

Diyabetli Hastaların Fitoterapi Uygulamalarına Yönelik Deneyimleri: Türkiye'deki Facebook Gruplarında Hasta ve Kullanıcı Konuşmaları Üzerine Nitel Bir Çalışma

The Experiences of Patients with Diabetes on the Application of Phytotherapy: A Qualitative Study on Patient and User Conversations in Facebook Groups in Türkiye

Eda KILINÇ İŞLEYEN^a

^aUşak Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Halk Sağlığı Hemşireliği ABD, Uşak, Türkiye

ÖZET Amaç: Bu çalışmanın amacı, diyabetli hastaların fitoterapi uygulamalarına yönelik deneyimlerini Türkiye'deki Facebook grupları aracılığıyla analiz etmektir. **Gereç ve Yöntemler:** Nitel araştırma tasarımına sahip bu çalışma Türkiye'deki diyabet, geleneksel ve tamamlayıcı tıp ile ilgili Facebook gruplarının taranması ile yapılmıştır. Tarama sonucunda belirlenen 6 Facebook grubunda fitoterapi uygulamaları ile ilgili terimler kullanılarak gönderi ve yorumlar incelenmiştir. Verilerin analizinde tüme varım yaklaşımı kullanılmıştır. İlk olarak kodlar oluşturulmuş sonrasında bu kodlar ile temalar ve alt temalar belirlenmiştir. Verilerin analizinde içerik ve tematik analiz kullanılmıştır. **Bulgular:** Arama sonucunda toplamda 213 gönderi ve 439 yorum bulunmuştur. Grup kullanıcıları en fazla tarçın, zeytin yaprağı, zencefil, çörek otu ve limon gibi fitoterapi drogları üzerine olumlu deneyimler paylaşmışlardır. Olumsuz deneyimlerin başındaki ürünler ise limon ve tarçındır. Tarçın hem olumlu hem olumsuz deneyimler arasında yer almaktadır. Grup kullanıcılarının kendileri için fayda buldukları buldukları drogların başında tarçın, zeytin yaprağı, kekik, limon, çörek otu ve keten tohumu gelmektedir. Bu gönderi ve yorumlar içerisinde kodlar kullanılarak 9 adet alt tema ve 4 tema belirlenmiştir. **Sonuç:** Bu çalışma, diyabetli hastaların veya yakınlarının fitoterapi uygulamalarıyla ilgili deneyimlerini paylaşmak ve bilgi aramak için Facebook gruplarını da kullandığını göstermektedir. Bazı hastalar, kullandıkları tıbbi tedavilerin yetersizliğinden dolayı bu tip fitoterapi droglarına yöneliklerini bildirmiştir. Hastaların, yararlandıkları tıbbi drogları sağlık profesyonellerine açıklamaması ve Facebook gibi sosyal medya uygulamalarından gelen bilgilere güvenmesi sağlıklarını tehlikeye atabilmektedir. Hastalar ve yakınları çevrim içi gruplarda bilgi arayışı veya deneyim paylaşımı yerine sağlık profesyonellerinin önerilerine uymadıkları.

ABSTRACT Objective: The aim of this study is to analyze the experiences of patients with diabetes on the application of phytotherapy through Facebook groups in Türkiye. **Material and Methods:** This study, which has a qualitative research design, was conducted by scanning Facebook groups related to diabetes, traditional and complementary medicine in Türkiye. Posts and comments were examined using terms related to phytotherapy practices in 6 Facebook groups determined because of the scanning. An inductive approach was used to analyze the data. First, codes were created and then themes, and sub-themes were determined with these codes. Content and thematic analysis were used to analyze the data. **Results:** As a result of the search in 6 Facebook groups, a total of 213 posts and 439 comments were found. Group users mostly shared positive experiences on herbs such as cinnamon, olive leaves, ginger, black cumin, and lemon. The products that lead to negative experiences are lemon and cinnamon. Cinnamon is among both positive and negative experiences. Cinnamon, olive leaf, thyme, lemon, black cumin, and flaxseed are among the drugs that the group's users find beneficial for themselves. Using codes from these posts and comments, 9 sub-themes and 4 themes were determined. **Conclusion:** This study shows that diabetic patients or their relatives use Facebook groups to share their positive and negative experiences about application of phytotherapy and to seek advice and information. Some patients reported that they turned to this type of phytotherapy drugs due to the inadequacy of the medical treatments they used. Patients' failure to disclose the medical drugs they use to healthcare professionals and their reliance on information from social media applications such as Facebook may endanger their health. Patients and their relatives should follow the recommendations of healthcare professionals rather than seeking information or sharing experiences in online groups.

Anahtar Kelimeler: Fitoterapi; diabetes mellitus; sosyal medya; nitel araştırma

Keywords: Phytotherapy; diabetes mellitus; social media; qualitative research

KAYNAK GÖSTERMEK İÇİN:

Kılınç İşleyen E. Diyabetli hastaların fitoterapi uygulamalarına yönelik deneyimleri: Türkiye'deki facebook gruplarında hasta ve kullanıcı konuşmaları üzerine nitel bir çalışma. J Tradit Complem Med. 2024;7(1):55-65.

Correspondence: Eda KILINÇ İŞLEYEN

Uşak Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Halk Sağlığı Hemşireliği ABD, Uşak, Türkiye

E-mail: kilinc_edaa@hotmail.com



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

Received: 21 Jun 2023 **Received in revised form:** 26 Dec 2023 **Accepted:** 22 Jan 2024 **Available online:** 05 Feb 2024

2630-6425 / Copyright © 2024 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/>).

Dünya Sağlık Örgütü 2019-2023 raporu, sağlığı koruma, geliştirme ve tedavi etme yöntemlerini kapsayan doğal ve geleneksel uygulamalara atıfta bulunmak için Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (GETAT) terimini kullanmaktadır.¹ GETAT tanımı, hâlâ dünya genelinde netlik kazanmamıştır. Son zamanlarda Ulusal Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi, güvenilirliği kanıtlanmış GETAT uygulamalarının, konvansiyonel tıbbın bir parçası olarak kullanılmasını ifade eden “integratif tıp” terimini kullanmaktadır.^{2,3} Ülkemizde Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği” (27.10.2014 tarih ve 29158 sayılı Resmî Gazete) ile belirlenen bu uygulamalar, T.C. Sağlık Bakanlığı Geleneksel, Tamamlayıcı ve Fonksiyonel Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı tarafından takip edilmektedir.⁴ Bu yönetmelik, yöntemlerin amaçlarını, hangi hastalıklara uygulanabileceğini, eğitim gereksinimlerini ve kimlerin bu yöntemleri uygulayabileceğini net bir şekilde belirtmektedir. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği akupunktur, apiterapi, fitoterapi, hipnoz, sülük uygulaması, homeopati, kayropratik, kupa uygulaması, larva uygulaması, mezoterapi, proloterapi, osteopati, ozon uygulaması, refleksoloji ve müzik terapi uygulamalarını kapsamaktadır.

GETAT ürünlerinin kullanım nedenleri, sosyo-ekonomik açıdan ülkeler arasında büyük çeşitlilik göstermektedir.⁵ Ülkemizde de GETAT uygulamalarının bilinçsiz ve kontrolsüz kullanılmasının nedenleri, toplumun bilgi/farkındalık eksikliğinin yanı sıra sağlık hizmetlerinin sınırlamaları veya hastaların modern sağlık hizmetlerinin maliyetini karşılamakta güçlük çekmeleriyle yakından ilişkilidir.⁶⁻⁸ Türkiye’de GETAT uygulamalarıyla ilgili yapılan araştırmalar genellikle kanser, hipertansiyon ve diyabet gibi kronik hastalıkları içermektedir.⁹⁻¹¹

Diyabette GETAT uygulamalarıyla ilgili yapılmış bir çalışmada, diyabetli bireylerin %51’inin reçete edilen konvansiyonel ilaçlara ek olarak GETAT uygulamalarını da kullandığı bildirilmiştir.¹² Diyabetli bireylerin en çok kullandığı GETAT uygulamaları içerisinde fitoterapi yer almaktadır. Fitoterapi, geleneksel bitkisel tıbbi ürünler ve bitkisel ilaçlarla yapılan bir tedavi yöntemidir. Uygulamaya yetkili personel ise sertifikalı tabip veya diş tabibidir.⁴ Bu tanımlamaya rağmen yakın tarihli bir sistematik in-

celemede, diyabetli bireylerin diyabet yönetimini sağlayabilmesi için 223 çeşit fitoterapi drogu kullandıkları bildirilmiştir. Ayrıca diyabetli bireylerin 2/3’ü kullandıkları bu fitoterapi droglarını sağlık profesyonellerine açıklamadıklarını belirtmiştir.¹² Sağlık profesyonelleri diyabetli bireylere diyabetin yönetimi konusunda tıbbi tavsiyelerde bulunmasına rağmen diyabetli bireyler diyabet yönetimi konusunda kendilerine yardımcı olacak GETAT bilgisi aramaktadırlar.

Dijital çağda hastaların sağlık bilgisi arama davranışları, çevrim içi sağlık bilgilerinin artması ve mobil teknolojiye kolay erişim ile değişmiştir.¹³ Çevrim içi sağlık bilgi kaynakları arasında örneğin web siteleri, sosyal medya kaynakları ve çevrim içi forumlar bulunmaktadır. Bu kaynaklarda en çok aranan konular arasında sağlık bilgisi yerini almaktadır.¹⁴ Çevrim içi kaynaklar bilgiye erişimde rahatlık ve hız sağlaması sebebiyle hastalar için daha çekici hâle gelmiştir.¹⁵ Hastalar ayrıca çevrim içi sosyal medya grupları, forumlar ve tartışma grupları aracılığıyla sağlık bilgisi alışverişinde bulunmakta, deneyimlerini ve kendileri için fayda buldukları drogları paylaşmaktadır. Hastaların aktif olarak kullandıkları grupların başında Facebook (Meta Inc. Amerika) uygulamasında yer alan gruplar gelmektedir.¹⁶

Çevrim içi Facebook grupları genellikle kullanıcıların bir gönderi veya yorum paylaşmasına izin vererek çalışır. Gönderi bir soru, bir hikâye, bir görüş veya başka bir düşünce olabilir. Gönderiler, diğer kullanıcılar tarafından yanıtlanabilir.

Resmi araştırma ortamlarında, katılımcılar, sosyal istenirlik ön yargısı nedeniyle söyledikleri konusunda daha kısıtlı olabilir ve bu nedenle katılımcıların görüşlerini ve fikirlerini tam ve içtenlikle ifade etmelerine izin vermeyebilirler.¹⁷ Dolayısıyla çevrim içi gruplar, resmî bir araştırma ortamında yürütülen önceki çalışmalarda bildirilmemiş hasta bakış açılarının keşfedilmesine izin verir. Hastaların yer aldığı çevrim içi gruplar ve tartışma panoları önemli bir “doğal” veri kaynağı olarak kabul edilmekte ve bunları hastaların deneyimleri için araştırmak tıbbi araştırmalarda kullanılan bir yöntem hâline gelmektedir. Yakın tarihli bir nitel çalışmada, internetin diyabetik hastalar için ana bilgi kaynağı olduğu öne sürülmüş ve diyabetli hastaların özellikle bilgi öğrenmek ve deneyimlerini paylaşmak için bu kaynakları kullandığı

bildirilmiştir.¹⁸ Çevrim içi grup ve forum kullanıcıları arasında paylaşılan bilgiler diyabetli bireylerin fitoterapi uygulamalarını etkileyebilir.¹² Diyabetli hasta ve yakınlarının fitoterapi uygulamaları konusunda bilgi eksikliğinin sağlık profesyonelleri tarafından sağlanamaması durumunda bireyler çevrim içi grup ve forumlara daha fazla yöneleceklerdir. Bu sebeple çevrim içi kaynakların taranıp hastaların en çok merak ettikleri konular üzerinde veriler çıkarmak ve bu konularda hastaları eğitmek çok önemlidir. Bu nedenle, yeni ve geleneksel olmayan bilgi kaynaklarını kullanan bir çalışma tasarımı, diyabette fitoterapi uygulamaları ile ilgili hasta odaklı ve kanıta dayalı bilgiler sunmak açısından değerli olacaktır.¹⁶ Bu çalışmanın amacı, diyabetli hastaların fitoterapi uygulamalarına yönelik deneyimlerini Türkiye’deki Facebook grupları aracılığıyla analiz etmektir.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

ARAŞTIRMANIN TİPİ

Bu çalışma, nitel araştırma tasarımına sahiptir. Nitel araştırmanın raporlanması süreci “standards for reporting qualitative research: a synthesis of recommendations” önerileri doğrultusunda yapılmıştır.¹⁹

VERİ TOPLAMA SÜRECİ

Bu çalışmanın başlangıcında, analize dâhil edilen Türkiye’deki diyabet, GETAT ile ilgili Facebook grupları belirlenmiş ardından aşağıda belirlenen anahtar kelimeler ile Facebook grupları taranmıştır.

Çalışmanın birinci aşamasında Türkçe “diyabet”, “şeker hastalığı” ve “geleneksel ve tamamlayıcı tıp” terimleri Facebook arama motorunda ayrı ayrı aranarak grupların belirlenmesi sağlanmıştır. Başlan-

gıta toplamda 67 grup bulunmuş ve içlerinden son 2 yıldır paylaşım yapılmayan gruplar dışlanmıştır. Facebook grupları içerisinde aktif olarak kullanılan konuyla ilgili 6 Facebook grubu araştırmaya dâhil edilmiştir (Tablo 1).

Çalışmanın ikinci aşamasında belirlenen gruplarda diyabetlilerin kullandığı ve kendileri için fayda buldukları/bulmadıkları fitoterapi uygulamaları ile ilgili gönderi veya yorumlar incelenmiştir. Bu Facebook gruplarında kullanılan arama terimleri, Al-zahrani ve ark. ile Setiyorini ve ark. tarafından yapılan diyabetli hastalar arasındaki en popüler fitoterapi uygulamalarının belirlendiği sistematik incelemelerin sonuçlarından derlenmiştir.^{12,20} Bahsedilen sistematik derlemelerde, diyabetli hastalar tarafından en sık kullanılan fitoterapi droguları şunlardır: aloe vera, tarçın, çemen otu, kudret narı, yaban mersini, hindiba, çörek otu, dut yaprağı, papatya çayı, zencefil dir.^{12,20} Ülkemizde yapılan çalışmalarda ise diyabette en fazla kullanılan fitoterapi droguları; tarçın, limon, çörek otu, zeytin yaprağı, nar, alıç yaprağı, kuşburnu, bitkisel ilaçlar, kekik, enginar, kudret narı, ısırgan otu, biberiye, meşe palamudu, zencefil, zerdeçal, keten tohumudur.²¹⁻²³ Belirlenen Facebook gruplarında “bu grupta ara” seçeneğine “tarçın, aloe vera, çemen otu, kudret narı, yaban mersini, hindiba, çörek otu, dut yaprağı, papatya çayı, zencefil, limon, zeytin yaprağı, nar, alıç yaprağı, kuşburnu, kekik, enginar, ısırgan otu, biberiye, meşe palamudu, zerdeçal, keten tohumu” terimleri sırasıyla yazılarak gönderi ve yorumlar aranmıştır. Facebook gruplarında arama ayarları en son sonuçlardan ziyade arama terimlerinin alaka sıklığına göre yapılmıştır. Arama sonuçları son 10 yıl olacak şekilde ve önce en alakalı sonuçlar gösterilecek şekilde düzenlenmiştir. Facebook grupla-

TABLO 1: Diyabet ile ilgili grupların listesi.

Sıra	Grup adı	Bulunan gönderi ve yorum sayısı
1.	Diyabet (diyabet-şeker hastalığı) ile Yaşam	10 gönderi, 2 yorum
2.	Diyabet Tip 1 ve 2 Şeker Hastaları Bilgilendirme ve Yardımlaşma Grubu	60 gönderi, 125 yorum
3.	Diyabet (şeker hastaları)	56 gönderi, 159 yorum
4.	Şeker Hastaları Toplanıyor	1 gönderi, 16 yorum
5.	Şeker Hastaları Dayanışma ve Yardımlaşma Grubu	85 gönderi, 137 yorum
6.	Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Teknikleri	1 yorum

rında yapılan aramalar Mart 2023 ile Haziran 2023 tarihleri arasında yapılmış olup, yalnızca Türkçe dilindeki gönderi ve yorumlar analize dâhil edilmiştir. Bu çalışmanın dâhil edilme kriterleri; diyabetli hastaların fitoterapi uygulamalarını paylaştığı Facebook gruplarının olması, diyabetli hastalar (Tip 1-Tip 2) veya diyabetli hastaların bakımıyla doğrudan ilgilenen kişiler, örneğin aileler ve bakıcılar tarafından yazılmış gönderi ve yorumların olması şeklindedir. Facebook sayfalarında konu ile ilgili reklam içeren yazılar analize dâhil edilmemiştir.

VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizinde tüme varım yaklaşımı kullanılmıştır. İlk olarak kodlar oluşturulmuş sonrasında bu kodlar ile temalar ve alt temalar belirlenmiştir. Verilerden ortaya çıkan temaları belirlemek için gönderi ve yorumların analizinde içerik ve tematik analiz kullanılmıştır.^{24,25} İçerik analizi, metinlerin içerdiği mesajı anlam bakımından sistematik olarak sınıflandıran ve çıkarım yaparak sosyal gerçeği bulmaya yarayan sistematik bir analiz yaklaşımıdır.^{24,25} Çoğunlukla metin alanındaki içeriği analiz etmek için çalışmanın odak noktasıyla ilgili metin parçalarını bölümlere ayırarak ve ortaya çıkan temaları belirlemek için ortaya çıkan bölümlere kodlar atayarak kullanılır.

ARAŞTIRMANIN ETİK YÖNÜ

Bu çalışma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak yapılmıştır. Çalışmada bireylerden veri toplanmadığı için bilgilendirilmiş onam alınmamıştır. Bu çalışmanın Etik Kurul İzni Pamukkale Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan (Sayı: Tarih: 28.02.2023, no: E-60116787-020-339187) alınmıştır.

BULGULAR

Belirlenen 6 Facebook grubundaki arama sonucunda çalışma hedefleriyle ilgili toplamda 213 gönderi ve 439 yorum tespit edilmiştir (Tablo 1).

Bu gönderi ve yorumlar içerisinden kodlar kullanılarak 4 tema ve 9 adet alt tema belirlenmiştir. Temalar; 1) Fitoterapi uygulamalarına yönelik deneyimler, 2) Fayda bulunan/bulunmayan fitoterapi ilaçları, 3) Diyabette fitoterapi uygulamalarıyla il-

gili bilgi arayışı veya paylaşımı ve 4) Diyabet tedavisinde fitoterapi ilaçlarının etkililiğiyle ilgili eleştirilerdir. Her bir alt temada yer alan fitoterapi uygulamaları ve alıntı sayısı Tablo 2’de listelenmiştir.

Alt temalar ise 1) Gruplardaki bireylerin diyabette fitoterapi uygulamalarına yönelik olumlu deneyimi, 2) Gruplardaki bireylerin diyabette fitoterapi uygulamalarına yönelik olumsuz deneyimi, 3) Diyabet hastaları veya yakınlarının fayda buldukları fitoterapi ilaçları, 4) Sağlık profesyonellerinin fitoterapi ilaçlarına karşı tavsiyesi ve tutumu (diyabetlilerin veya yakınlarının aktarımı ile), 5) Fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgi arayışı, 6) Diyabet hastaları veya yakınlarının fitoterapi uygulamalarıyla ilgili paylaşımı, 7) Fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilimsel bilgi paylaşımı, 8) Fitoterapi uygulamalarının nasıl düzgün kullanılacağına ilişkin talimat aramak veya vermek ve 9) Gruplardaki bireylerin fitoterapi uygulamalarının etkililiğiyle ilgili eleştirilerdir. Diyabet hastaları veya yakınlarının en fazla kullandığı fitoterapi uygulamaları Tablo 3’te özetlenmiştir.

Tema 1: Fitoterapi uygulamalarına yönelik deneyimler

Gruplardaki bireylerin diyabette fitoterapi uygulamalarına yönelik olumlu deneyimi

Diyabetli hasta ve yakınları hem gönderi hem de yorumlarda fitoterapi uygulamalarını kullanarak kan glukozunu düşürdüğünü paylaşmıştır. Grup kullanıcıları en fazla tarçın, zeytin yaprağı, zencefil, çörek otu ve limon gibi ilaçlar üzerine olumlu deneyimler paylaşmışlardır.

“HbA1c seviyemi 12,5 iken 4 ay sonra 7,5’a düşürdüm. Yaban mersini, tarçın, zencefil ve zerdeçalı kabuk olarak kaynatıp arada bir suyunu içerek şekerimi düşürdüm.”

“Evet ben yükseldiğinde tarçınlı yoğurt tüketiyorum ve aralıklı olarak tarçınlı su içiyorum faydasını görmeye başlıyorsunuz.”

“Merhaba 3-4 gün önce çok su içmeye başladım şüphelendim şekerimi ölçtüm 590 çıktı ama ben normalim ağrı, halsizlik, baş dönmesi hiçbir olumsuzluk yok zeytin yaprağı kaynatıp içtim şimdi 280’e düşürdüm. Neden acile gitmedin diyeceksiniz bir tanıdığım rahatsızlanıyor hiçbir hastalığı yoktu acile

TABLO 2: Ortaya çıkan temalar, alt temalar ve gönderiyorumların sıklığı.

	Tarçın	Zeytin yaprağı	Limon	Çörek otu	Zencefil	Nar/nar ekşisi	Kekik	Zerdeçal	Keten tohumu	Alıç yaprağı	Yaban mersini	Biberiye	Hindiba	Dul yaprağı	Çemen otu	İrigan otu	Aloe vera	Meşe palamudu	Enginar	Kudret narı	Papatya çayı	
Fitoterapi uygulamalarına yönelik deneyimler																						
Gruplardaki bireylerin diyabette fitoterapi uygulamalarına yönelik olumlu deneyimi	98	41	26	23	23	10	5	11	-	7	6	6	3	3	2	2	1	-	-	-	1	-
Gruplardaki bireylerin diyabette fitoterapi uygulamalarına yönelik olumsuz deneyimi	16	5	20	4	1	4	2	1	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Fayda bulunmayan fitoterapi drogları																						
Diyabet hastaları veya yakınlarının fayda buldukları fitoterapi drogları	134	55	23	17	10	16	24	8	13	7	5	3	6	6	5	6	6	7	3	1	-	-
Sağlık profesyonellerinin fitoterapi uygulamalarına karşı tavsiyesi ve tutumu (diyabetlilerin veya yakınlarının aktardıkları ile)	4	1	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	-	-	-	-	-
Diyabette fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgi arayışı veya paylaşımları																						
Fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgi arayışı	39	8	16	9	14	4	3	4	4	3	4	-	-	-	1	2	-	-	3	-	-	-
Diyabet hastaları ve yakınlarının fitoterapi uygulamalarıyla ilgili paylaşımları	29	6	2	6	3	3	9	4	3	-	3	-	1	2	-	1	5	3	-	-	-	-
Fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilimsel bilgi paylaşımları	1	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-
Fitoterapi uygulamalarının nasıl düzenli kullanılacağına ilişkin talimat aramak veya vermek	51	5	5	12	6	7	3	5	1	1	-	-	4	-	5	2	-	-	-	-	1	-
Diyabet tedavisinde fitoterapi uygulamalarının etkinliğiyle ilgili eleştiriler																						
Gruplardaki bireylerin fitoterapi uygulamalarının etkinliğiyle ilgili eleştiriler	9	2	3	1	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	2	-	4	-	1	1	-	-

TABLO 3: Diyabet hastaları veya yakınlarının en fazla kullandığı fitoterapi uygulamaları.

Fitoterapi uygulaması*	
1) Tarçın	6) Nar/nar ekşisi
2) Zeytin yaprağı	7) Kekik
3) Limon	8) Zerdeçal
4) Çörek otu	9) Keten tohumu
5) Zencefil	

* 20 ve üzeri gönderi/yorumda geçen fitoterapi uygulamaları referans alınmıştır.

gidiyor şeker 400 çıkıyor hemen insülin yapıyorlar artık dozunu ayarlayamadılar mı bilemiyorum acilden çıkamadı vefat etti o yüzden gitmek istemedim.”

“Karahindiba çayı 50 puan birden düşürüyor sabah akşam bir su bardağı içiyorum.”

Gruplardaki bireylerin diyabette fitoterapi uygulamalarına yönelik olumsuz deneyimi

Facebook gruplarında diyabetli bireyler veya yakınları fitoterapi uygulamalarıyla ilgili birçok olumsuz deneyim paylaşmıştır. Olumsuz deneyimler arasında en fazla kullanılan ürünler limon ve tarçındır. Tarçın hem olumlu hem de olumsuz deneyimlerin başında kullanılmaktadır.

“Merhaba ben 28 yıldır tip 1 diyabetliyim, yıllarca alternatif tedavi denebilecek şeyleri dedim (nar ekşisi, limon, yoğurt, keten tohumu, tarçın vs.) ama gördüm ki insülin/hap-spor-diyet-moral dışında faydası olanı görmedim. Hepsini geçici çözümlerdi ve yeri geldi midemde yan etkisi oldu.”

“Değerli dostlarım bildiğiniz gibi yaklaşık 3 yıldır diyabet yani şeker hastasıyım hem de çok yükseklere, şeker hastalığının geçmesi için birçok bitkisel ilaçlar dedim ama maalesef hiçbiri kar etmedi.”

“Bende yoğurtla limonu dedim bir ay boyunca şekerim 500’ün üzerine çıktı denemeyin bence.”

“Limon yoğurt benim çocuğumun şekerini çok yükseltti. Sakın haa limon şekeri en çok yükselten gıdaların başında geliyor. Kulaktan dolma şeylere inanmayın asla.”

“Aman arkadaşlar zeytin yaprağı çayı bende yaptım içtim benim şekerimi 300’e zıplattı hemen çöpe attım.”

Tema 2: Fayda bulunan/bulunmayan fitoterapi drogları

Diyabet hastaları veya yakınlarının fayda buldukları fitoterapi drogları

Facebook gruplarında diyabetli bireyler veya yakınları birçok fitoterapi uygulamalarına yönelik fayda bulunduğunu belirtmiştir. En fazla fayda buldukları fitoterapi uygulamalarının başında tarçın, zeytin yaprağı, kekik, limon, çörek otu ve keten tohumu gibi droglar gelmektedir.

“Gece yatmadan evvel bir çanak yoğurt içine bir çay kaşığı (mahlep+tarçın+çörekotu) koyun yiyin.”

“Zeytin yaprağını kaynatmadan demleyin, o kadar güzel düşürüyor ki şekeri.”

“Şekeri düşürmek için ısırgan otu, hindiba çayı yaparak sabah ve akşam yemekten yarım saat önce içilebilir.”

Sağlık profesyonellerinin fitoterapi uygulamalarına karşı tavsiyesi ve tutumu (diyabetlilerin veya yakınlarının aktarımı ile)

Diyabetli hastalar ve yakınları Facebook gruplarında sağlık profesyonellerinin fitoterapi uygulamalarına yönelik tavsiyelerini veya olumsuz tutumlarını paylaşmaktadır.

“Bana doktorum çayı, şekersiz ve her bardağa bir adet tarçın çubuğu koyarak içmemi önerdi.”

“Tarçın öneriyor diyetisyen. Tatlı krizlerini önlemede faydası oluyormuş”

“Kabuk tarçını bana öneren bir emekli Profesör Doktoru, en iyi dengeleyicilerden biri de o”

“Diyetisyenim bana şöyle önermişti; 4 yemek kaşığı yulaf bir su bardağı az yağlı süt, 1 yemek kaşığı siyah çekirdekli kuru üzüm, 6 adet çiğ badem, 1 tatlı kaşığı keten tohumu ve tarçın”

“Limon az kullanın limonda şeker var Dr. Demişti.”

“Faydalı olduğu söylenen bir kür vardı endokrin doktoru tavsiye etmişti şekerim 400’lerden aşağı düştü. Dut yaprağı, zeytin yaprağı, iki üç yaprak limon, toz çubuk tarçın fark etmez. Sıcak suyun içine atarak 10 dk. bekletip her öğün öncesi içiniz. Tek tek ilaç ve iğnelere kurtuluyorsunuz.”

“Doktoruma bitkisel şeyler içerek düşürdüğümü söylediğimde o şeye inanma tıp ne derse o dedi. Ama tıpta bana yeme dendi sadece, neden yüksek belli değil beslenmeden oluyor demekten öteye gidemedi.”

Tema 3: Diyabette fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgi arayışı veya paylaşımı

Fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgi arayışı

Diyabetli bireyler ve yakınları bu Facebook gruplarında yükselen kan glukoz düzeyini hızlı bir şekilde nasıl düşürebileceği konusunda fitoterapi uygulamalarına yönelik bilgiler aramış ya da kullandıkları/kullanılacakları fitoterapi drogların yan etki oluşturup oluşturmayacağı konusunda sorular sormuştur. Ayrıca diyabet tedavisi için ilaç kullanmak istemeyen hasta ve yakınları da sıklıkla diyabet yönetimine yönelik fitoterapi drogları arayışı içine girmiştir.

“Kan şekerini düşüren bir yiyecek veya bitki var mıdır?”

“İyi akşamlar şekeri düşürmek için zencefil limon tarçın kullanan var mı?”

“Şekeri en çabuk düşüren bitkisel ilaç hangisidir?”

“Arkadaşlar yaptığımız şekeri düşürdüğünüz bitkisel doğal ne yapıyorsanız yazabilir misiniz? Doktor sabah, öğle, akşam 16’şar ünite, gece ise 32 ünite insülin iğnesi vur dedi, şu an gene yüksek. Alternatif Tıp’ı kabul etmiyor niye çünkü ilaç satacaklar.”

“Sabaha kadar yükselen açlık şekerini ilaç insülin harici düşürebileceğimiz bir yönteminiz var mı? Alternatif olarak.”

“Arkadaşlar bu yoğurt zerdeçal zencefil tarçın kürünün bir zararı var mıdır, şekeri yükseltir mi?”

Diyabet hastaları veya yakınlarının fitoterapi uygulamalarıyla ilgili paylaşımı

Diyabetli hastalar veya yakınları Facebook gruplarında genellikle kan glukozunu düşüren fitoterapi droglar ve etki mekanizması hakkında bilgiler vermiştir.

“Yoğurta bol miktarda potasyum bileşeni bulunur. İçerisine 2 kaşık tarçın atılması durumunda ise

kan şekerini düşürür. Yüksek kalsiyumlu yapısı kemikleri güçlendirir. Ayrıca bağırsakta iyi bakteri oluşumuna neden olur. Sindirimi düzenler.”

“Herhangi bir yiyeceğin veya bitkinin kan şekerini düşürebilmesi için insülin veya insülin salgımını artırıcı bir madde içermesi gerekir. Bu nedenle kullaktan kulağa dolaşan bazı yiyeceklerin ve bitkilerin kan şekerini düşürdüğü bilgisi kesinlikle doğru değildir. Bu nedenlerle, diyabet ekibinin önerdiği tedavi dışında alternatif bir tedavi arayışına girilmemelidir.”

“*Aloe vera*’nın faydaları arasında diyabet tedavisini eklemek gerekmektedir. İnsan ve hayvanlarda bazı kanıtlar *Aloe vera*’nın kronik hiperglisemi hastalığını hafiflettiğini vurgulamıştır. Diyabet ile ilgili iki klinik çalışmada ilaç tedavisi olmaksızın diyabetli kadınlara 6 hafta *Aloe vera* jelden bir çorba kaşığı verildiğinde kan glukoz ve serum trigliserid düzeyleri azaltılmıştır. Ama doktor gözetiminde kullanılması tavsiye edilir.”

Fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilimsel bilgi paylaşımı

Diyabetli bireyler veya yakınları Facebook gruplarında az da olsa kaynak göstererek fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilimsel bilgi paylaşımlarında bulunmuştur.

“Dünya diyabet kongresinde diyabete faydası ispatlanmış tek bitki tarçındır.”

“Tip 2 diyabet hastaları için doğal insülin: kudret narı. Kudret narı için mevcut literatür üzerinde yapılan ön klinik çalışmalar, glukoz toleransını artırdığını ayrıca insülin ve antidiyabetik ilaçların etkisini kuvvetlendirdiğini göstermiştir.

Fitoterapi uygulamalarının nasıl düzgün kullanılacağına ilişkin talimat aramak veya vermek

Diyabetli bireyler veya yakınları Facebook gruplarında kan glukozunu düşürmek için fitoterapi uygulamaları hakkında birçok tarif vermiş veya tarif istemiştir. Tariflerde en çok yer alan fitoterapi drog-ları; tarçın ve çörek otudur.

“Mahlep, çörek otu, tarçın ve üzüm çekirdeği nasıl kullanılır? Bu 4 tane bitki öğütülerek toz haline getirilmelidir. Her birinden 50 gram olmalı ve hepsi

birden harmanlanmalıdır. Her yemekten önce aç karına bir şeker kaşığı içildiğinde bir ay süre sonra şeker seviyesinin oldukça çok düştüğü görülmektedir.”

“Şekerimi düşüremiyorum diyenler 1 çay kaşığı zerdeçal 1 çay kaşığı tarçın 1 çay kaşığı zencefil 1 çay kaşığı mahlep 1 çay kaşığı toz haline getirilmiş çörekotu bir kâse yoğurda karıştırıp yesinler göreceksiniz şekerinizin düştüğünü insülin kullananlar yapmasın çok düşebilir.”

Tema 4: Diyabet tedavisinde fitoterapi uygulamalarının etkililiğiyle ilgili eleştiriler

Gruplardaki bireylerin fitoterapi uygulamalarının etkililiğiyle ilgili eleştirileri

Diyabetli bireyler veya yakınları Facebook gruplarında kullanılan birçok fitoterapi uygulamalarının etkililiğine yönelik olumsuz eleştirilerde bulunmuşlardır.

“Beslenme ve egzersiz önemlidir ot çöp kesin o değil.”

“İlaçların bile çare olamadığı hastalıkta, otun çöpün etkisi ne olabilir ki.”

“Kusura bakmayın da kendi başınıza olacak iş değil bu. Doktorun takibinde ve kontrolünde olacaksınız, bilir bilmez ottu çöptü kaynatmayacaksınız. Diyetinizi ve sporunuzu yapacaksınız. Aksi halde birkaç yılda ağır komplikasyonlarla perişan olursunuz.”

“İnsülin bıraktıran tarif diyorsunuz. Direk ya bir annenin daha 18 ya da 7 yaşındaki tip 1 olan çocuğa denese komalık olsa her şeker bir mi önce onun açıklamasını yapın bilinçsizce bir şey paylaşmayın.”

“Çocuğu tip 1 olan bir bayan böyle bir şey denedi iğneleri vurmayıp beslenmeyle düzeltmeye çalıştı ama maalesef oğlu komaya girdi ve kaybetti evladını hala bunun acısını pişmanlığımı yaşıyor doktorsuz sakın böyle şeyler yapmaya kalkmayın tip 2 diyabetle tip 1 diyabet birbirinden çok farklı hastalıklar tip 1 diyabette pankreas insülin üretmez dışarıdan almak gerekir kesinlikle ama tip 2 diyabet diyetle kilo vermekle stresten uzak durmakla ve tabii özellikle doktor tavsiyesiyle düzeltilebilir.”

TARTIŞMA

Bu çalışmada, diyabetli hasta ve yakınlarının Facebook gruplarında fitoterapi uygulamalarına ilişkin deneyimlerini, fayda buldukları fitoterapi uygulamalarını, fitoterapi uygulamalarına yönelik sorularını gönderi/yorum olarak paylaştıkları belirlenmiştir. Literatürde diyabetli hastaların yanı sıra kanser ve epilepsi hastalıkları için sağlık forumları, hasta destek grupları ve Facebook gruplarında hastalığa ve tedavilerine ilişkin görüşleri, olumlu/olumsuz deneyimlerine yönelik içerik analizlerin yapıldığı nitel çalışmalar yürütülmüştür.²⁶⁻²⁸ Bu çalışmalardan da görüldüğü üzere çevrim içi kaynaklar bilgiye erişimde rahatlık ve hız sağlaması sebebiyle hastalar için daha çekici hâle gelmiştir.¹⁵ Diyabet gibi kronik hastalıklara sahip bireyler ve yakınları çevrim içi forum/gruplardan doğru olmayan bilgiler edinebilmektedir. Hastaların çevrim içi forum ve gruplardan öğrendiği uygulamalar halk sağlığını tehdit edebilmektedir.²⁹ Bu duruma çözüm olarak hemşire, hekim ve diğer sağlık profesyonelleri, güvenli fitoterapi uygulamaları konusunda toplumu bilinçlendirmelidir.

Çalışma bulgularımız, diyabetli bireylerin veya yakınlarının Facebook gruplarında önceki kullanıcılardan fitoterapi uygulamalarının faydaları, kullanım sıklığı, fitoterapi uygulamalarının etkili olmasının ne kadar sürdüğü, fitoterapi uygulamalarının sağlıkları üzerinde olumsuz bir etki yaratıp yaratmayacağı veya fitoterapi uygulamalarının “bilinçli” nasıl kullanılacağı hakkında bilgi almak için kullandıklarını göstermiştir. Bu çalışmada, diyabetli hastaların ve yakınlarının çevrim içi gruplarda fitoterapi uygulamalarına ilişkin bilgi edinme sebeplerinin çevrim içi kaynaklardan bilgiye erişimin hızlı ve kolay olması olarak düşünülebilir. Diyabetli hastalar belirlenen Facebook gruplarında fitoterapi uygulamalarına ilişkin sıklıkla olumlu ve olumsuz deneyimleri paylaşmışlardır. Grup kullanıcıları, fitoterapi uygulamalarının diyabet üzerindeki etkinliğini kanıtlayan çalışmaların sonuçlarını paylaşmak veya diyabeti yönetmede fitoterapi uygulamalarının faydalarını anlatmak için gönderi/yorum paylaşmışlardır. Facebook'taki grup kullanıcıları, kalıcı bir tedavi bulma umuduyla alternatif tedavi yaklaşımları aramanın nedeni olarak genellikle tıbbi tedavilerin diyabeti tedavi etmede eksik

olduğunu düşündüklerini belirtmişlerdir. Alzahrani ve ark.nın yaptığı nitel çalışmada, diyabetli hastaların GETAT kullanımının yararları ve yan etkileri hakkında bilgi aramak, olumlu ve olumsuz deneyimlerini paylaşmak için çevrim içi forumları kullandıklarını belirlemiştir.²⁸

Bu çalışmada, diyabetli hastaların ve yakınlarının sıklıkla fitoterapi drogları deneyimlediği belirlenmiştir. Çalışmada diyabetlilerin çoğu kullandıkları fitoterapi uygulamalarının etkili olduğunu belirtse de olumsuz gönderi ve yorumlarda bulunmaktadır. Ülkemizde yapılan çalışmalar incelendiğinde, Hacıhasanoğlu Aşilar ve ark. tarafından yapılan çalışmada, diyabetli hastaların toplam %23,4'ünün tedaviye ek olarak tarçın başta olmak üzere limon, çam ağacı/çıra suyu ve maydanoz gibi fitoterapi uygulamalarını kullandığı belirlendi.³⁰ Bellikci-Koyu ve ark.nın çalışmasında da diyabetli bireylerin %25,9'unun tarçın kullandığı belirlenmiştir.²³ Avci'nin çalışmasında, diyabetli hastaların %86'sının fitoterapi uygulamalarını kullandığı ve %38'inin bu ürünleri kullandıktan sonra vücudunda yan etki oluştuğunu bildirmiştir.³¹ Uluslararası çalışmalar incelendiğinde; Sheikhrabori ve ark. tarafından İran'da yapılan bir çalışmada, diyabetli hastaların %84,9'u en yaygın olarak fitoterapi uygulamalarını kullanmışlardır.³² Hastaların %69'u fitoterapi uygulamalarını kullanmaktan memnun olduğunu belirtmiştir. Alqathama ve ark. tarafından Suudi Arabistan'da yapılan çalışmada, diyabetlilerin %68'inin, özellikle tarçın, zencefil ve çemen otu gibi fitoterapi uygulamalarını sık sık uyguladıkları belirlenmiştir. Katılımcıların yaklaşık yarısı, fitoterapi uygulamalarının diyabet semptomlarını tedavi etmede etkili (%54) ve güvenli (%46) olduğuna inandıklarını bildirmişlerdir.³³ Genel olarak diyabetli bireyler, diyabet yönetimlerine destek amaçlı fitoterapi uygulamaktadır.

Bu çalışmada, diyabetli bireyler diyabette glukoz yönetimini sağlamak için sıklıkla Facebook gruplarda fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgi arayışında bulunmuştur. Özellikle bazı grup kullanıcıları ilaç yerine kullanılacak herhangi bir alternatif yöntemin olup olmadığını sormuşlardır. Bu durum özellikle hastaların tıbbi tedavisini bırakmasına hatta ciddi komplikasyon görülmesine sebep olabilir. Radwan ve arkadaşlarının çalışmasında diyabetli hastaların

%17'sinin fitoterapi uygulamalarıyla ilgili bilgileri sosyal medyadan bulduklarını ve kullandıklarını bildirmiştir.³⁴ Alqathama ve ark.nın tarafından yapılan çalışmada, diyabetli bireylerin bitkisel uygulamalarla ilgili bilgileri esas olarak aile, arkadaşlar ve sosyal medyadan elde ettiği belirlenmiş, bitkisel uygulamalar hakkında çoğunun (%71,4) doktorlarına danışmadığı veya bilgi vermediği belirlenmiştir.³³ Alzahrani ve ark.nın diyabetli hastaların sağlık uzmanlarının GETAT uygulamalarına ilişkin genellikle bilgilerinin yetersiz olduklarını düşündüklerinden veya yardımcı olmayacaklarına inandıklarından dolayı çevrim içi forum sitelerinden bilgi aradıklarını bildirmiştir. Hastalar, fitoterapi uygulamalarını sağlık profesyonellerine açıklamadığından ve Facebook gibi sosyal medya uygulamalarından gelen bilgilere güvendiğinden hastaların sağlığının tehlikede olma riski artmaktadır.^{26,34} Sağlık profesyonelleri, hastaların sağlığını korumak için fitoterapi uygulamalarını bilmeli ve avantajları/dezavantajlarını araştırmalıdır. Ayrıca hemşire, hekim ve diğer sağlık profesyonelleri, hastaları güvenli fitoterapi uygulamaları konusunda eğitmek için ortak bir çaba göstermelidir.

Bu nitel araştırmanın sonuçları, daha fazla niteliksel çalışma ve araştırma yoluyla diyabetli hastalarla etkileşim kurmanın ve onların fitoterapi uygulamalarını derinlemesine keşfetmenin önemini vurgulamıştır. Sağlık profesyonellerinin hastaların fitoterapi uygulamalarına ilişkin bakış açıları da hastalarıyla daha etkin bir şekilde iletişim kurmalarını sağlamak için önemlidir. Bu sebeple sağlık profesyonellerinin hastaları ve yakınlarını fitoterapi uygulamalarıyla ilgili doğru bir şekilde yönlendirme yapmaları için bu konuda bilgi edinmeleri ve hastalık/ilaç etkileşimlerini bilmeleri gerekmektedir. Hastaların veya yakınlarının diyabetle ilgili olumlu/olumsuz deneyimlerini paylaşmak ve bilgi aramak için Facebook gruplarına başvurmalarına neyin yol açtığına ilişkin daha fazla araştırma yapılması önemlidir. Hastaların kullandıkları tıbbi tedavinin etkili olmadığı gerekçesiyle tıbbi tedaviyi kesip fitoterapi uygulamalarını tek başına tedavi olarak kullanma kararı hastalar için olumsuz sağlık sonuçlarına yol açacaktır. Bu sebeple, diyabetli hasta ve yakınlarının fitoterapi uygulamaları konusunda bilgi açığının sağlık profesyonelleri tarafından sağlanamaması duru-

munda bireyler çevrim içi grup ve forumlara daha fazla yöneleceklerdir.

SONUÇ

Bu çalışma, diyabetli hastaların veya yakınlarının fitoterapi uygulamalarıyla ilgili olumlu/olumsuz deneyimlerini paylaşmak ve bilgi aramak için Facebook gruplarını kullandığını göstermektedir. Diyabetli hastaların veya yakınlarının Facebook gruplarını belirtilen amaçlar ile kullanmasının nedenler arasında hızlı ve kolay bilgi edinme yer almaktadır. Sonuç olarak, çoğu grup üyeleri fitoterapi uygulamalarıyla ilgili olumlu deneyimler paylaştı da bazı grup üyeleri ciddi yan etkiler belirtmiştir. Grup üyeleri, sağlık profesyonellerinin bazı drogları kullanma önerilerinde bulduklarını belirtse de bazıları da tıbbi droglara inanmaması gerektiğini belirtmiştir. Bazı hastalar, kullandıkları tıbbi tedavilerin yetersizliğinden dolayı bu tip fitoterapi droglarına yöneldiklerini bildirmiştir. Hastalar, yararlandıkları tıbbi drogları sağlık profesyonellerine açıklamadığından ve Facebook gibi sosyal medya uygulamalarından gelen bilgilere güvendiğinden hastaların sağlığının tehlikede olma riski artmaktadır. Bu sebeple, hekim, hemşire ve diğer sağlık profesyonelleri hastaları akılcı fitoterapi uygulamaları konusunda bilgilendirmek için ortak çaba gösterilmelidir. Gerekli yasa ve mevzuatlar gözden geçirilip fitoterapi eğitimi yalnızca eczacılık alanında değil başta tıp olmak üzere diğer sağlık profesyonellerinin temel eğitimi içinde de yer almalıdır.

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

Bu çalışma tamamen yazarın kendi eseri olup başka hiçbir yazar katkısı alınmamıştır.

KAYNAKLAR

- World Health Organization. WHO Global Report on Traditional and Complementary Medicine 2019. 1st ed. Geneva: World Health Organization; 2019. [Link]
- European Federation for Complementary and Alternative Medicine [Internet]. ©2020 EFCAM [Cited: 01.05.2023]. CAM Definition. Available from: [Link]
- National Center for Complementary and Integrative Health [Internet]. [Cited: 01.05.2023]. Complementary, Alternative, or Integrative Health: What's in a Name? Available from: [Link]
- Resmî Gazete (27.10.2014, Sayı: 29158) sayılı Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği; 2014. Erişim tarihi: 01.05.2023. Erişim linki: [Link]
- Anık H, Uyanık G, Yılmaz M. Evde bakım hizmeti alan bireylerin geleneksel ve tamamlayıcı tıp yöntemleri kullanımlarının incelenmesi [Investigation of the use of traditional and complementary medicine methods by individuals receiving home care services]. JAREN. 2023;9(1):1-11. [Crossref]
- Öztürk YE, Dömbekçi HA, Ünal S. Geleneksel tamamlayıcı ve alternatif tıp kullanımı [The use of traditional complementary and alternative medicine]. Bütünlüycü ve Anadolu Tıbbı Dergisi. 2021;1(3):23-35. [Link]
- Biçer İ, Balçık PY. Geleneksel ve tamamlayıcı tıp: Türkiye ve seçilen ülkelerinin incelenmesi [Traditional and complementary medicine: investigation of turkey and the selected countries]. Hacettepe Sağlık İdaresi Dergisi. 2019;22(1):245-57. [Link]
- Ünal M, Dağdeviren HN. Geleneksel ve tamamlayıcı tıp yöntemleri [Traditional and complementary medicine methods]. EJFM. 2019;8(1):1-9. [Crossref]
- Karakoç MD. Onkoloji hastalarının tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanma durumları [The status of oncology patients about using complementary and alternative treatment methods]. Pamukkale Tıp Dergisi. 2020;13(1):69-80. [Crossref]
- Arslan S, Gökçe E, Doğan SD, Özgen R, Şişman H, Alptekin D, et al. Kardiyovasküler hastalığı olan bireylerde tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemlerinin kullanımı [The use of complementary and alternative medicine among individuals with cardiovascular disease]. Cukurova Medical Journal. 2020;45(4):1644-52. [Crossref]
- Şahin A, Dirgar E, Olgun N. Diyabet yönetiminde kullanılan tamamlayıcı ve alternatif tedaviler [Complementary and alternative treatments used in diabetes management]. Diyabet, Obezite ve Hipertansiyonda Hemşirelik Forumu. 2019;11(1):32-6. [Link]
- Alzahrani AS, Price MJ, Greenfield SM, Paudyal V. Global prevalence and types of complementary and alternative medicines use amongst adults with diabetes: systematic review and meta-analysis. Eur J Clin Pharmacol. 2021;77(9):1259-74. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Alzahrani AS, Greenfield SM, Paudyal V. Factors affecting complementary and alternative medicine (CAM) use by adult diabetic patients: A systematic review using the theoretical domains framework (TDF). Res Social Adm Pharm. 2022;18(8):3312-22. [Crossref] [PubMed]
- Neely S, Eldredge C, Sanders R. Health information seeking behaviors on social media during the COVID-19 pandemic Among American Social networking site users: survey study. J Med Internet Res. 2021;23(6):e29802. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Amante DJ, Hogan TP, Pagoto SL, English TM, Lapane KL. Access to care and use of the Internet to search for health information: results from the US National Health Interview Survey. J Med Internet Res. 2015;17(4):e106. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Tonsaker T, Bartlett G, Trpkov C. Health information on the Internet: gold mine or minefield? Can Fam Physician. 2014;60(5):407-8. [PubMed] [PMC]
- De Simoni A, Shanks A, Mant J, Skelton JR. Making sense of patients' internet forums: a systematic method using discourse analysis. Br J Gen Pract. 2014;64(620):e178-80. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Bergen N, Labonté R. "Everything is perfect, and we have no problems": detecting and limiting social desirability bias in qualitative research. Qual Health Res. 2020;30(5):783-92. [Crossref] [PubMed]
- O'Brien BC, Harris IB, Beckman TJ, Reed DA, Cook DA. Standards for reporting qualitative research: a synthesis of recommendations. Acad Med. 2014;89(9):1245-51. [Crossref] [PubMed]
- Setiyorini E, Qomaruddin MB, Wibisono S, Juwariah T, Setyowati A, Wulandari NA, et al. Complementary and alternative medicine for glycemic control of diabetes mellitus: A systematic review. J Public Health Res. 2022;11(3):22799036221106582. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Tosun AS, Zincir H, Eliş E. Complementary and alternative medicine use and self-efficacy level in Turkish adults with type 2 diabetes mellitus. Cukurova Medical Journal. 2019;44(2):309-18. [Crossref]
- Uyan C, Alvir TM. Tip 2 diabetes mellitus'ta tamamlayıcı alternatif tıp kullanımı ve tedavi uyumu ile ilişkisi [Complementary and alternative medicine use in type 2 diabetes mellitus and its relationship with medication adherence]. Ankara Medikal Journal. 2021;21(3):494-502. [Crossref]
- Bellikli-Koyu E, Yürekli BŞ, Özdemir N, Büyüktuncer Z. Tip 2 diabetes mellituslu hastaların bitkisel destek kullanım durumları [Herbal supplement use among patients with type 2 diabetes mellitus]. Akdeniz Tıp Dergisi. 2021;7(3):377-84. [Crossref]
- Elo S, Kyngäs H. The qualitative content analysis process. J Adv Nurs. 2008;62(1):107-15. [Crossref] [PubMed]
- Ültay E, Akyurt H, Ültay N. Sosyal bilimlerde betimsel içerik analizi [Descriptive content analysis in social sciences]. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi. 2021;10:188-201. [Crossref]
- He K, Hong N, Lapalme-Remis S, Lan Y, Huang M, Li C, et al. Understanding the patient perspective of epilepsy treatment through text mining of online patient support groups. Epilepsy Behav. 2019;94:65-71. [Crossref] [PubMed]
- Pearson SE, Taylor J, Hoare DJ, Patel P, Baguley DM. Exploring the experiences of cancer patients with chemotherapy-induced ototoxicity: qualitative study using online health care forums. JMIR Cancer. 2019;5(1):e10883. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Alzahrani AS, Greenfield SM, Paudyal V. Complementary and alternative medicine use in self-management of diabetes: A qualitative study of patient and user conversations in online forums. Int J Clin Pharm. 2022;44(6):1312-24. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Stellefson M, Paige S, Apperson A, Spratt S. Social media content analysis of public diabetes facebook groups. J Diabetes Sci Technol. 2019;13(3):428-38. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Hachıhasanoğlu Aşıl R, Arıkan Hacıhasanoğlu S, Yıldırım A, Şahin H. Tip 2 diabetes mellitus hastalarının bitkisel tamamlayıcı sağlık yaklaşımı kullanımlarının belirlenmesi: kesitsel bir çalışma [Determination of herbal complementary health approach uses in type 2 diabetes mellitus patients: a cross-sectional study]. TJFMP. 2023;17(1):10-21. [Crossref]
- Avci DK. The use of traditional and complementary medicine among diabetes patients, and the awareness and attitudes of physicians. J Pak Med Assoc. 2018;68(11):1650-4. [PubMed]

32. Sheikhrabari A, Dehghan M, Ghaedi F, Khademi GR. Complementary and alternative medicine usage and its determinant factors among diabetic patients: an Iranian case. *J Evid Based Complementary Altern Med.* 2017;22(3):449-54. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
33. Alqathama A, Alluhiabi G, Baghdadi H, Aljahani L, Khan O, Jabal S, et al. Herbal medicine from the perspective of type II diabetic patients and physicians: what is the relationship? *BMC Complement Med Ther.* 2020;20(1):65. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]
34. Radwan H, Hasan H, Hamadeh R, Hashim M, AbdulWahid Z, Hassanzadeh Gerashi M, et al. Complementary and alternative medicine use among patients with type 2 diabetes living in the United Arab Emirates. *BMC Complement Med Ther.* 2020;20(1):216. [[Crossref](#)] [[PubMed](#)] [[PMC](#)]