

34.f Ağrı ve Hacamat

Nihan ABİDİN¹

Giriş

Geleneksel ve tamamlayıcı bir tedavi olan kupa tedavisi; özellikle Asya, Orta Doğu ve Avrupa'da uygulanan, eski kültürlerle dayanan bir tıbbi tekniktir (1). Kupa tedavisi genel sağlık durumunu arttırmak, hastalıkları önlemek veya tedavi etmek amacıyla kullanılmaktadır (2). Kupa tedavisi farklı şekillerde uygulanabilir fakat temel olarak ikiye ayrılabilir: ıslak ve kuru kupa tedavisi (3). ıslak kupa tedavisi için farklı metodolojik yöntemler kullanılsa da en önemlisi "Hacamat" olarak adlandırılan şeklidir (4). Son yıllarda yapılan çalışmalar kupa tedavisinin ağrılı durumların yönetiminde etkili olabileceğini göstermiştir (5). Kupa tedavisinin dismenore, akut trigeminal nevralsi, osteoartrit, karpal tünel sendromu, fibromiyalji, servikal spondiloz, lomber disk hernisi, kronik nonspesifik boyun ağrısı, bel ağrısı ve akut gut artrisinde ağrıyı hafiflettiği bildirilmiştir (4,5).

Günümüzde kupa tedavisi, bu tedavi içerisinde yer alan hacamat uygulamaları ve diğer tamamlayıcı tıp uygulamaları dünyada giderek yaygınlaşmaktadır (6). Ülkemizde de 2014 yılında yürürlüğe giren "Sağlık Bakanlığı Sertifikalı Eğitim Yönetmeliği" ve "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği" ile GETAT uygulamalarının sertifikasyonu, bu uygulamaların yapılabileceği merkezler ve uygulama yetkisine sahip personellerin özellikleri belirlenmiştir.

ıslak kupa (hacamat) tekniği negatif basınç kuvveti ile uygulanan emme ve skarifikasyon sonrasında kılcal ağlardan kan ve doku sıvısı alma iş-

lemdir, Kupalar derinin yüzeyine negatif basınç veya emme benzeri bir kuvvet kullanılarak yapıştırılır. Birkaç dakika sonra, kupa kaldırılır ve cilt üzerinde yüzeysel kesiler yapılır. Bir miktar kan ve interstisyel sıvı boşaltılana kadar bu prosedür tekrarlanır (7).

Hacamat Etki Mekanizmaları:

Hacamat yüz yıllardır uygulanan bir tedavi olmasına rağmen etki mekanizması tam olarak anlaşılamamıştır. Kupa tedavisinin etki mekanizmasını açıklayabilmek için birçok hipotez ortaya atılmıştır (8) (Şekil 1).

1. Taibah Teorisi: Bu teoriye göre hacamat tedavisi, kan ve interstisyel sıvıların hastalığa sebep olan veya hastalık oluşturan zararlı maddelerden (CPS: causative pathological substances) temizlendiği bir boşaltım prosedürüdür. Hacamat cilt bariyerini açar, cildin doğal boşaltım fonksiyonlarını artırır, bağışıklığı artırır ve kanı CPS'den temizlemek için her iki kılcal uçta filtrasyonu artırarak homeostazi düzenler. Ayrıca cilde uygulanan kompresyon basıncına bağlı olarak ortaya çıkan "reaktif hiperemi fenomeni" nin de yararlı etkileri olabileceğini savunur. Bu fenomende vasküler kompresyon birkaç dakika için ciltte kan akımının azalmasına neden olur ve vazodilatör mediatörler artar. Kompresyon kaldırıldığında kan akımı belirgin olarak artar ve hiperemi gelişir. Bu, hacamatın sonraki seanslarında

¹ Uzm. Dr., Bursa Aktif Hayat Tıp Merkezi, Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Kliniği, nihanabidin@gmail.com

konvansiyonel tedaviye karşı anlamlı derecede daha az ağrı saptanmıştır. Fakat placebo (yalancı kupa tedavisi) grubu ile karşılaştırıldığında benzer etki görülmemiştir. Sonuç olarak kupa tedavisi fibromiyalji hastaları için konvansiyonel tedaviye göre daha etkin görünse de plasebo grubunda da benzer etkilerin gözlenmesi sonuçların güvenilirliğini etkilemiştir.

Çok merkezli randomize kontrollü bir çalışmada (31) akapunktur, kupa tedavisi ve amiriptilin tedavisinin kombinasyonunu içeren 1. grup, sadece akapunktur ve kupa tedavisini içeren 2. grup ve sadece amiriptilin tedavisi içeren 3. grup birbiri ile karşılaştırılmış ve sonuçlar Mc-Gill Ağrı ölçeği (MPQ), Hamilton Depresyon Değerlendirme Ölçeği (HAMD) ve hassas nokta sayısı ile değerlendirilmiştir. Teröpatik etkinliği 1. grupta, 2. ve 3. gruplara karşı anlamlı şekilde yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Islak kupa tedavisinin miyofasial ağrı sendromlu (MAS) hastalarda etkinliğini araştıran bir çalışmada (32) MAS tanısı olan 43 hasta çalışmaya dahil edilmiş ve sonuçlar Vizüel Analog Skala (VAS), Nottingham Sağlık Profili (NHP) ve Beck Depression Index (BDI) ile değerlendirilmiştir. Hastaların 1. ve 3. ay izleminde VAS, NHP ve BDI skorlarında anlamlı düşüş saptanmıştır. Ek olarak 15. Günde kupa kanından ölçülen laktik asit düzeylerinin başlangıç değerlere göre anlamlı derecede düşük olduğu, aynı düşmenin venöz kan laktik asit düzeylerinde de saptandığı fakat istatistiksel olarak anlamlı olmadığı bildirilmiştir. Yazarlar ıslak kupanın MAS tedavisinde de etkin olabileceğini, hastalarda laktik asit düzeylerini de azaltarak ağrı için etkin olabileceğini savunmuşlardır.

Sonuç

Sonuç olarak farklı mekanizmalar üzerinden etki gösterdiği düşünülen ve birçok farklı endikasyonlar ile ilgili literatür verilerinin bulunduğu bir tamamlayıcı tıp metodu olan kupa ve hacamat

uygulanmasının, uzman kişilerce ve uygun koşullarda, seçilmiş sağlıklı/hasta bireylere uygulandığı sürece etkili, güvenli, yan etki potansiyeli düşük ve maliyet-etkin bir uygulaması olduğu kabul edilebilir. Fakat halen kupa ve hacamat tedavisinin etki mekanizmalarının net olarak aydınlatılabilmesi ve kanıta dayalı tıp kapsamında uygulanabilirliğinin artırılabilmesi için iyi dizayn edilmiş deneysel ve klinik araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

KAYNAKLAR:

1. Farhadi K, Schwebel DC, Saeb M, et al. The effectiveness of wet-cupping for nonspecific low back pain in Iran: a randomized controlled trial. *Complement Ther Med*. 2009;17(1):9-15. doi: 10.1016/j.ctim.2008.05.003
2. Aboushanab TS, AlSanad S. Cupping Therapy: An Overview from a Modern Medicine Perspective. *J Acupunct Meridian Stud*. 2018 Jun;11(3):83-87. doi:10.1016/j.jams.2018.02.001.
3. Christopoulou-Aletra H, Papavramidou N. Cupping: An Alternative Surgical Procedure Used by Hippocratic Physicians. *J Altern Complement Med*. 2008 Oct;14(8):899-902. doi:10.1089/acm.2008.0238.
4. Eisenberg DM, Davis RB, Ettner SL, et al. Trends in alternative medicine use in the United States, 1990- 1997: results of a follow-up national survey. *JAMA*. 1998;280(18):1569-75. doi: 10.1001/jama.280.18.1569
5. El Sayed SM, Mahmoud HS, Nabo M. Methods of Wet Cupping Therapy (Al-Hijamah): In Light of Modern Medicine and Prophetic Medicine. *Altern Integ Med*. 2013, 2:3 doi:10.4172/2327-5162.1000111
6. Kim J, Lee MS, Lee DH, et al. Cupping for Treating Pain: A Systematic Review. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2011; 2011: 467014. doi: 10.1093/ecam/nep035
7. Ghods R, Sayfour N, Ayati MH. Anatomical Features of the Interscapular Area Where Wet Cupping Therapy Is Done and Its Possible Relation to Acupuncture Meridians. *J Acupunct Meridian Stud*. 2016 Dec;9(6):290-296. doi: 10.1016/j.jams.2016.06.004.
8. Al-Bedah AMN, Elsubai İS, Qureshi NA, et al. The medical perspective of cupping therapy: Effects and mechanisms of action. *J Tradit Complement Med*. 2019 Apr; 9(2): 90-97 doi: 10.1016/j.jtcme.2018.03.003

9. Wijk G, Veldhuijzen DS. Perspective on diffuse noxious inhibitory controls as a model of endogenous pain modulation in clinical pain syndromes. *J Pain*. 2010 May;11(5):408-19. doi: 10.1016/j.jpain.2009.10.009.
10. Melzack R, Wall PD. On the nature of cutaneous sensory mechanisms. *Brain*. 1962 Jun; 85:331-56. doi: 10.1093/brain/85.2.331.
11. Ann Let RM. In: Reflex zone therapy for health professionals. First ed. 2000:2-20. Amazon.com
12. Schouenborg J, Dickenson A. Effects of a distant noxious stimulation on A and C fibre-evoked flexion reflexes and neuronal activity in the dorsal horn of the rat. *Brain Res*. 1985 Feb 25;328(1):23-32 doi: 10.1016/0006-8993(85)91318-6.
13. Sato A, Sato Y, Schmidt RF. The impact of somatosensory input on autonomic functions. *Rev Physiol Biochem Pharmacol*. 1997;130:1-328.
14. Shaban T. In: Cupping therapy encyclopedia. First ed. Createspace Independent Pub; 2013
15. Michalsen A, Bock S, Lüdtkke R, et al. Effects of traditional cupping therapy in patients with carpal tunnel syndrome: a randomized controlled trial. *J Pain*. 2009 Jun;10(6):601-8. doi:10.1016/j.jpain.2008.12.013.
16. Faraci FM. Role of nitric oxide in regulation of basilar artery tone in vivo. *Am J Physiol*. 1990 Oct;259(4 Pt 2):H1216-21. doi: 10.1152/ajpheart.1990.259.4.H1216.
17. Moncada S, Palmer RM, Higgs EA. Nitric oxide: physiology, pathophysiology, and pharmacology. *Pharmacol Rev*. 1991 Jun;43(2):109-42.
18. Shaban T. Professional Guide to Cupping Therapy. 1st ed. CreateSpace Independent Publishing Platform: 2009. p.122.
19. Khalil A, Al Qaoud K, Shaqqour HM. Investigation of Selected Immunocytogenetic Effects of Wet Cupping in Healthy Men. *Spatula DD*. 2013; 3(2):51-57 doi:10.5455/spatula.20130712050838
20. Akbari AI, Zadeh SMAS, Ramezani M, et al. The Effect of Hijama (Cupping) on Oxidative Stress Indexes & various Blood Factors in Patients Suffering from Diabetes Type II. *Switzerland Res Park J*. 2013; 102; 788-793.
21. Niasari M, Kosari F, Ahmedi A. Effect of Wet cupping on serum lipoproteins concentrations of patients with hypercholesterolemia. *J Altern Complement Med*. 2007 Jan-Feb;13(1):79-82.
22. Zhang SJ, Liu JP, He KQ. Treatment of acute gouty arthritis by blood-letting cupping plus herbal medicine. *J Tradit Chin Med*. 2010 Mar; 30(1):18-20. doi:10.1016/s0254-6272(10)60005-2.
23. Gok S, Kazancı FH, Erdamar H, et al. Is it possible to remove heavy metals from the body by wet cupping therapy (Al-hijamah)? *Indian Journal of Traditional Knowledge* . 2016;15(4):700-704
24. Parlakpınar H, Polat S. Kupa Tedavisine Genel Bir Bakış (An Overview of Cupping Treatment). *Journal of Traditional Medical Complementary Therapies*. 2020;3(2) doi:10.5336/jtracom.2019-72649
25. Mardani-Kivi M, Montazar R, Azizkhani M, et al. Wet-Cupping Is Effective on Persistent Nonspecific Low Back Pain: A Randomized Clinical Trial. *Chin J Integr Med*. 2019 Jul;25(7):502-506. doi: 10.1007/s11655-018-2996-0.
26. Li JQ, Guo W, Sun ZG, Huang QS, et al. Cupping therapy for treating knee osteoarthritis: The evidence from systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin Pract*. 2017 Aug;28:152-160 doi: 10.1016/j.ctcp.2017.06.003.
27. Lüdtkke R, Albrecht U, Stange R, Uehleke B. Brachialgia paraesthetica nocturna can be relieved by "wet cupping"--results of a randomised pilot study. *Complement Ther Med*. 2006 Dec;14(4):247-53. doi: 10.1016/j.ctim.2006.07.004.
28. Abdulah DM, Mohammedsadiq HA, Mohammed AH. Effectiveness of wet cupping therapy on relieving pain in patients with chronic migraine: an observational study. *J Complement Integr Med*. 2021 Apr 1;18(3):569-577. doi: 10.1515/jcim-2020-0183.
29. Ersoy S, Benli AR. Continue or stop applying wet cupping therapy (al-hijamah) in migraine headache:A randomized controlled trial. *Complement Ther Clin Pract*. 2020 Feb;38:101065. doi: 10.1016/j.ctcp.2019.101065.
30. Lauche R, Spitzer J, Schwahn B, et al. Efficacy of cupping therapy in patients with the fibromyalgia syndrome-a randomised placebo controlled trial. *Sci Rep*. 2016 Nov 17;6:37316. doi: 10.1038/srep37316.
31. Jang ZY, Li CD, Qiu L, et al. Combination of acupuncture, cupping and medicine for treatment of fibromyalgia syndrome: a multi-central randomized controlled trial. *Zhongguo Zhen Jiu*. 2010 Apr;30(4):265-9.
32. Aras M, Badem ND, Kültür T, et al. The Effectiveness of Wet Cupping Therapy and Evaluation of Changes in Lactic Acid Levels in Patients with Myofascial Pain Syndrome. *J Tradit Complement Med*. 2020;3(3):304-10 doi: 10.5336/jtracom.2020-74480