

Bölüm 4

AKUPRESUR UYGULAMASININ TİP 2 DİYABET HASTALARINDA POLİNÖROPATİ İLE İLİŞKİLİ AĞRI VE UYKU KALİTESİNE ETKİSİ

Fatma GÜNDÜZ ORUÇ¹

Elanur YILMAZ KARABULUTLU²

GİRİŞ

1. DİYABETİN TANIMI

Diyabet, insülin eksikliği ya da insülin etkisindeki defektler nedeniyle organizmanın karbonhidrat, yağ ve proteinlerden yeterince yararlanamadığı, sürekli tıbbi bakım gerektiren, kronik, geniş spektrumlu bir metabolizma bozukluğudur.¹ Diyabetli bireyler, glisemik kontrole ek olarak risk azaltmaya yönelik birçok strateji ile sürekli tıbbi bakıma ihtiyaç duymaktadırlar.² Bu nedenle diyabet bugün endişe verici sınırlar olan, yarım milyar insanın savaştığı, dünya çapında önemli bir sağlık sorunudur.^{2,3,4}

2. DİYABETİN EPİDEMİYOLOJİSİ

Dünya çapında 2019 yılı itibariyle 20-79 yaş aralığında 463 milyon diyabetli bulunmaktadır. Bu sayının 2030'a kadar 578 milyona ve 2045 yılına kadar 699 milyona ulaşacağı tahmin edilmektedir. En büyük artışın, düşük ve orta gelirli ülkelerde olması beklenmektedir.

Türkiye'de 2019 itibariyle 6,4 milyon diyabetli bulunmaktadır. Bu sayının 2045 yılı itibariyle 10,4 milyona ulaşacağı ve Türkiye'nin diyabetli birey sayısı ile dünya genelinde ilk 10 ülke arasına gireceği tahmin edilmektedir.²

3. DİYABETİN SINIFLANDIRILMASI

Diyabet klinik olarak dört sınıfta incelenmektedir.^{2,4}

¹ Arş. Gör. Giresun Üniversitesi, fatmagunduz2325@gmail.com

² Prof. Dr. Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, İç Hastalıkları Hemşireliği AD. elanurkarabulutlu@hotmail.com

lamalarını geliştirmeleri, etkin stratejiler belirlemeleri ve sağlıklı/hasta bireylerde bu uygulamaları etkin ve doğru şekilde kullanmaları beklenmektedir.^{36, 37}

Akupresur, hemşirelik girişimleri sınıflamasında yer alan bir uygulamadır. Akupresurun bütüncül bir yaklaşımı içermesi, alternatif yöntemlere olan inanç, öz bakımını gerçekleştirmek için başka fırsatları da değerlendirme gibi nedenlerle bireyler tamamlayıcı ve alternatif yaklaşımların kullanımını tercih etmektedir.³⁷ Akupresur uygulamasında hemşirenin sorumlulukları şunlardır;^{36, 37}

- Her hastanın ihtiyaçlarına yönelik olarak uygulama yapmalı ve yan etki görülmeden, semptomları azaltarak hastaları öz bakımlarına katılmaları yönünde teşvik etmelidir.
- Akupresur uygulamasını kanıtlara dayandırarak, hastalara danışmanlık yapmalı, hasta zararına ve kötüye kullanıma neden olabilecek durumlara engel olmalıdır.
- Uygulamayı yaparken hastanın durumunu, kaynaklar ve kurum politikası gibi etmenleri göz önünde bulundurmalıdır.
- Hasta seçimi ile ilgili etik değerlere ve hastanın iyilik haline saygı duymalıdır.
- Bireyler bakım ve tedaviyle ilgili kendi kararlarını verme hakkına sahiptirler. Bu nedenle hastaların tedaviyle ilgili bilgilendirilmiş bir seçim yapmaları için uygun ve yeterli bilgiyi sağlamakla sorumludur ve karar verme sürecinde hastaya yardımcı olmalıdır.
- Akupresur uygulamasından önce yapılacak tüm girişimlerle ilgili potansiyel yarar ve zararları tanılamakla sorumludur.
- Akupresurun hastanın sağlık durumu üzerindeki etkilerini değerlendirebilmeli ve ilave bilgi, beceri ve uzmanlık gerektiğinde bunu kabul edebilmelidir.
- Birey için risk ve yararları tanılamak amacıyla akupresurun etkileri ve eylemle ilgili yeterli bilgi sahibi olmalı ve girişimin uygun olup olmadığını belirlemek için bilgiyi sağlayacak mevcut kaynaklara ulaşabilmelidir.

KAYNAKLAR

1. TEMD. Diyabetes Mellitus ve Komplikasyonlarının Tanı, Tedavi ve İzlem Klavuzu. 2020, 12. Baskı.
2. IDF. International Diabetes Atlas. 2020, 8th.
3. Satman I OB, Tutuncu Y, Kalaca S, Gedik S, Dincceg N, et al. TURDEPII Study Group. Twelve-year trends in the prevalence and risk factors of diabetes and prediabetes in Turkish adults. Eur J Epidemiol, 2013.
4. ADA. Standards of Medical Care in Diabetes. 2020, 42.
5. TURKDİAB. Diyabet Tanı ve Tedavi Rehberi. Diyabet Tanı, Sınıflama ve İzlem İlkeleri, 2019.
6. Dünya Sağlık Örgütü, Geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamaları. <https://www.who.int/health-topics/#G> 20 Mart 2018.
7. Özata M. Endokrinoloji, Metabolizma ve Diyet. Baskı. İstanbul, İstanbul Tıp Kitabevi, 2011: 110-125.

8. Colloca L, Ludman T, Bouhassira D, Baron R, Dickenson AH, Yarnitsky D, Freeman R, Truini A, Attal N, Finnerup NB. Neuropathic pain. *Nature reviews Disease Primers*, 2017, 3: 1-19.
9. Bayram E, Elçioğlu K. Diyabetik nöropatiye güncel tedavi yaklaşımları. *Marmara Pharmaceutical Journal*, 2016, 20: 252-262.
10. Chang KL, Fillingim R, Hurley RW, Schmidt S. Chronic pain management: nonpharmacological therapies for chronic pain. *FP essentials*, 2015, 432: 21-26.
11. Surani S, Brito V, Surani A, Ghamande S. Effect of diabetes mellitus on sleep quality. *World Journal of Diabetes*, 2015, 6: 868.
12. Einhorn D, Stewart D, Erman M, Gordon N, Philis-Tsimikas A, Casal E. Prevalence of sleep apnea in a population of adults with type 2 diabetes mellitus. *Endocrine Practice*, 2007, 13: 355-362.
13. Waits A, Tang YR, Cheng HM, Tai CJ, Chien LY. Acupressure effect on sleep quality: a systematic review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 2018, 37: 24-34.
14. Bahnasy WS, El-Henedy YAE, El-Seidy EAS, Labib NAA, Ibrahim ISE. Sleep disturbances in diabetic peripheral neuropathy patients: a clinical and polysomnographic study. *The Egyptian Journal of Neurology, Psychiatry and Neurosurgery*, 2018, 54: 23.
15. Ekici G, Çelenay ŞT, Büyükturan Ö. investigation of the risk factors of diabetic neuropathy in terms of pain, sleep and quality of life. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 2017, 28: 27-32.
16. Cowmeadow O, Shiatsu, A. *Praktical Introduction*. Baskı. UK, Element Books, 2002: 1-185.
17. Schlaeger JM, Gabzdyl EM, Bussell JL, Takakura N, Yajima H, Takayama M, Wilkie DJ. Acupuncture and acupressure in labor. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 2017, 62: 12-28.
18. Acar HV. *Türk Halk Hekimliğinde Akupunktur ve Bağlantılı Teknikler*. Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 2016: 10-18.
19. Zhang YH, Rose K. *Who Can Ride the Dragon? An Exploration of the Cultural Roots of Traditional Chinese Medicine*. Baskı. Brooklyn, NY: Paradigm Publications, 1999.
20. Deadman KM, Baker K. *A Manual of Acupuncture*. Baskı. Hove, East Sussex, England/Vista., CA: *Journal of Chinese Medicine Publications*, 2007.
21. Yamamoto S, McCarty, P. *The Acupressure Handbook*. Baskı. Delhi, Pustak Mahal, 2000.
22. Robinson N, Lorenc A, Liao X. The evidence for Shiatsu: a systematic review of Shiatsu and acupressure. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 2011, 11: 88.
23. Harris RE, Zubieta JK, Scott DJ, Napadow V, Gracely RH, Clauw DJ. Traditional Chinese acupuncture and placebo (sham) acupuncture are differentiated by their effects on μ -opioid receptors (MORs). *Neuroimage*, 2009, 47: 1077-1085.
24. Gao P, Gao X, Fu T, Xu D, Wen Q. Acupuncture: Emerging evidence for its use as an analgesic. *Experimental and therapeutic medicine*, 2015, 9: 1577-1581.
25. Hsiu H, Hsu WC, Chen BH, Hsu CL. Differences in the microcirculatory effects of local skin surface contact pressure stimulation between acupoints and nonacupoints: possible relevance to acupressure. *Physiological Measurement*, 2010, 31: 829.
26. Türkmen H, Çeber Turfan E. The effect of acupressure on labor pain and the duration of labor when applied to the SP6 point: Randomized clinical trial. *Japan Journal of Nursing Science*, 2020, 17.
27. Levett KM, Smith C, Dahlen HG, Bensoussan A. Acupuncture and acupressure for pain management in labour and birth: a critical narrative review of current systematic review evidence. *Complementary Therapies in Medicine*, 2014, 22: 523-540.
28. Liu CF, Yu LF, Lin CH, Lin SC. Effect of auricular pellet acupressure on antioxidative systems in high-risk diabetes mellitus. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 2008, 14: 303-307.
29. Bay R, Bay F. Combined therapy using acupressure therapy, hypnotherapy, and transcendental meditation versus placebo in type 2 diabetes. *Journal of Acupuncture and Meridian Studies*, 2011, 4: 183-186.
30. Rousdy A. Effectiveness of acupressure at the Zusanli (ST-36) acupoint as a comfortable treatment for diabetes mellitus: a pilot study in Indonesia. *Journal of Acupuncture and Meridian*

- Studies, 2017, 10: 96-103.
31. Jin KK, Chen L, Pan JY, Li JM, Wang Y, Wang FY. Acupressure therapy inhibits the development of diabetic complications in chinese patients with type 2 diabetes. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, 2009, 15: 1027-1032.
 32. Waits A, Tang YR, Cheng HM, Tai CJ, Chien LY. Acupressure effect on sleep quality: a systematic review and meta-analysis. *Sleep medicine reviews*, 2018, 37: 24-34.
 33. Wiyatno ER, Pujiastuti RSE, Suheri T, Saha D. Effect of accupressure on quality of sleep and pulse rate in patients with acute myocardial infarction. *Belitung Nursing Journal*, 2017, 3: 360-369.
 34. Wu DJ, Dong HC, Tang TN, Zhu SF. Acupressure for insomnia: A protocol for systematic review and meta-analysis. *Medicine*, 2018, 97.
 35. Shahdadi H, Allah YJ, Mansouri A. Effect of Acupressure on Sleep Quality in Patients with Diabetes Mellitus. *Journal of Diabetes Nursing* 2017. 2: 78-85.
 36. Çakmak S, Nural N. Kronik Hastalıklarda Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Uygulamaları. *Türkiye Klinikleri Journal Internal Medicine Nursing-Special Topics*, 2017, 3: 57-64.
 37. Khorshid L, Yapucu Ü. Tamamlayıcı tedavilerde hemşirenin rolü. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2005, 8: 124-130.