

# Dejeneratif Osteoartrit Tanılı Hastalarda Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Kullanımı

## The Use of Complementary and Alternative Medicine in Patients With Degenerative Osteoarthritis

### AUTHORS / YAZARLAR

#### Aylin Dikici

Afyonkarahisar Devlet Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, Afyonkarahisar

#### Alper Murat Ulaşlı

Kocatepe Üniversitesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Afyonkarahisar

#### Halime Çevik

Afyonkarahisar Devlet Hastanesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, Afyonkarahisar

#### Selma Eroğlu

Kocatepe Üniversitesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Afyonkarahisar

#### Özlem Solak

Kocatepe Üniversitesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Afyonkarahisar

#### Ümit Dündar

Kocatepe Üniversitesi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Afyonkarahisar

### ÖZET

**Amaç:** Bu çalışmadaki amaç fiziksel tıp ve rehabilitasyon polikliniğine başvuran dejeneratif osteoartrit tanılı hastaların, tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemlerinden hangilerini kullandıklarını, sıklıkla kullanılan yöntemlerin neler olduğunu, tamamlayıcı ve alternatif tıba başvuran hastaların sosyodemografik özelliklerini saptamaktır.

**Yöntemler:** Fiziksel tıp ve rehabilitasyon polikliniğine başvuran toplam 219 hasta çalışmaya alındı. Hastaların demografik özellikleri kaydedildi. Hastalar 'Dejeneratif osteoartrit tanılı hastalarda tamamlayıcı ve alternatif tıp kullanımı' adlı anketi doldurdular.

**Bulgular:** 78 hasta (%35,6) daha önce en az bir tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemini tecrübe etmişti. En fazla tamamlayıcı ve alternatif tıp yönteminin kullanıldığı hastalık diz osteoartriti idi. En fazla kullanılan yöntemler ise bitkisel tedaviler ve oral takviyeler (özellikle glukozamin ve kondroitin) idi. Hastaların çoğu yakın çevreleri tarafından cesaretlendirilmişti, diğer yandan % 21,8 hasta doktorunun tavsiyesi üzerine tamamlayıcı ve alternatif tıp kullanmıştı. Hastaların % 43,6'sı yarar gördüğünü ifade ederken, % 3,8'i yan etki geliştiğini bildirdi.

**Sonuç:** Dejeneratif osteoartrit tanılı hastalarda tamamlayıcı ve alternatif tıp sıklıkla kullanılmaktadır. Bu yüzden, hekimler hastalarını yönlendirebilmek açısından tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemleri hakkında yeterli bilgi düzeyine ve deneyime sahip olmalıdır. Böylelikle olası beklenmeyen yan etkilerin önüne geçilebilir.

**Anahtar kelimeler:** alternatif tıp, tamamlayıcı tıp, osteoartrit

### ABSTRACT

**Aim:** The aim of this study was to determine what are complementary and alternative medicine used for degenerative osteoarthritis in patients referred to physical rehabilitation outpatient clinics; what are the methods frequently used; and sociodemographic characteristics of patients using complementary and alternative medicine.

**Methods:** A total of 219 patients attending the physical rehabilitation outpatient clinics for any diagnosis of degenerative osteoarthritis were included. Demographic data of the patients were enrolled. The patients were requested to the 'The use of complementary and alternative medicine in patients with degenerative osteoarthritis' questionnaire.

**Results:** Seventy-eight patients (35,6 %) experienced at least one method of complementary and alternative medicine previously. The most common disease that complementary and alternative medicine was used for was knee osteoarthritis. The most frequently used methods of complementary and alternative medicine were herbal therapies and oral supplements (mainly glucosamine and chondroitin). Most of the patients using complementary and alternative medicine were encouraged by their entourage and on the other hand 21,8 % used complementary and alternative medicine with the recommendation of their physician. Of the patients using complementary and alternative medicine, 43,6 % reported benefit, while 3,8 % reported adverse effects.

**Conclusions:** Complementary and alternative medicine are commonly used in patients with degenerative osteoarthritis. Accordingly, physicians should have sufficient knowledge and experience about complementary and alternative medicine to guide their patients. Thus, possible unexpected side effects that may occur can be prevent.

**Keywords:** alternative medicine, complementary medicine, osteoarthritis

### Corresponding Author / İletişim için

Uzm. Dr. Aylin Dikici

Afyonkarahisar Orhangazi Mah. Nedim Helvacıoğlu Bulvarı No:73, Afyonkarahisar

E-posta: aylinkaraman401@hotmail.com

Date of submission: 02.08.2015 / Date of acceptance: 18.09.2015

## Giriş

Osteoartrit (OA), eklem kartilajının ilerleyici ve geri dönüşümsüz şekilde kaybının yol açtığı, eklem ağrısı ve disfonksiyonu ile karakterize dejeneratif eklem hastalığıdır. Kronik kas iskelet sistemi ağrısının en önemli sebebidir (1). En sık görüldüğü eklemler kalça ve diz gibi yük taşıyan eklemlerdir. Dünya Sağlık Örgütü'nün tahminlerine göre 65 yaş üstü erişkinlerin kabaca %25'inde bu hastalığa bağlı ağrı ve fonksiyon kaybı vardır. OA, prevalansı erkeklerde 50, kadınlarda 40 yaşın üzerinde dramatik olarak artar. Ülkemizde hastalık yükü çalışmalarında OA 7. sırada olup, ön sıralarda yer almaktadır (2).

Osteoartritin en önemli belirtileri ağrı ve fonksiyon kaybıdır. Buna bağlı olarak yaşam kalitesinde azalma, morbiditede artma meydana gelir. Günümüzdeki tedavi yaklaşımları ile ağrıyı azaltmak, fonksiyonu arttırmak, özürülülüğü azaltmak, hastalığın progresyonunu önlemek veya yavaşlatmak hedeflenmektedir. OA tedavisi için yayınlanan tüm kılavuzlarda farmakolojik ve nonfarmakolojik (eğitim, egzersiz, kilo kontrolü, fizik tedavi modaliteleri, ortezleme) tedavi yaklaşımlarının kombinasyonu önerilmektedir. OA'de geleneksel medikal tedaviye yanıtızlık, etkili ve güvenli yeni preparat arayışlarına neden olmakta, hastaların da giderek tamamlayıcı alternatif tıp (TAT) uygulamalarına yönlenmelerine yol açmaktadır (3,4).

Tamamlayıcı alternatif tıp, Amerika Birleşik Devletleri Ulusal Sağlık Enstitüsü Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi (NCCAM) tarafından 'henüz konvansiyonel tıbbın bir parçası sayılmayan ancak tıbbın çeşitli alanlarında ve sağlık bakım sisteminde yer alan sağlık bakım sistemleri, ürünleri ve uygulamaları' olarak tanımlanmaktadır (5). TAT uygulamaları tüm dünyada giderek artmaktadır. Ülkemizde ve diğer ülkelerde yapılan araştırmalar, özellikle kronik hastalığı olan hastaların, tanı konulduktan önce veya sonra, ya da her iki dönemde modern tedavi yöntemleriyle birlikte veya tek başına TAT yöntemlerine başvurduğu gerçeğini ortaya çıkarmıştır. Yine bu araştırmalarda; hastaların TAT kullanımına ilişkin doğru bilgi vermemesi, kullandığını gizlemesi durumu dikkate alındığında TAT yöntemlerine başvurunun daha da yüksek olabileceği düşünülmektedir. Kullanılan yöntemler ülkenin

coğrafi lokalizasyonu, etnik kökeni, eğitim ve sosyo-ekonomik faktörler ve dini inanışlara, yaşam şekilleri ve kültürlerine göre farklılıklar göstermektedir (6). Bu çalışmadaki amacımız fiziksel tıp ve rehabilitasyon polikliniğine başvuran dejeneratif OA tanısı alan hastaların TAT'a başvurma sıklığı, bu hastalarda geleneksel uygulamalarının neler olduğu, hastaların TAT yöntemlerinden fayda görüp görmediği ve TAT kullananların sosyo-demografik özelliklerini saptamaktır.

## Yöntemler

Çalışmaya ilimizdeki fiziksel tıp ve rehabilitasyon polikliniklerine başvuran, vücudunun çeşitli bölgelerinde dejeneratif osteoartrit tanısı almış, çalışmaya katılmayı kabul eden tüm hastalar dahil edildi. Hastaların muayeneleri yapıldı ve hastalık bölgeleri tespit edildi. Hastalarda cinsiyet farkı ve yaş sınırı gözetilmedi. Hastaların ad, soyad, yaş, cinsiyet, eğitim durumu, ek hastalık öyküsü kaydedildi. Hastalardan görüşme yapmak üzere bilgilendirilmiş yazılı onam alındıktan sonra 'Dejeneratif Osteoartrit Tanılı Hastalarda TAT Yöntemlerine Başvurma Sıklığı ve Nedenleri' başlıklı anket formu doldurmaları istendi. Bu anket formu hastaların TAT yöntemlerine başvurup başvurmadığı, başvurdu ise hangi yönteme başvurduğu (bitkisel yöntemler, kurşun döktürme, türbe ziyareti, muska, okutma, balık, sülük, ip bağlama, yün sarma, çeşitli cihaz kullanma, masaj, yoga, meditasyon, akupunktur, büyü yaptırma, kırıkçı çıkıkçıya gitme, şifalı sulara gitme, hacamat ve diğer), kullanma kararını nasıl verdiği (kendisi, aile, arkadaş, medya, internet, diğer), fayda görüp görmediği, fayda gördü ise ne düzeyde faydalandığı (çok fayda görme, fayda görme, biraz fayda görme, hiç fayda görmeme, zarar görme), kaç defa TAT yöntemine başvurduğu, ailede TAT kullanımı ve TAT ile birlikte ilaç kullanım öyküsü maddelerini içermekteydi. Doldurulan bu anket formu tarafımızca Amerika Birleşik Devletleri Ulusal Sağlık Enstitüsü Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi'nin resmi internet sitesinde yer alan tanımlara göre düzenlenmiştir. Çalışmaya Afyonkarahisar Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından 29.01.2015 tarih ve 2015/02-71 sayılı karar ile onay alınmıştır.

Hastalardan elde edilen veriler SPSS 15.0 (IL, USA) istatistik programı kullanılarak analiz edildi. Değişkenler arası ilişki incelenirken Spearmann korelasyon testi kullanıldı. P değerinin <0,05 olması istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

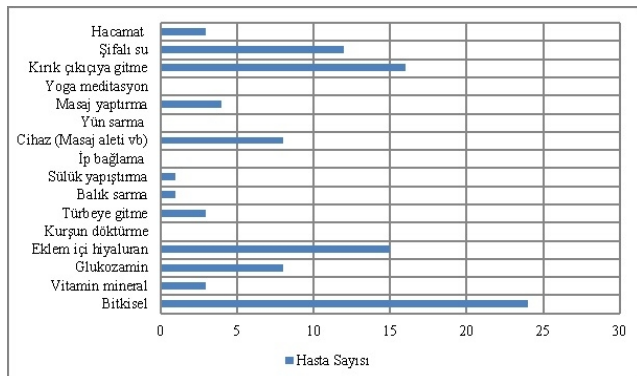
## Bulgular

Çalışmaya 159 kadın (%72,6) ve 60 erkek (%27,4) olmak üzere toplam 219 hasta dahil edildi. Bu 219 hastanın 78'i (%35,6) dejeneratif eklem hastalıkları için hayatlarının bir döneminde en az 1 TAT yöntemi kullanmışken, 141 (%64,4) hasta kullanmamıştı. TAT kullanan ve kullanmayan hastaların sosyo-demografik özellikleri Tablo 1'de gösterilmiştir.

**Tablo 1.** Hastalara ait sosyo-demografik özellikler

	TAT yöntemi kullanan hastalar	TAT yöntemi kullanmayan hastalar
Hasta sayısı	78 (% 35,6)	141 (% 64,4)
Cinsiyet (K/E)	60/18	99/42
Yaş	59,4±12,0	58,4±8,6
Eğitim		
Okuryazar değil	10 (% 12,8)	18 (% 12,8)
İlkokul	56 (% 71,8)	88 (% 62,4)
Ortaokul	6 (% 7,7)	12 (% 8,5)
Lise	5 (% 6,4)	15 (% 10,6)
Üniversite	1 (% 1,3)	8 (% 5,7)

Tamamlayıcı alternatif tıp yöntemleri kullanan 78 hastada alternatif tedavi yöntemleriyle ilişkili anket soruları incelendiğinde en çok tercih edilen yöntemlerin bitkisel yöntemler, kırık çıkıkçı, intraartikuler hyaluran ve şifalı sular olduğu tespit edildi (Şekil 1).



**Şekil 1.** Tercih edilen tamamlayıcı ve alternatif tıp yöntemlerine göre hasta sayıları

Tamamlayıcı alternatif tıp yöntemine başvuru oranı en yüksek diz osteoartritli hastalarda tespit edilirken, hastalık bölgesi omuz olan bireyler ise hiçbir TAT yöntemine başvurmamıştı (Tablo 2).

**Tablo 2.** Hastalık bölgesine göre TAT kullanan hasta sayıları

Hastalık Bölgesi	TAT yöntemi kullanan hasta sayısı (%)	Toplam hasta
Diz	38 (48,7)	97
Bel	26 (33,3)	67
Boyun	12 (15,4)	30
El	2 (2,6)	7
Omuz	0 (0)	15
Diğer	0 (0)	3

Tamamlayıcı alternatif tıp kullananların 34'ü (%43,6) biraz fayda gördüğünü, 30'u (%38,5) fayda görmediğini belirtirken, TAT kullanan hastaların 3'ü (%3,8) TAT'ın yan etki yaptığını belirtti (Tablo 3). Hastaların yarısı TAT ile medikal tedaviyi birlikte kullanırken, yarısı ise medikal tedaviyi kesmişti.

**Tablo 3.** Hastaların TAT'tan fayda görme düzeyleri

Fayda Düzeyi	Hasta sayısı (%)
Çok fayda gördüm	3 (3,8)
Fayda gördüm	8 (10,3)
Biraz fayda gördüm	34 (43,6)
Hiç fayda görmedim	30 (38,5)
Zarar gördüm	3 (3,8)

Yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri ve hastalık bölgesi ile TAT başvuru arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmadı (sırasıyla, p=0,868, p=0,287, p=0,187, p=0,628).

## Tartışma

Osteoartrit tedavisinde alternatif tedavilere başvuru oranı yapılan çalışmalarda %33 ile %66 arasında değişmektedir (7). Bu oran Avustralya'da yapılan bir çalışmada %40, Amerika'da yapılan başka bir çalışmada ise %66,7 bulunmuştur (8,9). Ülkemizde Karadağ ve ark. (10) tarafından yapılan çalışmada, OA'li vakaların %48'inin TAT yöntemine başvurduğunu tespit etmişlerdir. Ulusoy ve ark.'nın (11) inflamatuvar ve non-inflamatuvar romatizmal hastalığı bulunan 318 hasta ile yaptıkları diğer bir çalışmada ise hastaların %46'sının hayatlarının herhangi bir döneminde TAT yöntemine başvurdukları tespit edilmiştir. Ayrıca non-inflamatuvar romatizmal hastalığı bulunan kişilerin başvuru sıklığı

istatistiksel olarak anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (11). Bu çalışmada ise TAT başvuru oranı %35,6 saptanmıştır. Bu oranlar arasındaki farklılık çalışmaların farklı coğrafi bölgelerde yapılmasından kaynaklanabilir.

Kullanılan TAT yöntemleri kültürel ve etnik farklılıklara göre değişim gösterebilmektedir. Batı ülkelerinde en sık kullanılan TAT yöntemleri, multivitaminler, meditasyon, hipnoterapi, homeopati, akupunktur, gevşeme egzersizleri ve aromaterapi iken doğu da daha çok bitkisel terapiler ön planda görülmektedir (12,13). Ülkemizde yapılan çalışmalarda en sık kullanılan TAT yöntemlerinin bitkisel kaynaklı ve beslenme değişiklikleri olduğu, diğer yöntemlerin ise vücut temelli uygulamalar, dua, dini uygulamalar, masaj, vitaminler ve özel diyetler olduğu saptanmıştır (10). Bu çalışmada ise en sık kullanılan TAT yöntemleri bitkisel ürünler (%30,8) iken, bunu kırık-çıkıkçıya başvurma (%20,5) ve intra-artikuler hyaluran (%19,2) kullanımı takip etmekteydi. Homeopati, akupunktur gibi batı ülkelerinde sıklıkla kullanılan metotların çalışmamızda saptanmamasının sebebinin, bu metotların ülkemizde henüz yaygın olarak bilinmemesi ve uygulayacak profesyonel kişilerin sayısının yetersiz olduğu düşünülmektedir.

Yapılan bu çalışmada herhangi bir TAT yöntemine başvuru oranının en yüksek diz osteoartriti olan hastalarda olduğu saptanırken, hastalık bölgesi omuz olan hiçbir hasta TAT'a başvurmamıştı. Literatür incelendiğinde en fazla çalışma diz ve kalça osteoartriti üzerinedir (1,4,14). Bu durumun nedeni, osteoartritin en sık diz, kalça gibi eklemleri tutarken, daha az sıklıkla omuz eklemine tutmasından kaynaklanabilir.

Kullanılan TAT metoduna ulaşma yollarına bakıldığında çok çeşitlilik göstermektedir. Ulusoy ve ark. (11) yaptıkları çalışmada, TAT kullananların büyük bir kısmı yakınları veya kitle iletişim araçları tarafından teşvik edilirken, %13,6'sı hekimlerin önerisi doğrultusunda TAT kullandığını bildirmiştir. Karadağ ve ark. (10) çalışmasında da benzer olarak ilk sırada %52,5'lik oranla aile ve çevrenin önerisi yer almıştır. Hastaların %2,8'i TAT'ı hekim önerisi ile kullandığını bildirmiştir (10). Çalışmamızda da hastaların yarısına yakını aile ve arkadaş etkisi ile

TAT yöntemine başvurmuşken, %24,4 oranında hastanın ailesinde de TAT kullanım öyküsü mevcuttu. Hastaların %21,8'i ise doktor tavsiyesi ile TAT yöntemine başvurmuştu. Bu durum Afyonkarahisar şehrinin şifalı sular açısından zengin olması hastaların doktor tavsiyesi veya fizik tedavi modalitelerine ek olarak bu kaplıca tedavisinden faydalanmaları ve yine yüksek oranda saptanan intraartiküler HA tedavisinin doktor tavsiyesi ile yapılmış olmasına bağlı olabilir.

Önceki yapılan çalışmalarda kadın cinsiyetin ve yüksek eğitim düzeyinin TAT'a başvuru sıklığındaki artışla ilişkili olduğunu gösterilmiştir (9,11,15). Buna karşın literatürde TAT yöntemlerine başvuru ile düşük eğitim düzeyinin ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da mevcuttur (16,17). Yapılan bu çalışmada yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri ile TAT başvurusu arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmadı. Çalışmadaki bulgularımıza benzer olarak Ediger ve ark. (18) çalışmalarında TAT yöntemleri kullanan ve kullanmayan hastalar arasında eğitim düzeyleri, gelir seviyeleri ve cinsiyet yönünden anlamlı bir fark olmadığı belirtilmiştir. Farklı popülasyonlar üzerinde yapılan çalışmalarda TAT yöntemlerine başvuru ile eğitim düzeyi arasında ilişkinin birbirine zıt saptanması ya da bazı çalışmalarda ilişkinin bulunamaması, başvuru alan TAT yöntemleri karşılaştırılmadan açıklanamaz. Kullanılan TAT yönteminin çeşidi eğitim düzeyine göre de değişim gösterebilir.

## Sonuç

Osteoartrit tanısı olan hastalar yaygın bir şekilde TAT yöntemleri kullanmaktadır. Ancak bu yöntemler hakkında bilgiyi başvurdıkları doktorlar yerine sıklıkla aile ve yakın çevrelerinden öğrenmektedirler. Bu nedenle TAT kullanımlarını hekimlerinden saklayabilmektedirler. Hekimler çağımızda giderek kullanımı artan TAT yöntemleri hakkında yeterli bilgi düzeyi ve donanıma sahip olmalı ve bu konuda hastalarını bilgilendirip yönlendirebilmelidir. Böylece hastaların da TAT kullanımı konusunda bilinç düzeyi artacak ve hekimlere danışma olası gelişebilecek beklenmeyen durumların önüne geçilebilecektir.

*Bu makale 25. Ulusal Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kongresi'nde yazılı poster bildirisi (poster no:113) olarak sunulmuştur.*

## Kaynaklar

1. Durmaz B. Osteoartritte tamamlayıcı tıp yaklaşımlarının yeri. *Türk Geriatri Dergisi Özel Sayı* 2011;14(1):83-8.
2. Bodur H. Dünyada ve Türkiye’de osteoartrite güncel bakış; epidemiyoloji ve sosyoekonomik boyut. *Türk Geriatri Dergisi Özel Sayı* 2011;14(1):7-14.
3. Zhag W, Nuki G, Moskowitz RW, Abramson S, Altman RD, Arden NK, et al. OARSI recommendations for the management of hip and knee osteoarthritis. Part III: changes in evidence following systematic cumulative update of research published through January 2009. *Osteoarthritis Cartilage* 2010;18(4):476-99.
4. De Silva V, El-Metwally A, Ernst E, Lewith G, Macfarlane GJ. Evidence for the efficacy of complementary and alternative medicines in the management of osteoarthritis: a systematic review. *Rheumatology* 2011;50(5):911-20.
5. National Center for Complementary and Integrative Health [Internet]. Statistics on costs of complementary health approaches [cited 2014 Jan 01]. Available from: <http://nccam.nih.gov/news/camstats/costs>.
6. Jordan ML, Delunas LR. Quality of life and patterns of nontraditional therapy use by patients with cancer. *Oncol Nurs Forum* 2001;28(7):1107-13.
7. Herman CJ, Allen P, Hunt WC, Prasad A, Brady TJ. Use of complementary therapies among primary care clinic patients with arthritis. *Prev Chronic Dis* 2004;1(4):A12.
8. Herman CJ, Dente JM, Allen P, Hunt WC. Ethnic differences in the use of complementary and alternative therapies among adults with osteoarthritis. *Prev Chronic Dis* 2006;3(3):A80.
9. Zochling J, March L, Lapsley H, Cross M, Tribe K, Brooks P. Use of complementary medicines for osteoarthritis-a prospective study. *Ann Rheum Dis* 2004;63(5):549-54.
10. Karadağ A. Romatizmal Hastalıklarda Alternatif Tıp Ve Tamamlayıcı Tedavi Yöntemleri (tez). Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi, 2012.
11. Ulusoy H, Güçer TK, Aksu M, Arslan Ş, Habiboğlu A, Akgöl G, et al. The use of complementary and alternative medicine in Turkish patients with rheumatic diseases. *Turk J Rheumatol* 2012;27(1):31-7.
12. Sağkal T, Demiral S, Odabaş H, Altunok E. Kırsal kesimde yaşayan yaşlı bireylerin tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemlerini kullanma durumları. *F.Ü.Sağ.Bil.Tıp Derg* 2013;27(1):19-26.
13. Sezer Ö. Türkiye’de yeni parlayan bir integratif tıp yöntemi: homeopati. *Euras J Fam Med* 2015;4(1):1-6.
14. Long L, Soeken K, Ernst E. Herbal medicines for the treatment of osteoarthritis: a systematic review. *Rheumatology* 2001;40(7):779-93.
15. Callahan LF, Wiley-Exley EK, Mielenz TJ, Brady TJ, Xiao C, Currey SS, et al. Use of complementary and alternative medicine among patients with arthritis. *Prev Chronic Dis* 2009;6(2):A44.
16. Ramos-Remus C, Gutierrez-Ureña S, Davis P. Epidemiology of complementary and alternative practices in rheumatology. *Rheum Dis Clin North Am* 1999;25(4):789-804.
17. Akyürek S, Önal C, Kurtman C. Akciğer kanserli alternatif tedavi kullanımı. *Türk Hematoloji-Onkoloji Dergisi* 2005;15(2):73-7.
18. Ediger D, Burgazlıoğlu ÖB, Ege E. Astım ve rinit hastalarında tamamlayıcı ve alternatif tedavi kullanımı. *Astım Alerji İmmünoloji Dergisi* 2008;6(2):61-5.