması şartıyla.

Şu bir gerçektir ki hekimler zamanımızda iyileştirme sanatının elle olan kısmını terk etmeye başlamışlardır. Bugün artık elin tedavide kullanılışı Tıp Fakülteleri müfredatında da ihmal edilen bir konudur. Yurtdışında osteopati, şiropraktik ve masaj gibi birçok manuel terapilerin okullarının bulunmasına rağmen ülkemizde bu uygulamalarla ilgili olan bir tek Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon okulları mevcuttur. Ortodoks tıpta bu uygulamalara yeterince yer verilmediği için de hastalar çareyi yasal statüsü olmayan yer ve kişilerde aramaktadır; ki bu da hasta için birçok risk oluşturmaktadır.

#### KAYNAKLAR

1. Akarırnak Ü, Sarı H. Lomber Disk Hernileri, Roche, İstanbul, 2001.
2. Beyazova M. ve Gökçe-Kutsal Y. Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon, Güneş, Ankara, 2000.

3. Guthrie D. A History of Medicine, Thomas Nelson and Sons Ltd., London, 1985.
4. Sarı H, Tüzün Ş, Akgün K. Hareket Sistemi hastalıklarında Fiziksel Tıp Yöntemleri, Nobel, 2002.
5. Kaptchuk T, Croucher M. The Healing Arts, BBC, London, 1986.
6. Stanway A. Alternatif Tıp El Kitabı. In: Aker A, Kut A, Okçu A, eds. İnsan, İstanbul, 1990.
7. Abrams B.M., Benzon H.T., Hahn M.B., Heavner J.E., Niv D. ve Parris W. Practical Management of Pain, Mosby, Missouri, 1986.
8. Delisa J.A., Gans B.M. Rehabilitation Medicine Principles and Practice, Lippincott-Raven Publishers, Philadelphia, 1998.
9. Hunt T. The Medieval Surgery, The Boydell Press, Woodbridge, 1992.
10. Lyons A, Petrucelli J. Çağlar boyu Tıp, (Çev. Güdücü, N.), Roche, İstanbul, 1997.
11. Braddom R, Buschbacher ve Dumitru D. Physical Medicine & Rehabilitation, Saunders Company, Philadelphia, 2000.
12. Tuna N. Masaj, Nobel Tıp, İstanbul, 1986.
13. Conrad, Neve, Nutton, Porter ve Wear A. The Western Medical Tradition 800 BC to AD 1800, Cambridge, 1995.
14. Porter R. The Greatest Benefit to Mankind, Harper Collins Publishers, London, 1997.
15. Atabek EM, Görkey Ş. Başlangıcından Rönesansa Kadar Tıp Tarihi, Cerrahpaşa, İstanbul, 1998.
16. Rhodes P. An Outline History of Medicine, Butterworths, London, 1985.
17. Efeoğlu A., Demirhan-Erdemir A. ve Öncel Ö. Başlangıçtan Günümüze Diş Hekimliği, Nobel, 2001.
18. Mann F. Acupuncture, William Heinemann Medical Books LTD, London, 1971.
19. Haylamaz R. İslam hukukuna göre Organ ve Doku Nakli, Işık, İzmir, 1993.
20. Dökmen Ü. İletişim Çatışmaları ve Empati, Sistem, İstanbul, 1994.

**Geliş Tarihi:** 15.10.2002

**Yazışma Adresi:** Fzt.Zehra EDİSAN

Harran Üniversitesi Tıp Fakültesi  
Deontoloji ve Tıp Tarihi AD,  
Dekanlık Binası, 63200 ŞANLIURFA  
zedisan@hotmail.com