

Türkiye’de Ağrıya Yönelik Akupresür Uygulaması ile İlgili Yapılmış Hemşirelik Tezlerinin İncelenmesi

Examining Nursing Theses About Acupressure for Pain Management in Turkey

^{ID} Mahinur DURMUŞ İSKENDER^a, ^{ID} Handan EREN^b

^aKastamonu Üniversitesi Taşköprü Meslek Yüksekokulu, İlk ve Acil Yardım Bölümü, Kastamonu, TÜRKİYE

^bKaramanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Esasları ABD, Karaman, TÜRKİYE

ÖZET Amaç: Bu araştırma, Türkiye’de ağrıya yönelik akupresür uygulamalarını içeren lisansüstü hemşirelik tezlerini incelemek amacıyla yapılmıştır. **Gereç ve Yöntemler:** Araştırmada verilerin toplanması amacıyla öncelikle alanyazın taraması yapılmış, daha sonra Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi Veri Tabanı “ağrı”, “akupres”, “akupresür”, “akupresör” anahtar kelimeleri ile taranmıştır. Tarama sonunda 2005-2019 yılları arasında Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalında konu ile ilgili yapılmış 45 tez belirlenmiştir. Çalışmada, incelenen tezlerin araştırmaya alınma ölçütlerine uymayan 28 tez çalışmaya dâhil edilmemiştir. **Bulgular:** Veriler, 17 tezin çoğunluğunda kontrol ve deney grupları oluşturularak toplanmıştır. Tezlerden 8’inin yüksek lisans, 9’unun ise doktora düzeyinde yapıldığı görülmüştür. Akupresürün ağrıya etkisini inceleyen ilgili ilk tezin 2010 yılında yapıldığı, büyük çoğunluğunun (n=14) son beş yılda yapılmış olduğu tespit edilmiştir. Çalışmalar incelendiğinde; çalışmaların çoğunun (%35,2) doğum ağrısında akupresürün etkisini değerlendirmek amacıyla yapıldığı görülmüştür. Türkiye’de akupresür ile ilgili araştırmaların çoğunluğunun hemşirelik çalışmaları olduğu görülmüştür. Araştırmamızda incelenen yarı deneysel (n=2) ve deneysel (n=15) araştırma desenli tüm tezlerin sonuçlarına bakıldığında, akupresürün ağrıyı azaltmada etkili olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Son yıllarda hemşirelik araştırmalarının önemli ilgi alanlarından biri olan akupresür, ağrıyı azaltmak amacıyla kullanılan nonfarmakolojik uygulamalar arasındadır. Araştırmada sonuç olarak Türkiye’de akupresür uygulamasını konu alan tezlerin son yıllarda artış göstermekle birlikte sayıca yetersiz olduğu; konuya ilişkin akademik çalışmaların sayısının artmasının diğer araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

ABSTRACT Objective: The aim of this study is to make an overview of postgraduate theses made in Turkey about acupressure practices for pain management. **Material and Methods:** Firstly a literature review was conducted for the purpose of data collection and then the National Council of Higher Education Dissertation Center Database was screened for the keywords “pain”, “acupres”, “acupressure”. As a result of this search, 45 nursing theses were found to be relevant from the Institute of Health Sciences Department of Nursing between 2005 and January 2019. In this study, 28 theses that do not meet the criteria for inclusion of the theses examine dare not included in the study. **Results:** Data were collected by creating experiment and control groups in the majority of the 17 theses. 8 theses were master’s and 9 were PhD theses. The first nursing thesis that applied acupressure for pain was found to have been conducted in 2010. When the studies were examined; most of the studies (35.2%) were performed to evaluate the effect of acupressure on labor pain. When the results of the thesis examined in our study with semi-experimental (n=2) and experimental (n=15) research design, it is seen that acupressure is effective in reducing pain. **Conclusion:** In recent years, acupressure, which is one of the important areas of interest in nursing research, is one of the nonpharmacological applications used to reduce pain. As a result, it is argued that the number of the theses about acupressure in Turkey seems to be low in number, despite of the increase in recent years and it is important to conduct more and academic studies as with the subject.

Anahtar Kelimeler: Ağrı; akupresür; hemşirelik; nonfarmakolojik yöntem; tez

Keywords: Pain; acupressure; nursing; nonpharmacological method; theses

Ağrı, insanoğlunun yaşamı süresince deneyimlediği hoş olmayan emosyonel bir duyum, davranış şeklidir.^{1,2} Hastane ortamlarında birçok hastada şiddetli ağrı oluşturan uygulamalar mevcuttur.³ Deneyimlenen ağrı, hasta/bireyde hareket kısıtlılığına,

ajitasyon, psikoz, agresif davranış ve deliryuma neden olarak hastanede kalış süresini uzatabilmekte ve komplikasyonlara neden olabilmektedir. Bu nedenle ağrının tanımlanması ve doğru hemşirelik girişimleri ile azaltılması ya da ortadan kaldırılması

Correspondence: Mahinur DURMUŞ İSKENDER

Kastamonu Üniversitesi Taşköprü Meslek Yüksekokulu, İlk ve Acil Yardım Bölümü, Kastamonu, TÜRKİYE/TURKEY

E-mail: mahinurdurmus@gmail.com



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

Received: 13 Jan 2020

Received in revised form: 07 Feb 2020

Accepted: 07 Feb 2020

Available online: 11 Feb 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/>).

hemşireler açısından önemli bir sorumluluktur.^{4,5} Literatür incelendiğinde, hissedilen ağrıyı azaltmak için farmakolojik ve nonfarmakolojik yöntemlerin olduğu görülmektedir.⁶⁻⁸ Akupresür uygulaması, ağrının azaltılmasında kullanılan nonfarmakolojik yöntemler arasında yer almaktadır.⁹⁻¹¹

Akupresür, Asya'da yaklaşık 5.000 yıllık geçmişe dayanan Çin tıbbının temellerini oluşturan zihin-beden temelli bir uygulamadır. Akupresür, ağrıyı azaltmak için bedende akupunktur meridyenleri ve meridyenler üzerinde bulunan belirli noktalara bası ve ovma benzeri manipülasyonlarla yapılan uygulamadır.¹² Akupresür ile akupunkturdan farklı olarak iğne yerine el, parmak ya da ayakların kullanılarak vücudun belirlenen bölgelerine basınç uygulanmakta, bu yolla enerji kanallarının (kan dolaşımı gibi) düzgün çalışması sağlanmaktadır.^{13,14} Akupresür; endorfin, asetilkolin, norepinefrin, dopamin, enkefalin salınımını uyarak kasları gevşetmekte, kan dolaşımını düzenlemekte ve opioid sistemi aktive etmektedir.^{14,15} Ayrıca vücuttaki akupunktur noktalarına basınç yapıldığında, nosisepsiyon sürecinin başlaması ile impulslar, serotoninergic ve enkefalinergic nöronları uyarmaktadır. Böylece analjezik sisteminin aktive olması sağlanmaktadır.¹⁵ Ağrı kontrolünde akupresürün amacı, hastanın ağrı düzeyini mümkün olan maksimum düzeyde azaltarak, analjezik kullanım oranını azaltmaktır.

Akupresür, öğrenilmesi, uygulanması kolay olan, hastanın kendi kendine uygulayabileceği nonfarmakolojik bir yöntemdir. İğne kullanmayı gerektirmediğinden acısız, ağrısız, zahmetsiz, güvenli, etkili, ekonomik ve yan etkisi olmayan bir tedavi yöntemidir.^{12,16-19} Ülkemizde "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği" adıyla 27 Ekim 2014 tarihli ve 29158 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanarak yürürlüğe giren yönetmelikte, akupresürün ağrı yönetiminde uygulanabileceği belirtilmektedir.²⁰

Ağrı yönetiminde nonfarmakolojik yöntemleri kullanabilmek, hemşirelik bakımının kalitesini artırmak, klinik uygulamalarda ve hasta bakım sonuçlarında fark yaratmak, bakımı standardize etmek, hasta memnuniyetini artırmak ve maliyet etkili bakım ve

rebilmek için hemşirelerin uygulamalarını kanıta dayandırmaları gerekmektedir.⁹⁻¹¹ Hemşirelerin ağrı yönetiminde kullanılan nonfarmakolojik tedavilere yönelik bilgileri uygulayabilmeleri ve yüksek kalitede bakımı sağlayabilmeleri için uygulamalar hakkında bilgi sahibi olmaları gerekmektedir. Bu nedenle, yapılmış akademik tezlerin analiz edilmesi o konunun önemi ve ne kadar yaygın olduğu hakkında bilgiler verebilir, ayrıca uygulanabilirliğini, etkisini ve incelenen alanla ilgili genel durumu ortaya koyabilir. Bu sebeple, bu çalışma ile ülkemizde hemşirelik alanında yapılmış lisansüstü tezlerde akupresür uygulamasının ağrı üzerine etkisini belirlemek ve hemşirelik uygulamalarına ışık tutmak amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Bu çalışmada sistematik derleme yöntemi kullanılmıştır. Sistematik derleme, herhangi bir alanda daha önceden yayımlanmış tüm araştırmaların taranıp, dâhil etme ve dışlama kriterleri konarak derlemeye alınacak araştırmaların belirlenmesi ve bu araştırmalarda yer alan bulguların sentez edilmesi esasına dayanan bir araştırma yöntemidir.²¹ 2000-2019 yılları arasında hemşirelikte ağrı yönetiminde akupresür uygulamasının yapıldığı tezlere ilişkin verilerin toplanması amacıyla öncelikle literatür taraması yapılmış, daha sonra Yükseköğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi Veri Tabanı'na, "ağrı", "akupres", "akupresür", "akupresör" anahtar kelimeleri ile girilerek tarama yapılmıştır. Araştırma için belirlenen anahtar sözcüklerin taranması sonucu 2005-2019 yılları arasında Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Ana Bilim Dalında konu ile ilgili yapılmış 45 tez belirlenmiştir. Çalışmaya, incelenen tezlerin araştırmaya dâhil edilme ölçütlerini sağlayan 17 tez alınmıştır. Dâhil edilme ölçütlerinde müdahale, karşılaştırma grupları ve araştırma desenlerinde herhangi bir sınırlama yapılmaksızın, problem ve sonuçları bakımından sistematik derleme konusuna uyan tezler araştırmaya alınmıştır. Çalışmamız sistematik derleme olup, etik kurul raporu bulunmamaktadır. Tezler yüksek lisans ve doktora tezleri olarak ayrıldıktan sonra tarih sıralamasıyla incelenmiş, verilerin analizinde sayısal değerlendirmeler kullanılmıştır.

DÂHİL EDİLME ÖLÇÜTLERİ

Araştırmaya dâhil edilme ölçütleri;

■ Türkiye Cumhuriyeti YÖK Yayın Dokümantasyon Daire Başkanlığı tarafından 2000-2019 yılları süresince arşivlenen hemşirelik anabilim dallarında yapılmış olan tezlerin,

■ Başlığında ağrı, akupres, akupresör, ve akupresur kelimelerinin yer alması,

■ Ağrı yönetiminde kullanılması,

■ Lisansüstü tez çalışması olması,

■ Hemşirelik ve/veya hemşirelik ana bilim dalları tarafından yapılmış olması ve tezin tam metnine ulaşılabilir olmasıdır.

Araştırmaya dâhil edilmeme ölçütleri ise;

■ Başlığında ağrı, akupres, akupresör, akupresur kelimelerinin geçmemesi veya geçmesine rağmen tek başına akupresur grubunun olmaması

■ Tezlerin farklı bilim dalları tarafından yazılmış olmasıdır.

BULGULAR

Yapılan inceleme sonucunda, çalışmaya dâhil edilme kriterlerini sağlayan 17 adet tez değerlendirilmeye alınmıştır. Tezlerden 8'inin yüksek lisans, 9'unun ise doktora düzeyinde yapıldığı görülmüştür (Tablo 1). Akupresurun ağrıya etkisini inceleyen ilgili ilk tezin 2010 yılında yapıldığı, büyük çoğunluğunun (n=14) son beş yılda yapılmış olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2).

Çalışmalar incelendiğinde; yazılan tezlerin yarı deneysel (n=2) ve deneysel yöntemlerle (n=15) yapıldığı görülmüştür (Tablo 3). Çalışmaların %35,2'sinin (n=6) doğum ağrısına, %17,6'sının (n=3) çocuklarda kan alma işleminde, %23,5'inin (n=4) cerrahi sonrası ağrının azaltılmasında, %23,5'inin (n=4) kemik metastazı olan kanser hastalarında, üst ekstremitte ağrısı olan hemodiyaliz hastalarında, dismenore ve diz osteoartriti ağrısında akupresurun etkisini değerlendirmek amacıyla yapıldığı görülmüştür (Tablo 4). Çalışmaların sonuçları incelendiğinde, farklı örneklem büyüklüklerinde ve farklı yaş grubundaki hastalarla yapılan deneysel ve yarı deneysel tasarımdaki tezlerin tamamında akupresurun ağrı üzerine olumlu etkileri olduğu belirtilmiştir (Tablo 4).

TABLO 1: İncelenen tezlerin türlerine göre dağılımı.

Tez türü	n	%
Yüksek lisans	8	47
Doktora	9	53

TABLO 2: İncelenen tezlerin türlerine göre dağılımı.

Yayınlanma yılı	Tez sayısı	%
2010	2	11,76
2013	1	5,89
2015	1	5,89
2016	3	17,64
2017	1	5,89
2018	4	23,52
2019	5	29,41

TABLO 3: İncelenen tezlerin araştırma türlerine göre dağılımı.

Araştırma türü	n	%
Deneysel	15	88,23
Yarı deneysel	2	11,77

Tablo 4'te görüldüğü gibi, doktora tezi olan ilk çalışma, gebe kadınlar (n=120) üzerinde yapılmış deneysel bir çalışmadır.²² Bir diğer doktora tez çalışması, Trabzon'daki kadın doğum hastanesinde çalışma kriterlerine uyan gebe (n=100) kadınlar ile gerçekleştirilmiştir.²³ Gönenc tarafından yapılan doktora tez çalışmasının örneklemini 120 gebe kadın oluşturmaktadır.²⁴ Yüksek lisans tezi olarak kemik metastazı olan kanser hastaları üzerinde yapılan çalışmanın örneklemini dâhil edilme kriterlerine uyan 60 hasta oluşturmuştur.²⁵ Öncü Çelik tarafından yapılan yüksek lisans tez çalışması, travayda yapılan akupresur uygulamasının doğum ağrısı ve doğumun süresine etkisini belirlemek amacıyla 100 nullipar gebe üzerinde yapılmıştır.²⁶ Lomber disk hernisi ameliyatı geçiren hastalarla yapılan yüksek lisans tez çalışmasında örnekleme, beyin cerrahisi kliniğinde yatan ve lomber disk hernisi yapılam 112 hasta alınmıştır.²⁷ Hemodiyaliz tedavisi alan hastalarla yapılan doktora çalışmasının örneklemini 50 hemodiyaliz hastası oluşturmuştur.²⁸ Koç Özkan İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı kan alma odasına belirli tarihlerde başvuran 100 çocuk ile doktora tezini

TABLO 4: Sistematik analize dâhil edilen tezler.

Tez türü/yılı/yazar	Amaç	Yöntem	Sonuç
Yüksek lisans 2019, Deniz D.	LI4 akupresur noktasına uygulanan basının doğum ağrısına ve doğum süresine etkisi	RKÇ* Deney grubu: 45 Kontrol grubu :45 Plasebo grubu: 45	Çalışmadan elde ettiğimiz bulgular doğrultusunda LI4 noktasına yapılan akupresur uygulamasının doğum ağrısını azalttığı, doğumun aktif faz süresini kısalttığı ve kadınların olumlu bir doğum deneyimi yaşamalarına neden olduğu söylenebilir
Doktora 2019, Deniz AÖ.	Yenidoğanda topuk kanı alma sırasında uygulanan ayak refleksolojisi ve akupresur yöntemlerinin ağrıya etkisi	RKÇ Akupresur grubu: 35 Refleksoloji grubu: 35 Kontrol grubu: 35	Çalışma sonucumuzda, yenidoğanlarda topuk kanı alma işlemi öncesinde uygulanan akupresur ve ayak refleksolojisi yöntemlerinin ağrıyı azaltmak da etkili yöntemler olduğu saptandı
Yüksek lisans 2019, Çapar Y.	Doğum ağrısının yönetiminde sıcak ve soğuk akupresur uygulamasının doğum ağrısı algısına ve doğum süresine etkisi	RKÇ Sıcak akupresur grubu: 58 Soğuk akupresur grubu: 58 Kontrol grubu: 58	Doğumun aktif ve geçiş fazlarında BL31 ve BL32 akupunktur noktalarına uygulanan sıcak ve soğuk akupresurun doğum ağrısı algısını azalttığı ve doğumun aktif ve geçiş fazının süresini kısalttığı belirlenmiştir
Yüksek lisans 2019, Akgün M.	Sezaryen sonrası ağrı üzerine akupresurun etkisinin incelenmesi: randomize, tek kör, plasebo kontrollü çalışma	RKÇ Akupresur grubu: 44 Plasebo grubu: 44 Kontrol grubu: 44	Bu çalışmayla P6 ve LI4 noktalarına uygulanan akupresurun, sezaryen sonrası kadınların ağrı şiddeti ve analjezi tüketim miktarını azaltmada etkili bir yöntem olduğu kanıtlanmıştır
Doktora 2019, Anuş Topdemir E.	Laparoskopik kolesistektomi sonrası akupresur ve reiki uygulamasının hastaların ağrı ve konfor düzeyine etkisi	RKÇ Reiki grubu: 44 Akupresur grubu: 44 Kontrol grubu: 44	Laparoskopik kolesistektomi sonrası hastalara uygulanan reiki ve akupresurun ağrıyı azaltıp, konforu artırdığı görülmüştür
Doktora 2018, Şen S.	Kalp cerrahisi sonrası yapılan akupresur uygulamasının ağrı, anksiyete ve uyku kalitesi üzerine etkisi	RKÇ Deney grubu: 50 Kontrol grubu:50	Kalp cerrahisi sonrası cerrahi klinikte takip edilen hastalarda, St6, GB20, MC6, H7 noktalarına uygulanan akupresurun, hastaların ağrı düzeyini azalttığı, anksiyete düzeyini azalttığı ve uyku kalitesini artırdığı görüldü
Yüksek lisans 2018, Oğul T.	Topuk kanı alma işleminden önce yenidoğanlara uygulanan akupresurun girişimsel ağrıya etkisi	YDÇ Kontrol grubu: 32 Deney grubu: 31	Topuk kanı alma işlemine bağlı ağrının hafifletilmesinde akupresurun etkili olduğu görüldü
Yüksek lisans 2018, Aydemir T.	Diz osteoartriti olan bireylere uygulanan akupresin ağrı, fonksiyonel durum ve yaşam kalitesine etkisi	DÇ Akupres grubu: 45 Kontrol grubu: 45	Araştırma sonucuna göre akupresin, diz osteoartriti olan bireylerde ağrı şiddetini azalttığı, fonksiyonel durumu ve yaşam kalitesini artırdığı belirlenmiş
Doktora 2018, Dinçer D.	Sanyinjiao (SP6) noktasına uygulanan akupresurun primer dismenore üzerine etkisi	RKÇ Akupresur grubu: 34 Kontrol grubu: 33	Akupresurun primer dismenore yönetiminde etkili ve güvenilir bir yöntem olarak kullanılabilirliği belirlendi
Doktora 2017, Koç Özkan, T.	Çocuklara uygulanan akupresurun kan alımı sırasındaki akut ağrıya etkisi	RKÇ Akupres grubu: 45 Kontrol grubu: 45	Kan aldırma işlemi öncesinde akupresur uygulamasının çocuklarda ağrıyı azaltmada etkili olduğu belirlendi
Doktora 2016, Çevik B.	Hemodiyaliz tedavisi alan hastalara uygulanan akupresin üst ekstremitte ağrı şiddeti ve yaşam kalitesine etkisi	RKÇ Akupres grubu: 25 Kontrol grubu: 25	Diyaliz hastalarında akupres uygulamasının üst ekstremitte ağrısını azalttığı ve yaşam kalitesini artırdığı belirlenmiştir
Yüksek lisans 2016, Tanrıverdi S.	Akupresur uygulamasının lomber disk hernisi ameliyatı sonrası ağrı üzerine etkisi	YDÇ† Akupres grubu: 56 Kontrol grubu: 56	Akupresurun lomber disk hernisi ameliyatı sonrası ağrı kontrolünde etkili olduğu düşünülmektedir
Yüksek lisans 2016, Öncü Çelik H.	Travayda yapılan akupresur uygulamasının doğum ağrısı ve doğumun süresine etkisi	DÇ† Akupresur grubu: 50 Kontrol grubu: 50	Travay esnasında on dakikada gelen kontraksiyon sayısı, servikal dilatasyon, efasman, fetal baş seviyesi ölçümlerinin deney grubunda, kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu saptanmıştır

devamı...→

TABLO 4: Sistematik analize dahil edilen tezler (devamı).

Tez türü/yılı/yazar	Amaç	Yöntem	Sonuç
Yüksek lisans 2015, Serçe S.	Kemik metastazı olan kanser hastalarına uygulanan akupresin ağrıya etkisi	RKÇ Akupres grubu: 30 Kontrol grubu: 30	Kemik metastazı olan, primer medikal tedavi alan kanser hastalarının ağrılarının kontrol altına alınmasında akupresin etkili bir yöntem olduğu gösterilmiştir
Doktora 2013, Gönenç İM.	Doğum ağrısının yönetiminde kullanılan nonfarmakolojik yöntemlerden masaj ve akupresurun algılanan doğum ağrısına, gebenin anksiyetesine ve maliyete etkisi	RKÇ Kontrol grubu: 30 Akupresur grubu: 30 Masaj grubu: 30 Akupresur ve masaj grubu: 30	Doğumun birinci evresinde doğum ağrısının yönetiminde, gebelerin anksiyetesini azaltmada, doğumun olumlu algılanmasında akupresur uygulamasının etkili olduğu belirlenmiştir
Doktora 2010, Yeşilçiçek Çalık K.	Doğum eyleminde SP6 noktasına uygulanan basının gebelerde algılanan doğum ağrısına ve doğum eyleminin süresine etkisi	RKÇ Kontrol grubu: 50 Deney grubu: 50	Araştırmada, doğum eyleminde SP6 noktasına uygulanan akupresurun doğum ağrısı algısını azaltmada etkisi olduğu ve eylem süresini yaklaşık bir saat kısalttığı, ayrıca anne konforunu olumlu yönde etkilediği bulunmuştur
Doktora 2010, Mucuk S.	LI4 ve SP6 akupunktur noktalarına yapılan uyarının doğum ağrısı ve süresine etkisi	DÇ LI4 grubu: 40 SP6 grubu: 40 Kontrol grubu: 40	LI4 ve SP6 akupunktur noktasına akupunktur kalemli ile akupres uygulamasının doğum ağrısı ve süresi üzerine olumlu etkisi olduğu belirlenmiştir

*RKÇ: Randomize kontrollü çalışma; † DÇ: Deneysel çalışma; ‡ YDÇ: Yarı deneysel çalışma.

yürütmüştür.²⁹ Düzce Üniversitesi İşletme Fakültesinde gerçekleştirilen doktora tezi çalışması, 67 öğrenci ile yürütülmüştür.³⁰ Aydemir tarafından diz osteoartriti olan bireylerle gerçekleştirilen yüksek lisans tezinde çalışmaya 90 hasta dâhil edilmiştir.³¹ Yarı deneysel tasarımda gerçekleştirilen başka bir yüksek lisans tezinde, 63 yenidoğan ile çalışılmıştır.³² Şen, kalp cerrahisi sonrası 100 hasta ile randomize kontrollü çalışmasını gerçekleştirmiştir.³³ Diyarbakır Gazi Yaşargil Eğitim ve Araştırma Hastanesi Genel Cerrahi Kliniğinde yatışı yapılan Laparoskopik kolesistektomi uygulanan 132 hasta ile doktora tezi yürütülmüştür.³⁴ Akgün'ün gerçekleştirdiği yüksek lisans çalışması, sezaryen sonrası 132 hasta ile gerçekleştirilmiştir.³⁵ Bir başka yüksek lisans çalışması, Ağrı Devlet Hastanesi Kadın Doğum ve Çocuk Hastalıkları Biriminde vajinal doğum yapan 174 primipar gebe ile gerçekleştirilmiştir.³⁶ Yenidoğanlarda topuk kanı alma esnasında akupresur ve refleksoloji uygulanarak 105 hasta ile doktora tezi yapılmıştır.³⁷ Yine doğum ağrısı ve doğum süresine etkiyi belirlemek için gerçekleştirilen doktora tezine, 135 hasta dâhil edilmiştir.³⁸

Tabloda yer almamakla birlikte, tezlerin çoğunluğunun (n=7) doğum ve kadın hastalıkları hemşireliği ana bilim dalı kapsamında yapıldığı görülmüştür.

Tezlerin araştırma desenleri değerlendirildiğinde ise çoğunluğunun randomize kontrollü deneysel çalışma olduğu, sadece üçünün yarı deneysel çalışma olduğu saptanmıştır (Tablo 3).¹⁵

TARTIŞMA

Ağrı, bireylerin yaşam kalitesini etkileyen en önemli unsurlar arasında yer almaktadır. Ağrıya etki edebilecek nonfarmakolojik yöntemlerden biri olan akupresur uygulaması ise bu amaçla yaklaşık 5.000 yıldır kullanılmaktadır.¹² Araştırma kapsamına alınan tezlerde akupresurun doğum ağrısı, kemik ağrısı, postoperatif ağrı, tanı ve tedavi amacıyla yapılan girişimlerde hissedilen ağrıya etkili olduğu görülmüştür. Bunun yanında, ağrı ile ilişkili olarak uyku örüntüsüne olumlu etki ettiği ve yaşam kalitesini de artırdığı belirtilmiştir. Akupresurun opioid sistemi aktive edip dopamin, endorfin vb. salgılanmasına neden olması sonuçları beklendik kılmaktadır.

Çalışmada, tezlerin çoğunluğunun doğum ağrısında (n=6), çocuklarda kan alma işleminde (n=3), cerrahi sonrası ağrının azaltılmasında (n=4), kemik metastazı olan kanser hastalarında, üst ekstremitte ağrısı olan hemodiyaliz hastalarında, dismenorede ve diz osteoartriti ağrısında (n=4) akupresurun etkisini

değerlendirmek amacıyla yürütüldüğü görülmüştür. Çocuklarda kan alma işlemi dışında akupresur uygulamasının olmamasının nedeni, çocuklarda ağrı kontrolünde kolay uygulanabilir ve çabuk etki göstermesi nedeni ile daha çok farmakolojik yöntemlerin tercih edilmesi olabilir.^{39,40}

Çalışmada, tezlerin araştırma desenine bakıldığında, deneysel ve yarı deneysel araştırma deseninde yürütüldüğü görülmüştür. Deneysel çalışmalar esas olarak yeni bir ürün elde etmek, hastalıkların nedenini araştırıp tedavisine yönelik ilaç ve diğer uygulamaların etkinliğini ortaya koymak amacıyla yapılmaktadır.⁴¹ Bu desenlerden randomizasyonu içeren deneysel metodolojinin kullanılması ise bulguların kanıt düzeyini etkileyecektir.⁴² Araştırmada tezlerin çoğunun randomize olarak yürütülmesi, akupresurun etkinliğinin değerlendirilmesinde literatüre kanıt değeri yüksek bilgiler sağlamıştır.

Tez çalışmaları incelendiğinde, gebelerde yapılan çalışmalarda, akupresurun doğum ağrısı algısı üzerine olumlu yönde etkili olduğu belirlenmiştir.^{22-24,26,36,38} Kan alma işlemi esnasında uygulanan akupresurun ağrı üzerine etkilerini ortaya koyan tez çalışmalarında, akupresurun ağrıyı azaltmada etkili olduğu belirtilmiştir.^{29,32,37} Akgün'ün sezaryen sonrası hastaların ağrı düzeyini ve analjezik tüketimini incelediği çalışmada, akupresur uygulamasının, ağrı şiddeti ve analjezik tüketim miktarını azaltmada etkili bir yöntem olduğu belirlenmiştir.³⁵ Cerrahi sonrası incelenen diğer tezlerin de ağrı düzeyini olumlu düzeyde etkilediği görülmüştür.^{27,33,34} Kemik metastazı olan kanser hastalarında, üst ekstremitte ağrısı olan hemodiyaliz hastalarında, dismenorede ve diz osteoartriti olan hastalarda akupresurun etkisine bakıldığında, ağrı şiddetini azaltmada etkili olduğu görülmüştür.^{25,30,31} İncelenen tezler doğrultusunda akupresu uygulamasının ağrı düzeyinde olumlu derecede etkili olduğu görülmüştür.

SONUÇ

Son yıllarda hemşirelik araştırmalarının önemli ilgi alanlarından biri olan akupresur, ağrıyı azaltmak amacıyla kullanılan nonfarmakolojik uygulamalar arasında yer almaktadır. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre akupresur uygulamasını konu alan tezlerin son yıllarda artış göstermekle birlikte sayıca yetersiz olduğu; konuya ilişkin akademik çalışmaların sayısının artmasının diğer araştırmalara ışık tutacağı düşünülmektedir, akupresurun etkisinin yaygınlığını değerlendirmek amacıyla yenidoğan, çocuk ve adolesanlarla benzer çalışmaların daha fazla yürütülmesi önerilmektedir.

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: Mahinur Durmuş İskender; **Tasarım:** Mahinur Durmuş İskender; **Denetleme/Danışmanlık:** Mahinur Durmuş İskender; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Mahinur Durmuş İskender; **Analiz ve/veya Yorum:** Mahinur Durmuş İskender, Handan Eren; **Kaynak Taraması:** Mahinur Durmuş İskender, Handan Eren; **Makalenin Yazımı:** Mahinur Durmuş İskender, Handan Eren; **Eleştirel İnceleme:** Mahinur Durmuş İskender, Handan Eren; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Handan Eren.

KAYNAKLAR

- Aslan FE. Tarihsel süreçte ağrı. In: Aslan FE, ed-tör. Ağrı Doğası ve Kontrolü. 1. Baskı. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi; 2014;45-8.
- Zaybak A, Güneş UY, Tamsel S, Khorshid L, Eşer I. Does obesity prevent the needle from reaching muscle in intramuscular injections? *J Adv Nurs*. 2008;58(6):552-6. [Crossref] [PubMed]
- Basaranoglu G, Basaranoglu M, Erden V, Delatioglu H, Pekel AF, Saitoglu L. The effects of val-salva manoeuvres on venepuncture pain. *Eur J Anesthesiol*. 2006;23(7):591-3. [Crossref] [PubMed]
- Pirbudak Çöçelli L, Bacaksız BD, Ovaryolu N. [The nurse factor in pain therapy]. *Gaziantep Medical Journal*. 2008;14:53-58.
- Çevik B, Taşçı S. [Effect of acupressure application on pain management]. *Journal of Health Science*. 2017;26(3):257-61.
- Eichenfield LF, Funk A, Fallon-Friedlander S, Cunningham BB. A clinical study to evaluate the efficacy of Ela-Max (4% liposomallidocaine) as compared with eutecticmixture of local anesthetic scream for pain reduction in venipuncture in children. *Pediatrics*. 2002;109(6):1093-9. [Crossref] [PubMed]
- MacLean S, Obispo J, Young KD. The gap between pediatric emergency department procedural pain management treatments available and actual practice. *Pediatr Emerg Care*. 2007;23(2):87-93. [Crossref] [PubMed]
- Farion KJ, Splinter KL, Newhook K, Gaboury I, Splinter WM. The effect of vapocoolant spray on pain due to intravenous cannulation in children: a randomized controlled trial. *CMAJ*. 2008;179(1):31-6. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Leufer T, Cleary-Holdforth J. Evidence-based practice: improving patient outcomes. *Nurs Stand*. 2009;23(32):35-9. [Crossref] [PubMed]
- Melynk BM, Fineout-Overholt E, Stillwell SB, Williamson KM. Evidence-based practice: step by step: igniting a spirit of inquiry: an essential foundation for evidence-based practice. *Am J Nurs*. 2009;109(11):49-52. [Crossref] [PubMed]
- Güneş Ü. [Steps of evidence-based practice process in nursing]. *International Refereed Journal of Nursing Researches*. 2017;9:171-87. [Crossref]
- Weiss-Faman P. Acupressure. In: Lindquist R, Tracy MF, Snyder M, eds. *Complementary and Alternative Therapies in Nursing*. 7th ed. New York: Springer Publishing Company; 2014. p.431-45.
- Larson C. *Alternative Medicine*. 1st ed. London: Greenwood Press; 2007. p.1-209.
- Zhu B, Rong PJ, Li YQ, Mei ZG, He W. Acupoints stimulated effective regularity and its mechanisms. *WJAM*. 2009;19(1):6-10.
- Ayçeman N. *Kurs Notları*. 1. Uluslararası ve 3. Ulusal Tamamlayıcı Terapiler ve Destekleyici Bakım Uygulamaları Kongresi, "Tüm Boyutları ile Tamamlayıcı Terapiler", Kongre Kitabı. Antalya: 2016. p.9-14.
- Ohashi W. *Do-It-Yourself Shiatsu: How to Perform the Ancient Japanese Art of Acupressure*. Lindner V, editör. 1st ed. UK: Penguin Compass; 2001. p.144.
- Ahmedov Ş. *Akupresür El Kitabı*. Yaman Lesinger F, editör. 1. Baskı. Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi; 2015. p.112.
- Liu L, Ke G, Jiang X, World Scientific (Firm). *Introduction To Tui Na*. Duan A, translated by. 2nd ed. Singapore: World Century Publishing Corporation; 2013. p.531.
- Başer M, Taşçı S. *Kanıtla Dayalı Rehberleriyle Tamamlayıcı ve Destekleyici Uygulamalar*. 1. Baskı. Ankara: Akademisyen Kitabevi; 2015. p.285.
- İnternet: T.C. Resmî Gazete. (2014). Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği. Sayı: 29158. Son Erişim Tarihi: 06.01.2020. [Link]
- Akers J, Centre for Reviews and Dissemination. *Systematic Reviews: CRD's Guidance for Undertaking Reviews in Health Care*. 3rd ed. York: Centre for Reviews and Dissemination; 2009. p.1-281.
- Mucuk S. L14 ve SP6 akupunktur noktasına yapılan uyarının doğum ağrısı ve süresine etkisi (Doktora tezi). Kayseri, Erciyes Üniversitesi, 2010.
- Yeşilçiçek Çalık K. Doğum eyleminde sp6 noktasına uygulanan basının gebelerde algılanan doğum ağrısına ve doğum eyleminin süresine etkisi (Doktora tezi). İstanbul, Marmara Üniversitesi, 2010.
- Gönenç İM. Doğum ağrısının yönetiminde kullanılan nonfarmakolojik yöntemlerden masaj ve akupresür'ün algılanan doğum ağrısına, gebenin anksiyetesine ve maliyete etkisi (Doktora tezi). Ankara, Hacettepe Üniversitesi, 2013.
- Serçe S. Kemik metastazı olan kanser hastalarına uygulanan akupresürün ağrıya etkisi (Yüksek Lisans tezi). Gaziantep, Gaziantep Üniversitesi, 2015.
- Öncü Çelik H. Travayda yapılan akupresür uygulamasının doğum ağrısı ve doğumun süresine etkisi (Yüksek Lisans tezi). İstanbul, İstanbul Medipol Üniversitesi, 2016.
- Tanrıverdi S. Akupresür uygulamasının lomber disk hernisi ameliyatı sonrası ağrı üzerine etkisi (Yüksek Lisans tezi). Malatya, İnönü Üniversitesi, 2016.
- Çevik B. Hemodiyaliz tedavisi alan hastalara uygulanan akupresürün üst ekstremité ağrı şiddeti ve yaşam kalitesine etkisi (Doktora tezi). Kayseri, Erciyes Üniversitesi, 2016.
- Koç Özkan, T. Çocuklara uygulanan akupresürün kan alımı sırasındaki akut ağrıya etkisi (Doktora tezi). İstanbul, İstanbul Üniversitesi, 2017.
- Diñçer D. Sanyinjiao (SP6) Noktasına Uygulanan Akupresür'ün Primer Dismenore Üzerine Etkisi (Doktora tezi). İstanbul, İstanbul Üniversitesi, 2018.
- Aydemir T. Diz osteoartriti olan bireylere uygulanan akupresürün ağrı, fonksiyonel durum ve yaşam kalitesine etkisi (Yüksek Lisans tezi). Nevşehir, Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi, 2018.
- Oğul T. Topuk kanı alma işleminden önce yenidoğanlara uygulanan akupresürün girişimsel ağrıya etkisi (Yüksek Lisans tezi). Çanakkale, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, 2018.
- Şen S. Kalp Cerrahisi sonrası yapılan akupresür uygulamasının ağrı, anksiyete ve uyku kalitesi üzerine etkisi (Doktora tezi). Sakarya, Sakarya Üniversitesi, 2018.
- Anuş Topdemir E. Laparoskopik kolesistektomi sonrası akupresür ve reiki uygulamasının hastaların ağrı ve konfor düzeyine etkisi (Doktora tezi). Malatya, İnönü Üniversitesi, 2019.
- Akgün M. Sezeryan sonrası ağrı üzerine akupresür'ün etkisinin incelenmesi: randomize, tek körlü, plasebo kontrollü çalışma (Yüksek Lisans tezi). Antalya, Akdeniz Üniversitesi, 2019.
- Çapar Y. Doğum ağrısının yönetiminde sıcak ve soğuk akupresür uygulamasının doğum ağrısı algısına ve doğum süresine etkisi (Yüksek Lisans tezi). Erzurum, Atatürk Üniversitesi, 2019.
- Deniz AÖ. Yenidoğanda topuk kanı alma sırasında uygulanan ayak refleksolojisi ve akupresür yöntemlerinin ağrıya etkisi (Doktora tezi). Eskişehir, Osmangazi Üniversitesi, 2019.
- Deniz D. L14 akupresür noktasına uygulanan basının doğum ağrısına ve doğum süresine etkisi (Yüksek Lisans tezi). İstanbul, Marmara Üniversitesi, 2019.
- Gupta HV, Gupta VV, Kaur A, Singla R, Chitkara N, Bajaj KV, et al. Comparison between the analgesic effect of two techniques on the level of pain perception during venipuncture in children up to 7 years of age: a quasi-experimental study. *J Clin Diagn Res*. 2014;8(8):PC01-4. [Crossref] [PubMed] [PMC]
- Mutlu B, Balcı S. Effects of balloon inflation and cough trick methods on easing pain in children during the drawing of venous blood samples: a randomized controlled trial. *J Spec Pediatr Nurs*. 2015;20(3):178-86. [Crossref] [PubMed]
- Okur H. [Experimental research methodologies]. *Çocuk Cerrahisi Dergisi*. 2016;30(Ek sayı 1):7-11.
- Akın B, Koçoğlu D. [Randomized controlled trials]. *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*. 2017;4(1):73-92.