

Hekimlerin Hipnoterapi Hakkındaki Bazı Düşüncelerinin Değerlendirilmesi

Evaluation of Some Ideas of Doctors About Hypnotherapy

^{id} Güner KURT^a, ^{id} Elif Serap ESEN^a, ^{id} Güzin ZEREN ÖZTÜRK^a

^aSağlık Bilimleri Üniversitesi Şişli Hamidiye Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği Kliniği, İstanbul, TÜRKİYE

ÖZET Amaç: Ülkemizde yapılan düzenlemelerle geleneksel ve tamamlayıcı tıp (GETAT) yöntemlerinin kullanımı oldukça popülerleşmiş ve birçok hastanede, GETAT merkezi kurulmuştur. Hipnoterapi; GETAT yöntemlerinden biridir. Bu çalışma, hekimlerin hipnoterapi hakkında bazı düşüncelerini değerlendirmek için yapılmıştır. **Gereç ve Yöntemler:** Bu araştırma, Şişli Hamidiye Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesinde, 1 Mayıs 2019-30 Haziran 2019 tarihleri arasında Çalışan Sağlık Polikliniğinde yapıldı. Katılımcılara, araştırmacılar tarafından geliştirilen, sosyodemografik özelliklerini ve hipnoterapiyle ilgili görüşlerini sorgulayan anket formu uygulandı. Çalışma, Helsinki Bildirgesi Prensipleri'ne uygun olarak yapılmıştır. İstatistiksel analiz için SPSS 19.0 programı kullanıldı. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edildi. **Bulgular:** Çalışmaya katılan 230 doktorun 104 (%45,2)'ü kadındı. Mesleki unvanlarına göre 118 (%51,3)'i asistan, 90 (%39,1)'i uzman ve 22 (%9,6)'si pratisyen hekim idi. Hekimlerin 94 (%40,9)'ü, hipnoterapi ile ilgili bilgi sahibiydi. Yaş ve meslek yılı arttıkça, bilgi sahibi olma durumu azalmaktaydı ($p < 0,05$). Katılımcıların 184 (%80)'ü, hipnoterapinin sigara bırakma tedavisinde etkili olduğunu, 100 (%43,5)'ü tedaviye yardımcı bir yöntem olduğunu ve 44 (%19,1)'i sonuçlarından korktuğu için kendi üzerine hipnoterapi uygulanmasına izin vermediklerini belirtti. Cinsiyet ile uygulamaya izin verme arasında anlamlı bir ilişki saptandı ($p = 0,017$). Kadınlar, hipnoterapi uygulanmasına daha olumlu bakıyorlardı. Hekimlerin branş, unvan ve meslekteki çalışma süresinin, hipnoterapi uygulamasına izin vermeye etkisi olmadığı görüldü ($p \geq 0,05$). **Sonuç:** Hekimlerin yarısından az bir kısmı, hipnoterapi hakkında bilgi sahibi olduğunu ifade etmiş ancak yarısından fazlası, kendisine uygulanmasına izin verebileceğini ifade etmiştir. Hekimlere, hipnoterapi hakkında hizmet içi ve dışı seminer ve eğitimler düzenlenerek, konu hakkında bilgi düzeyi artırılabilir. Bu sayede hekimlerin, hipnoterapiyi kullanma/uygulama alanları genişletilebilir.

ABSTRACT Objective: With the arrangements made in our country, the use of traditional and complementary medicine methods has become very popular and traditional and complementary medicine centers have been established in many hospitals. Hypnotherapy; It is one of the traditional and complementary medicine methods. This study was conducted to evaluate some ideas of doctors about hypnotherapy. **Material and Methods:** This research was made in the Employee Health Clinic of University of Health Sciences Şişli Hamidiye Etfal Training and Research Hospital on the dates between 1 May 2019-30 June 2019. Volunteers filled the questionnaires an information form developed by researchers who questioned the sociodemographic characteristics and their opinion about hypnosis were investigated. The study was conducted in accordance with the Helsinki Declaration Principles. The data was analyzed by using SPSS 19.0 software programme. Level of significance was taken as $p < 0.05$. **Results:** Of the 230 physicians, 104 (45.2%) were women. According to their professional titles; 118 (51.3%) was resident physicians and 90 (39.1%) was specialists and 22 (9.6%) was general practitioners. 94 doctors (40.9%) were knowledgeable about hypnotherapy. As age and professional years increased, having knowledge about this topic was decreasing ($p < 0.05$). 184 participants (80%) stated that hypnotherapy is effective in smoking cessation treatment, 100 participants (43.5%) stated that it was an aid to the treatment and 44 participants (19.1%) stated that they do not allow hypnotherapy on themselves because they are afraid of the results. There was a significant relationship between gender and application allowance ($p = 0.017$). Women were more positive about hypnotherapy practice. It was seen that physicians' branch, title and professional working time had no effect on allowing hypnotherapy practice ($p \geq 0.05$). **Conclusion:** Less than half of the doctors stated that they knew about hypnotherapy, but more than half stated that they could allow hypnotherapy to be applied for them. Their awareness can be increased by organizing in-service and out-of-service seminars and trainings about hypnotherapy. In this way, physicians awareness of using/applying hypnotherapy can be provided.

Anahtar Kelimeler: Tamamlayıcı tedaviler; hipnoterapi; hekimler

Keywords: Complementary therapies; hypnotherapy; physicians

Hipnoz, “öneriye yanıt için artırılmış bir kapasite ile karakterize, odaklanmış dikkati ve azaltılmış çevresel bir farkındalığı içeren bilinç hâli” olarak tanımlanmaktadır.¹ Hipnoterapi; tıbbi veya psikolojik bozukluklarda, tedavi amaçlı olarak hipnozun kullanılması durumudur.¹⁻³

lanmaktadır.¹ Hipnoterapi; tıbbi veya psikolojik bozukluklarda, tedavi amaçlı olarak hipnozun kullanılması durumudur.¹⁻³

Correspondence: Güner KURT

Sağlık Bilimleri Üniversitesi Şişli Hamidiye Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Aile Hekimliği Kliniği, İstanbul, TÜRKİYE/TURKEY

E-mail: gunerdede@gmail.com



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

Received: 13 Mar 2020 **Received in revised form:** 06 Jul 2020 **Accepted:** 08 Jul 2020 **Available online:** 11 Dec 2020

2630-6425 / Copyright © 2020 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/>).

Modern tıbbın pek çok alanında başarıyla kullanılan hipnoterapi uygulamalarının tarihi, oldukça eskilere dayanmaktadır. Modern hipnoterapi uygulamalarının temelini Mesmer ile atıldığı düşünülmekte olup, hipnoterapinin tedavide kullanımını, çok eski zamanlara uzanmakta ve geniş bir coğrafyaya yayılmaktadır. Hipnoterapi ya da benzeri değiştirilmiş bilinç hâlleri, Antik Yunan, Anadolu, Mısır, Hindistan, Çin, Afrika ve Pre-Colombian Amerika gibi pek çok farklı coğrafyada görülmüştür.⁴

İngiliz Tabipler Birliği tarafından 1955 yılında düzenlenen “Hipnotizmanın Tıbbi Kullanımı” adlı raporda, hipnoterapinin tıp ve bilim alanında ve klinik uygulamalarda kullanımının resmî olarak kabulüne dair yapılan hipnoterapi tanımı, hipnoterapi tarihinde önemli dönüm noktalarından biri olmuştur.^{5,6}

Takip eden süreçte, 1958 yılında Amerikan Tabipler Birliği, hipnoterapiyi tıbbi tedavilere dâhil etmiştir. Amerikan Psikoloji Birliği-Hipnoterapi Bölümü ise hipnoterapi tanımını yıllar içerisinde geliştirmiş olup, en son 2014 yılında yaptığı yenileme ile tıbbi ve bilimsel alanlarda ve klinik uygulamalarda kullanımına ilişkin tanımlara yer verilmiştir.^{7,8}

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), 2002 yılında ilk “Dünya Sağlık Örgütü Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Stratejisi: 2002-2005 (World Health, O., WHO traditional medicine strategy 2002-2005/World Health Organzaton 2002, Geneva: World Health Organzaton)” kitapçığını yayımlamıştır. Türkiye’nin, DSÖ Avrupa bölgesi üye devletler arasında anıldığı bu stratejide, “geleneksel tıp” ile “tamamlayıcı ve alternatif tıp” tedavilerinin tüm dünyadaki artan önemine değinilmiştir.⁹

Türkiye’de, 28903 sayılı Resmî Gazete’de 4 Şubat 2014 tarihinde yayımlanan yönetmelik kapsamında Hipnoterapi Uygulaması Sağlık Alanı Sertifikalı Eğitim Standartları belirlenmiş ve yürürlüğe girmiştir. Sonrasında da 27 Ekim 2014 tarihinde, Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği yürürlüğe girmiştir.^{10,11}

Bu gelişmeler doğrultusunda, ülkemizde yapılan düzenlemelerle geleneksel ve tamamlayıcı tıp (GETAT) yöntemlerinin kullanımı gündeme gelmiş-

tir. Birçok hastanede, GETAT merkezleri kurulmuş olup, hizmet vermektedir. Hipnoterapi; GETAT yöntemlerinden biridir. Uygulayıcısı tarafından çeşitli induksiyon yöntemleriyle telkin verilerek ruhsal, fiziksel ve sosyal iyileşmeyi hedefleyen bir tedavi protokolüdür. Çalışma, hekimlerin hipnoterapi hakkındaki bazı düşüncelerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMANIN TİPİ VE AMACI

Çalışma, hekimlerin hipnoterapi hakkındaki bazı düşüncelerini değerlendirmek amacıyla yapılmış tanımlayıcı bir çalışmadır.

ARAŞTIRMANIN EVRENİ VE ÖRNEKLEMİ

Bu çalışmaya, 1 Mayıs 2019-30 Haziran 2019 tarihleri arasında hastanemizde çalışan 846 hekimden, Aile Hekimliği Kliniğine bağlı Kurum Hekimliği Polikliniğine (Çalışan Sağlığı Polikliniği) herhangi bir nedenle başvuran 260 hekimden; çalışmaya katılmayı kabul eden 230 hekim dâhil edildi. Çalışmaya, katılmayı kabul eden tüm branş hekimleri dâhil edilmiş olup; katılmayı kabul etmeyen hekimler (n=30) çalışma dışı bırakılmıştır.

Bu araştırma, Şişli Hamidiye Etfal Eğitim ve Araştırma Hastanesinin 14 Mayıs 2019 tarih ve 2395 sayılı etik kurul onayı ile Helsinki Bildirgesi Prensipleri’ne uygun olarak yapıldı.

VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Çalışmaya katılmayı kabul eden hekimlere yaş, cinsiyet, medeni durum, unvan, çalıştıkları bölüm, meslekte kaçınıcı yılda çalıştıkları, hipnoterapi ile ilgili bilgileri olup olmadığı, hipnoterapi hakkında bilgileri var ise nereden öğrendikleri, hipnoterapiye bakış açıları, hipnoterapi uygulamalarının kullanım yeri, hipnoterapinin tedavi amacıyla kullanım alanları, hipnoterapiyi hastalarında tedavi seçeneği olarak kullanıp kullanmayacakları, hipnoterapinin kendi üzerlerinde kullanılmasına izin verip veremeyecekleri, eğer kendi üzerlerinde uygulanmasına izin vermiyorlarsa nedenini sorgulayan, araştırmacılar tarafından geliştirilen veri toplama formu kullanılmıştır.

ARAŞTIRMANIN UYGULANMASI

Çalışmaya katılan hekimlerin onamı alındıktan sonra kullanılan veri toplama formu, araştırmacı hekim tarafından yüz yüze sorgulama metodu ile uygulanmıştır.

VERİLERİN ANALİZİ

İstatistiksel analizler için SPSS versiyon 20.0 paket program kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler; kategorik değişkenler için sayı ve yüzde, sayısal değişkenler için ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum olarak değerlendirilmiştir. Normal dağılım koşulu sağlanamadığından, sayısal değişkenlerin bağımsız 2 gruptaki karşılaştırmaları “Mann-Whitney U testi” ile bağımsız 2’den çok grup karşılaştırmaları ise “Kruskal-Wallis testi” ile yapıldı. Kategorik değişkenlerin gruplar arasındaki oranları, “ki-kare analizi” ile test edildi. Koşulların sağlanmadığı durumlarda, “Monte Carlo Simülasyonu” uygulandı. Çalışmadaki analizlerde, anlamlılık değeri olarak $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

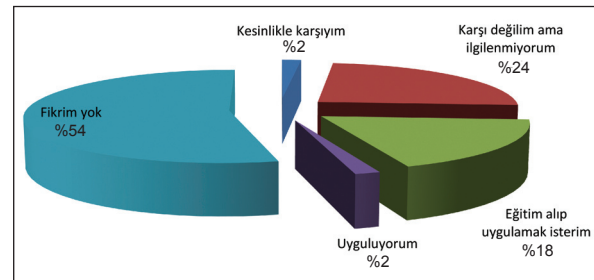
BULGULAR

Çalışmaya, 230 hekim dâhil edildi. Yaş ortalamaları $33,23\pm 8,56$ (min=24, maks=60) yıl idi. Cinsiyet dağılımlarına bakıldığında 104 (%45,2)’ü kadın, 126 (%54,8)’sı ise erkek idi. Medeni durumları ise 134 (%58,3)’ü bekâr, 82 (%35,7)’si evli ve 14 (%6,1)’ü boşanmıştı. Katılımcıların unvanlarına bakıldığında, 22 (%9,6)’si pratisyen hekim, 118 (%51,3)’i asistan hekim ve 90 (%39,1)’i uzman hekimdi. Meslekteki aktif çalışma yılları ortalama $8,22\pm 7,93$ (min=1, maks=35) yıl idi. Hekimlerin görev aldıkları yerler; 114 (%49,6)’ü dahili servis (çocuk sağlığı ve hastalıkları, iç hastalıkları, aile hekimliği, ruh sağlığı ve hastalıkları, göğüs hastalıkları, dermatoloji), 70 (%30,4)’i cerrahi servis (kadın hastalıkları ve doğum, beyin ve sinir cerrahisi, genel cerrahi, göz hastalıkları, ortopedi ve travmatoloji, plastik rekonstrüktif ve estetik cerrahi, üroloji), 46 (%20)’sı ise diğer branş (anestezi, yoğun bakım, acil) idi.

Katılımcılardan, “Hipnoterapi hakkında bilginiz var mı?” sorusuna 94 (%40,9)’ü evet, 136 (%59,1)’sı hayır olarak yanıt verdi. Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ve hipnoterapiyle ilgili bilgi du-

TABLO 1: Katılımcıların hipnoterapi bilgi durumuna göre sosyodemografik özelliklerinin karşılaştırılması.

	Hipnoterapi bilgi durumu		p
	Bilgim var n=94 Ort±SS	Bilgim yok n=136 Ort±SS	
Yaş (yıl)	33,23±7,91	33,22±9	0,000
Meslek yılı	8,34±7,07	8,13±8,49	0,011
	n (%)	n (%)	
Branş			
Dahili	50 (53,2)	64 (47,1)	0,406
Cerrahi	26 (27,7)	44 (32,4)	
Anestezi	14 (14,9)	16 (11,8)	
Yoğun bakım, acil	4 (4,3)	12 (8,8)	
Cinsiyet			
Kadın	46 (48,9)	58 (42,6)	0,210
Erkek	48(51,1)	78 (57,4)	
Medeni durum			
Evli	40 (42,6)	42 (30,9)	0,069
Bekâr	54 (57,4)	94 (69,1)	
Unvan			
Pratisyen	8 (8,5)	14 (10,3)	0,357
Asistan	44 (46,8)	74 (54,4)	
Uzman	42 (44,7)	48 (35,3)	



ŞEKİL 1: Katılımcıların hipnoterapiye bakış açıları.

rumları **Tablo 1**’de görülmektedir. Yaş ve meslek yılı arttıkça, hipnoterapi ile ilgili bilgi sahibi olma durumu azalmaktaydı ($p<0,05$).

Hekimlerin “hipnoterapiye bakış açısı” sorgulandığında; 4 (%1,7)’ü kesinlikle karşıyım, 56 (%24,3)’sı karşı değilim ama ilgilenmiyorum, 42 (%18,3)’si eğitim alıp uygulamak isterim, 4 (%1,7)’ü uyguluyorum, 124 (%53,9)’ü ise fikrim yok yanıtı verdi (**Şekil 1**). Hekimlerin, çalıştığı kliniklere göre hipnoterapiye bakış açısında istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmadı ($p=0,153$). Katılımcıların, hip-

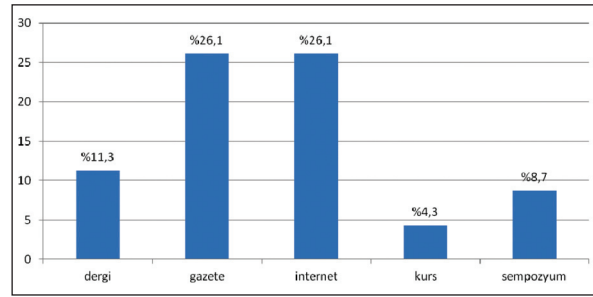
noterapi tekniği ilgili bilgi sahibi olma durumu, katılımcıların hipnoterapiye bakış açısını etkilemektedir ($p=0,00$).

Hekimlere, “Hipnoterapi tedavisinin, uygulamadaki kullanım yeri nedir?” sorusu sorulduğunda; 28 (%12,2)’i sağlıklı yaşama katkı sağlar, 8 (%3,5)’i tedavi edicidir, 100 (%43,5)’ü tedaviye yardımcıdır, 78 (%33,9)’i bu nedenlerin hepsi, 16 (%7,0)’sı ise hiçbirisi yanıtını verdi.

Hipnoterapi ile ilgili bilgisi olan katılımcılara, hipnoterapi ile ilgili bilgi edinme yolları sorulmuş ve katılımcılara birden fazla bilgi kaynağı seçme hakkı verilmiştir; 26 (%11,3)’sı dergi, 60 (%26,1)’i gazete, 60 (%26,1)’i internet, 10 (%4,3)’ü kurs, 20 (%8,7)’si ise sempozyum yoluyla yanıtını verdi (Şekil 2).

Hekimlere, bilgi düzeyinden bağımsız olarak hipnoterapinin tedavi amacıyla kullanılabileceğini düşündükleri ve duydukları alanlar sorgulandığında (katılımcılar birden fazla şık işaretleyebilmiştir); 184 (%80,0)’ü sigara bırakma, 166 (%72,2)’sı ağrının farmakolojik olmayan tedavisi, 76 (%33,0)’sı kanser, 98 (%42,6)’i genel anesteziye sedasyon amaçlı, 74 (%33,2)’ü dispepsi semptomları, 106 (%46,1)’sı enürezis noktürna, 134 (%58,3)’ü fibromiyalji, 100 (%43,5)’ü migren, 170 (%73)’i konversiyon bozuklukları, 124 (%53,9)’ü kişilik bozuklukları, 170 (%73,9)’i uyku bozuklukları, 132 (%57,4)’i ise beslenme bozukluklarının tedavisinde kullanılabilceğini düşündüklerini belirttiler.

Hekimlere, hipnoterapinin kendi üzerlerinde uygulanmasına izin verip vermediği sorgulandığında; 126 kişi kendi üzerinde uygulanmasına izin vereceğini ifade etmiştir. Cinsiyet ile uygulamaya izin verme arasında anlamlı ilişki saptandı ($p=0,017$). Kadın hekimler, hipnoterapi uygulanmasına daha olumlu bakıyorlardı. Hekimlerin branş, unvan ve meslekteki çalışma süresinin hipnoterapi uygulamasına izin vermeye etkisi olmadığı görüldü ($p\geq 0,05$). Hekimlerin branş ile hipnoterapinin kendi üzerinde uygulanmasına izin vermeleri arasında anlamlı ilişki mevcuttu ($p=0,013$). Dahili serviste çalışan hekimler, cerrahi serviste çalışan hekimlere göre hipnoterapinin kendi üzerinde uygulanmasına daha sıcak bakıyordu (Tablo 2).



ŞEKİL 2: Katılımcıların hipnoterapiyle ilgili bilgi edinme yolları.

TABLO 2: Katılımcıların kendilerine hipnoterapi uygulanmasına izin verme durumuna göre sosyodemografik ve mesleki özelliklerin karşılaştırılması.

	Kendine hipnoterapi uygulanmasını		p
	Kabul eden n=126 Ort±SS	Kabul etmeyen n=104 Ort±SS	
Yaş (yıl)	32,11±6,88	34,57±10,09	0,029
Meslek yılı	7,28±6,69	9,34±9,11	0,050
	n (%)	n (%)	
Branş			
Dahili	74 (58,7)	40 (38,5)	0,013
Cerrahi	30 (23,8)	40 (38,5)	
Anestezi	16 (12,7)	14 (13,5)	
Yoğun bakım, acil	6 (4,8)	10 (9,6)	
Cinsiyet			
Kadın	66 (52,4)	38 (36,5)	0,011
Erkek	60 (47,6)	66 (63,5)	
Medeni durum			
Evlü	72 (57,1)	62 (59,6)	0,514
Bekâr	48 (38,1)	34 (32,7)	
Unvan			
Pratisyen	12 (9,5)	10 (9,6)	0,120
Asistan	72 (57,1)	46 (44,2)	
Uzman	42 (33,3)	48 (46,2)	

Hipnoterapiyle ilgili bilgisi olan hekimlerin 60 (%63,8)’i, hipnoterapinin kendilerine uygulanmasına olumlu baktığını belirtti. Hekimlerin, hipnoterapi tekniği hakkında bilgi sahibi olma ve hipnoterapi tedavisinin kendi üzerine uygulanmasına izin vermesi arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki vardı ($p=0,022$).

Kendi üzerinde hipnoterapi uygulanmasına izin vermeyen hekimlere nedeni sorgulandığında; 44 (%42,3)’ü sonuçlarından korktuğunu, 32 (%30,8)’si etkili olduğunu düşünmediğini, 32 (%30,8)’si yeterli

bilimsel kanıt olmadığını düşündüğünü, 18 (%17,3)'i ise bu nedenlerin hepsinden dolayı hipnoterapinin kendi üzerinde uygulanmasına müsaade etmediğini belirtti.

TARTIŞMA

GETAT yöntemleri hakkındaki bilgi düzeyini ölçen literatürde, birçok çalışma bulunmaktadır. Sağlık çalışanları ile yapılan bir araştırmaya göre GETAT uygulamalarından en az birini bilme %24 olarak bildirilmiştir.¹² Çoğu çalışmada en çok bilinen yöntem, bitkisel ve diyet tedavileridir.^{13,14} Çalışmamızda, hipnoterapiyi bilme oranı %40,9 olup, bu oranın diğer çalışmalara göre yüksek olmasının nedeni, çalışmamızın hekimlerden oluşan bir grupta yapılmasından ve bir de GETAT yöntemlerinden özellikle hipnoterapinin sorgulanmasından kaynaklanabilir.

Ülkemizde, tamamlayıcı ve geleneksel tedavilerinin, halk tarafından yaygın olarak kullanılmasına rağmen sağlık personelinin bu konuda yeterli bilgi düzeyine sahip olmadıkları başka çalışmalarda da bulunmuştur. Set ve ark. (2012) tarafından yapılan bir çalışmada, aile hekimleri ve yardımcı sağlık çalışanlarının tamamlayıcı tedavilere yaklaşımı değerlendirilmiştir. Bu çalışmada, sağlık çalışanlarının en az bir tamamlayıcı tedavi bilip bilmedikleri sorgulanmış ve çalışmaya katılan sağlık personelinin çoğunluğu (%77,5) herhangi bir yöntem bilmediğini belirtmiştir.¹⁵ Ayrıca genç olup, meslek yılı düştükçe, hipnoterapi hakkında bilgi durumunun arttığı tespit edilmiştir. Genç hekimlerin, sosyal medya ve interneti daha fazla kullanmaları sonucu GETAT haberleriyle daha çok karşılaşmaları olabilir.

Çalışmamızda, hipnoterapiye bakış açıları sorgulandığında grubun büyük çoğunluğu fikrinin olmadığını ifade etmiştir. Yapılan çeşitli araştırmalarda, tamamlayıcı tedavilere ilk seçenek olarak katılımcıların başvurma oranı %34-77 arasında bildirilmiştir.^{16,17} Hekimlerin, hipnoterapi gibi GETAT yöntemleri konusunda yeterli bilgi düzeyine sahip olmamaları, hastaların beklentilerinin karşılanmamasına sebep olurken; bu işlemlerin, hiçbir tıbbi bilgisi olmayan kişiler tarafından uygulanması ise yanlış uygulamalara ve ciddi zararlı etkilere yol açmaktadır.¹⁸

Özçakır ve ark.nın (2007) yapmış olduğu bir araştırma, pratisyen hekimlerin %97'sinin GETAT

konusunda herhangi bir eğitim almadıklarını ve %74'ünün bu konuda eğitim almaya istekli olduklarını göstermiştir.¹⁹ Benzer olarak Lamarine ve ark. tarafından (2003) Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir araştırmada da öğrencilerin %94'ünün, GETAT eğitimi almadığı tespit edilmiştir.²⁰ Başka bir çalışmada ise öğrencilerin, GETAT yöntemlerinin, bazı hastalıkların tedavisinde faydalı olduğunu düşündüğü ortaya koyulmuştur.²¹ Ülkemizde, tıp eğitimi veren fakültelerde modern ve kanıta dayalı tıp eğitimi müfredat programlarında, tamamlayıcı tedaviler konusunda bir eğitim yoktur. Ancak tıp fakültesi öğrencilik sürecinden başlanarak; hekimlik mesleğine atıldıklarında bu tür uygulama örnekleri ile sıklıkla karşılaşacak olmaları nedeni ile GETAT ile ilgili genel bir eğitimin müfredata eklenmesi uygun olabilir. Nitekim yurt dışında yapılan bir çalışmada, tıp öğrencilerin en fazla bitkilerle tedavi ve hipnoterapi konusunda eğitim almak istedikleri tespit edilmiştir.'bu cümlelerin silinerek yerine 'Ülkemizde yapılan bir araştırmada öğrencilerin en fazla bitkilerle tedavi ve hipnoz konusunda eğitim almak istedikleri tespit edilmiştir.'²²

Covino ve ark. (2001) tarafından yapılan bir çalışmada, hipnoterapinin sigara bırakmada %50 etkili olduğu gözlemlenmiştir.²³ Çalışmamızda, katılımcılara "Tedavi amacıyla hipnoterapinin sizce en çok kullanıldığı hastalık nedir?" diye sordüğümüzda, katılımcıların 184 (%80,0)'ü "sigara bırakma tedavisinde" demiştir. Bu durumun nedeni olarak, sigara bırakmak için insanların farklı yöntem arayışlarına girmesine ve bu yöntemlerden biri olarak da tamamlayıcı tıp yöntemlerinden hipnoz kullanımının, ülkemizde oldukça yaygınlaşmasına bağlı olabilir. Jensen ve ark. tarafından yapılan bir çalışmada, hipnoterapinin akut/kronik ağrısı olan hastaların çoğunda pozitif bir etkiye sahip olduğu gözlenmiştir.²⁴ Çalışmamızda da sigara bırakma tedavisinden sonra ağrı tedavisinde hipnoterapinin kullanılacağı belirtilmiştir [166 (%72,2)]. Bu durum, ağrının tıbbi yardım isteme açısından en önemli sebeplerden biri olmasına bağlanabilir.²⁵

Ülkemizde yapılan bir araştırmada, tıp fakültesi öğrencilerinin GETAT yöntemlerini öğrendikleri kaynaklar içinde 1. sırada gazeteler ve TV programları yer almaktadır.²⁶ Hipnoterapi konusunda bilgi kay-

nağı olarak bu çalışmada, katılımcılar en çok internet ve gazeteyi kullanmaktayken; en az kurs ve sempozyumları kullanmaktaydı. GETAT ile ilgili kurslar ve sempozyumların artırılması, ücretsiz ve internet üzerinden bilgilendirme ve kursların planlanması gerekmektedir. Bu sayede hekimler, GETAT yöntemleri hakkında daha doğru bilgi sahibi olabilecek ve hastalarını daha uygun yöntemlere yönlendirebilecektir.

Molina-Peral ve ark. (2020) tarafından Portekizli öğrencilerin hipnoterapiyle ilgili tutumlarının çalışıldığı bir araştırmada, öğrencilerin sahip olduğu hipnoterapi ile ilgili bilgi düzeyinin, hipnoterapi ile ilgili tutum ve davranışlarına olumlu etkisinin olduğu gösterilmiştir.²⁷ Çalışmamızda, hipnoterapi hakkında bilgisi olan bireylerin kendi üzerlerinde hipnoterapi uygulanmasına daha olumlu baktığı gözlenmiştir. Aynı çalışmada, hipnoterapi hakkında önceden bilgi sahibi olmayan katılımcıların ya da bilgilerini bilimsel olmayan kaynaklardan edinen katılımcıların, negatif faktörlerde (korku, hafıza, büyü ve marjinal) önemli ölçüde daha yüksek puan aldıkları gözlenmiş ve bu katılımcılar, hipnoterapi ile ilgili daha fazla olumsuz duygu durumu bildirmişlerdir.²⁷ Çalışmamızda ise hipnoterapiyi bilmekle kendilerine hipnoterapi uygulama arasında anlamlı bir ilişki çıkmaya da en sık uygulamama nedeni sonuçlarından “korkma” olarak yanıtlanmıştı.

Çalışmamızda, cinsiyet açısından kadın hekimlerin, hipnoterapinin kendi üzerlerine uygulanmasına daha olumlu baktığını tespit ettik. Bu durum, son zamanlarda hipnoterapinin doğum ve menopoz semptomlarının önlenmesinde kullanımına ve olumlu etkilerinin gözlenmesiyle kadın popülasyonunda kullanımının yaygınlaşmasına bağlı olabilir.^{28,29} Kadın hekimler, bu yöntemleri kendi üzerlerinde denemiş veya başka kadınlarda olumlu etkilerini gözlemlemiş ve bu nedenle hipnoterapi uygulamalarına daha olumlu bakıyor olabilirler.

Taştan ve ark. (2015) tarafından Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesinde çalışan hekimlerin hipnoterapiyle ilgili eğitim durumları ve bilgi edinme kaynaklarını amaçlayan çalışmada, hekimlerin %35'i

tedaviye yardımcı, %36'sı ise tedavinin her basamağında kullanılabilirliğini ifade etmiştir.³⁰ Çalışmamızdaki oranlar, bu çalışmaya benzer şekilde çıkmıştır.

SONUÇ

Hekimlerin yarısından az bir kısmı hipnoterapi hakkında bilgi sahibi olduğunu ifade etmiş, ancak yarısından fazlası kendisine uygulanmasına izin verebileceğini ifade etmiştir. Bu durum, hekimlerin pozitif bakış açılarının bir göstergesidir. Hipnoterapi konusunda bilgi kaynağı olarak en çok internet ve gazeteyi kullanmaları, bu alanda eğitim ve bilgilendirmenin az olduğunu göstermektedir. Bu nedenle tıp eğitiminden başlayarak, bu konu hakkında eğitimler olması kanaatindeyiz.

KISITLILIK

Çalışmaya, tek bir merkezden hekimin katılması kısıtlılığı olup, topluma genellenemez.

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: Güner Kurt, Elif Serap Esen, Güzin Zeren Öztürk; **Tasarım:** Güner Kurt, Elif Serap Esen, Güzin Zeren Öztürk; **Denetleme/Danışmanlık:** Elif Serap Esen, Güzin Zeren Öztürk; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Güner Kurt; **Analiz ve/veya Yorum:** Güner Kurt, Güzin Zeren Öztürk; **Kaynak Taraması:** Elif Serap Esen, Güzin Zeren Öztürk; **Makalenin Yazımı:** Güner Kurt, Elif Serap Esen, Güzin Zeren Öztürk; **Eleştirel İnceleme:** Elif Serap Esen, Güzin Zeren Öztürk.

KAYNAKLAR

1. Erşan EE. [The effect of hypnotherapy on sleep quality in obesity patients]. *J Turk Sleep Med.* 2020;7(1):16-22.[Crossref]
2. Lynn SJ, Laurence JR, Kirsch I. Hypnosis, suggestion, and suggestibility: an integrative model. *Am J Clin Hypn.* 2015;57(3):314-29.[Crossref] [PubMed]
3. Rankin-Box D. Hypnosis. *Complement Ther Nurs Midwifery.* 1996;2(6):148-50.[Crossref] [PubMed]
4. Hovey FJM. Hypnosis before Mesmer. *Am J Clin Hypn.* 1975;17(4):215-20.[Crossref] [PubMed]
5. British Medical Association, Supplementary Annual Report of Council, 1954-5. 1955;190-3.[Crossref]
6. Mathew VM. Hypnosis in psychiatry. *Psychiatric Bulletin.* 1993;17(4):202-4.[Crossref]
7. American Psychological Association. Society of Psychological Hypnosis. About the Society of Psychological Hypnosis. (Access date: 1.1.2019) [Link]
8. Elkins GR, Barabasz AF, Council JR, Spiegel D. Advancing research and practice: the revised APA division 30 definition of hypnosis. *Am J Clin Hypn.* 2015;57(4):378-85.[Crossref] [PubMed]
9. WHO. WHO traditional medicine strategy 2002-2005. [Link]
10. Resmî Gazete (4.2.2014, Sayı: 28903) sayılı Sağlık Bakanlığı Sertifikalı Eğitim Yönetmeliği, 2014. [Link]
11. Sağlık Bakanlığı Sağlık Alanı Sertifikalı Eğitim Standartları-Hipnoz Uygulaması, 2015. [Link]
12. Lafçı D, Kara Kaşıkçı M. [The knowledge level and using of complementary and alternative therapies of the health personal who working at hospitals]. *Gümüşhane University Journal of Health Sciences.* 2014;3(4):1-18.
13. Elbi H, Nazık F, Balcı UG, Çölbe N, Öngel N. [Attitudes of a group of family physicians on complementary and alternative treatments]. *Turk J Fam Med Prim Care.* 2015;9(4):170-5.[Crossref]
14. Ergin A, Hatipoğlu C, Bozkurt Aİ, Mirza E, Kunak D, Karan C, et al. [Knowledge and attitudes of residents and medical students on complementary-alternative medicine]. *Pam Med J.* 2011;4(3):136-43.
15. Set T, Khan AS, Avsar U, Isik M. Do physicians & allied health workers have same believe in complementary and alternative medicine (CAM)? *Healthmed.* 2012;6(5):1661-6.
16. Arikan D, Karaca Sivrikaya S, Olgun N. Complementary alternative medicine use in children with type 1 diabetes mellitus in Erzurum, Turkey. *J Clin Nurs.* 2009;18(15):2136-44.[Crossref] [PubMed]
17. Tarhan O, Alacacioglu A, Somali I, Sipahi H, Zencir M, Oztop I, et al. Complementary-alternative medicine among cancer patients in the western region of Turkey. *J BUON.* 2009;14(2):265-9.[PubMed]
18. Kav T. Use of complementary and alternative medicine: a survey in Turkish gastroenterology patients. *BMC Complement Altern Med.* 2009;9:41.[Crossref] [PubMed] [PMC]
19. Ozcakir A, Sadikoglu G, Bayram N, Mazicioglu MM, Bilgel N, Beyhan I. Turkish general practitioners and complementary/alternative medicine. *J Altern Complement Med.* 2007;13(9):1007-10.[Crossref] [PubMed]
20. Lamarine L, Fisher KJ, Sbarbaro V. Alternative medicine attitudes and practices of U.S. College students: an exploratory study. *Californian Journal of Health Promotion.* 2003;1(4):24-9.[Crossref]
21. Chez RA, Jonas WB, Crawford C. A survey of medical students' opinions about complementary and alternative medicine. *Am J Obstet Gynecol.* 2001;185(3):754-7.[Crossref] [PubMed]
22. Akan H, Izbirak G, Kaspar EC, Apaydin Kaya C, Aydin S, Demircan N, et al. Knowledge and attitudes towards complementary and alternative medicine among medical students in Turkey. *BMC Complement Altern Med.* 2012;12:115.[Crossref] [PubMed] [PMC]
23. Covino NA, Bottari M. Hypnosis, behavioral theory, and smoking cessation. *J Dent Educ.* 2001;65(4):340-7.[Crossref] [PubMed]
24. Jensen MP. Hypnosis for chronic pain management: a new hope. *Pain.* 2009;146(3):235-7.[Crossref] [PubMed]
25. Dhanani NM, Caruso TJ, Carinci AJ. Complementary and alternative medicine for pain: an evidence-based review. *Curr Pain Headache Rep.* 2011;15(1):39-46.[Crossref] [PubMed]
26. Altan S, Rahman S, Çam S. [The knowledge and attitudes of the medical school students on the methods of alternative and complementary medicine]. *Türkiye Klinikleri J Med Ethics.* 2014;22(3):81-8.
27. Molina-Peral JA, Suárez-Rodríguez J, Capafons A, Mendoza ME. Attitudes toward hypnosis based on source of information and experience with hypnosis. *Am J Clin Hypn.* 2020;62(3):282-97.[Crossref] [PubMed]
28. Catsaros S, Wendland J. Hypnosis-based interventions during pregnancy and childbirth and their impact on women's childbirth experience: a systematic review. *Midwifery.* 2020;84:102666.[Crossref] [PubMed]
29. Johnson A, Roberts L, Elkins G. Complementary and alternative medicine for menopause. *J Evid Based Integr Med.* 2019;24:2515690X19829380.[Crossref] [PubMed] [PMC]
30. Taştan K, Çayır Y, Makas YN, Set T, Hülkü A, Tekşan T. [Related opinions, education level and information resources of the doctors working in Atatürk University Faculty of Medicine]. *Smyrna Tıp Dergisi.* 2015;12-7.