

BÖLÜM 8 ◀

AKUPRESUR VE HEMŞİRENİN ROLÜ

Aybike BAHÇELİ¹

GİRİŞ

Geleneksel Çin Tıbbı'na dayanan akupresur, bir çok hastalıkta semptom kontrolünü sağlamak, iyileşmeyi desteklemek ve sağlığı geliştirmek amacıyla kullanılmaktadır. Günümüzde tamamlayıcı ve alternatif tedaviler arasında sıklıkla tercih edilen bu terapötik uygulama, Dünya Sağlık Örgütü tarafından değerlendirilmiş ve kabul edilmiş bilimsel bir yöntemdir. Akupresur uygulamasının hemşirelik alanında kullanımı giderek yaygınlaşmaktadır. Bakımın kalitesi açısından destekleyici olan bu yöntemin; yararlılığı, pratikliği, kolay uygulanması ve maliyetinin olmaması kullanımı artırmaktadır. Bu alanda yapılan kanıta dayalı çalışmalarla akupresur uygulamasının kliniklerde kullanımının artması, hemşirelerin bağımsız uygulama yönlerini geliştirerek, hasta bakımına katkı sağlamayı ve bütüncül bir bakış açısı getirmeyi kolaylaştıracaktır.

1. AKUPRESUR

Geleneksel Çin Tıbbı'na göre, insan evrenin bir parçasıdır ve Qi (Chi/Çi/Ki) olarak bilinen evrenin gücünü içinde bulundurur (1,2). Yaşam enerjisi ya da

¹ Arş. Gör. Dr., Yozgat Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü Cerrahi Hastalıkları Hemşireliği AD., aybikebahceli@gmail.com

Rahimi ve ark. (73) yaptığı bir çalışmada, kadın ve erkek multipl skleroz (MS) hastalarında akupresurun yorgunluk ve depresyon üzerine olumlu etkisi gösterilmiştir. Yapılan bir başka araştırmadan elde edilen bulgular da ise dört hafta boyunca haftada üç kez uygulanan akupresurun, hemodiyaliz hastalarında kaygı, stres, depresyon ve genel psikolojik sıkıntıyı önemli ölçüde azalttığı gösterilmektedir. Bu olumlu bulguya göre, akupresurun hastaların psikolojik iyi oluşunu geliştirmede bir rolü olabileceği düşünülmektedir (74).

Au ve ark. (70), Chen ve ark. (71) akupresurun anksiyete üzerindeki etkisini değerlendirdikleri sistematik derleme ve meta-analiz çalışmalarında, alınan tüm araştırmaların akupresur uygulamasının cerrahi süreç veya tedaviden kaynaklanan kaygıyı azaltma üzerindeki olumlu etkisi bildirilmiştir.

Sonuç olarak, geçmişi oldukça uzun yıllara dayanan akupresur uygulaması bugün birçok alanda kullanılmaktadır. Artan bilimsel çalışmalarla birlikte günümüzde uygulama alanı ve sıklığı artan akupresurun, genel sağlık düzeyini korumak, geliştirmek ve bir çok hastalıkta semptom kontrolünde kullanılan etkin, tamamlayıcı ve bütüncül bir yöntem olduğu söylenebilir. Yöntemin kullanımı kolay, yan etkisi olmayan ve maliyet gerektirmeyen bir uygulama olması nedeniyle hemşirelik alanında sıklıkla tercih edilmektedir. Ancak bu alanda yeterli kanıtların sağlanması için daha fazla çalışmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Böylece hemşirelerin çalışmaları takip edip, uygulamayı bakıma aktarmaları alana katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

1. Ceyhan Ö. Akupunktur ve Etki Mekanizmaları. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresur Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.1-5.
2. Wagner J. CE: Incorporating acupressure into nursing practice. *Am J Nurs*. 2015;115(12):40-5; quiz 46-7. doi: 10.1097/01.NAJ.0000475290.20362.77.
3. Dülgerler Ş, Demirkol H. Ruh Sağlığı ve Hastalıklarında Akupunktur/Akupresür Uygulamaları. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresur Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.91-8.
4. Chon TY, Mallory MJ, Yang J, et al. Laser acupuncture: a concise review. *Med Acupunct*. 2019; 1;31(3):164-168. doi: 10.1089/acu.2019.1343.
5. Kumaş G, Karadağ S. Sindirim Sistemi Hastalıklarında Akupunktur/Akupresur Uygulamaları. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresur Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.37- 42.
6. Çevik B, Taşçı S. Akupres uygulamasının ağrı yönetimine etkisi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2017; 26:257-61.
7. Çam Yanık T, Altun Uğraş G. Akupresür kullanımının cerrahi girişim sonrası uyku kalitesine etkisi. *SBÜ Hemşirelik Dergisi*. 2020; 2(2), 105-112.

8. Mole Y. Acupuncture for body mind and spirit. Singing Drabon, Londra; 2014, 9-103.
9. Gao D. Traditional Chinese Medicine: The Complete Guide to Acupressure, Acupuncture, Chinese Herbal Medicine, Food Cures and Qi Gong. Illustrated ed. London: Carlton Books; 2013.
10. Gafarov GA. Acupuncture research methods. *J Appl Biotechnol Bioeng*. 2020;7(6):276-8. doi: 10.15406/jabb.2020.07.00242.
11. Pilkington K. Acupuncture therapy for psychiatric illness. *Int Rev Neurobiol*. 2013;(111):197-216. doi: 10.1016/B978-0-12-411545-3.00010-9.
12. Greenlee H, DuPont-Reyes MJ, Balneaves LG, et al. Clinical practice guidelines on the evidence-based use of integrative therapies during and after breast cancer treatment. *CA Cancer J Clin*. 2017;67(3):194- 232. doi: 10.3322/caac.21397.
13. Mucuk S, Ceyhan Ö. Akupres. Başer M, Taşçı S (ed.) *Kanıtla Dayalı rehberleriyle Tamamlayıcı ve Destekleyici Uygulamalar* içinde. 1. Baskı. Ankara: Akademisyen Tıp Kitapevi; 2015. p.203-10.
14. Çanakçı E, Cebeci Z. Obezite tedavisinde ve akupunktur'un yeri. *Klinik Tıp Aile Hekimliği Dergisi*. 2017;9(4):23-30.
15. Mehta P, Dhapte V, Kadam S, et al. Contemporary acupressure therapy: Adroit cure for painless recovery of therapeutic ailments. *J Tradit Complement Med*. 2016; 22,7(2):251-263. doi: 10.1016/j.jtcme.2016.06.004.
16. Demir G. Koruyucu ve İyileştirici Sağlık Uygulamalarında Akupunktur/Akupresürün Yeri Ve Önemi. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresür Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.18-23.
17. Kılıç Akça N, Efe Arslan D. Akupunktur/Akupresür Uygulamalarında Yasal Durum: Dünya ve Türkiye Örnekleri. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresür Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.6-12
18. Zhang YQ, Lu L, Xu N, Tang X, et al. Increasing the usefulness of acupuncture guideline recommendations. *BMJ*. 2022; 25;376:e070533. doi: 10.1136/bmj-2022-070533.
19. Kara H, Arıkan F. Akupunktur/Akupresür Araştırma Ve Uygulamalarında Etik İlkeler Ve Yaklaşımlar. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresür Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.13-7
20. Resmî Gazete 27.10.2014, Sayı: 29158 sayılı *Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği*; 2014. (10/12/2022 tarihinde <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2014/10/20141027-3-1.pdf> adresinden ulaşılmıştır.)
21. Altuntaş D, İşler Dalgıç A. Çocuk Sağlığı Ve Hastalıklarında Akupunktur/Akupresür Uygulamaları. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresür Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.68-74
22. Özdemir Ü, Taşçı, S. Yorgunluk yaşayan kanserli bireylerde bütünlük sağlığı uygulaması: akupres. *Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2017; 26.3: 253-256.
23. Quiroz-González S, Torres-Castillo S, López-Gómez RE, et al. Acupuncture points and their relationship with multireceptive fields of neurons. *J Acupunct Meridian Stud*. 2017;10(2):81-89. doi: 10.1016/j.jams.2017.01.006.
24. EBELİK KİTABI
25. Chao HL, Miao SJ, Liu PF, et al. The beneficial effect of ST-36 (Zusanli) acupressure on postoperative gastrointestinal function in patients with colorectal cancer. *Oncol Nurs Forum*. 2013; 40(2):E61-8. doi: 10.1188/13.ONF.E61-E68.
26. Özkan TK, Balcı S. Çocuklarda ağrı kontrolünde akupresür kullanımı. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2018;7(1), 234-239.
27. Kawakita K, Okada K. Acupuncture therapy: mechanism of action, efficacy, and safety: a potential intervention for psychogenic disorders? *Biopsychosoc Med*. 2014; 20;8(1):4. doi: 10.1186/1751-0759-8-4.

28. Butcher HK., Bulechek GM, Dochterman JM, Wagner CM. *Nursing Interventions Classification (NIC)*. Seventh edition, USA: Elsevier; 2018, 62.
29. İskender MD, Çalışkan N. Konstipasyon Yönetiminde Akupresür Uygulaması ve Hemşirenin Rolü. *Van Medical Journal*. 2020; 27(1),103-108.
30. Chen YW, Wang HH. The effectiveness of acupressure on relieving pain: a systematic review. *Pain Manag Nurs*. 2014;15(2):539-50. doi: 10.1016/j.pmn.2012.12.005.
31. Gliedt JA, Daniels CJ, Wuollet A. Narrative review of perioperative acupuncture for clinicians. *J Acupunct Meridian Stud*. 2015;8(5):264-9. doi: 10.1016/j.jams.2014.12.004.
32. Adimayanti E, Siyamti D, Windayanti H. Acupressure to reduce dysmenorrhea in adolescent. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. 2021;6(1):1-6.
33. Yildirim D, Ciris Yildiz C. The effect of acupressure on vital signs, acute pain, stress and satisfaction during venipuncture: single-blind, randomized controlled study. *Eur J Integrative Med*. 2021;44:101343. doi: 10.1016/j.eujim.2021.101343.
34. Raana HN, Fan XN. The effect of acupressure on pain reduction during first stage of labour: A systematic review and meta-analysis. *Complement Ther Clin pract*. 2020; 39:101126. doi: 10.1016/j.ctcp.2020.101126
35. Tosun Taşar P, Şahin S. Yaşlıda uyku bozuklukları ve uyku bozukluklarında tedavi. *Türkiye Klinikleri Pulmonary Medicine-Special Topics*. 2017; 3(2),104-109.
36. Yanık TÇ, Uğraş GA. Akupresür kullanımının cerrahi girişim sonrası uyku kalitesine etkisi. *SBÜHD*. 2020; 2:105-112.
37. Arab Z, Shariati AR, Asayesh H, et al. A sham-controlled trial of acupressure on the quality of sleep and life in haemodialysis patients. *Acupunct Med*. 2016;34(1):2-6. doi: 10.1136/acupmed-2014-010369.
38. Wiyatno ER, Pujiastuti RSE, Suheri T, et al. Effect of acupressure on quality of sleep and pulse rate in patients with acute myocardial infarction. *Belitung Nursing Journal*. 2017; 3(4), 360-369. doi:10.33546/bnj.162
39. Yaghoubi A, Golfeshan E, Azarfarin R, et al. Effects of acupressure on sleep quality after coronary artery bypass surgery. *Iranian Heart Journal*. 2017; 18(3), 28-34.
40. Yeung WF, Yu BY, Chung KF, et al. Self-administered acupressure for insomnia disorder: A randomized controlled trial. *Phytomedicine*. 2022; 15;99:153993. doi: 10.1016/j.phymed.2022.153993.
41. Abbott R, Ayres I, Hui K. Effect of perineal self-acupressure on constipation: A randomized controlled trial. *J Gen Intern Med*. 2015; 30(4): 434-439.
42. Mojalli M, Abbasi P, Kianmehr M, et al. Effect of acupressure on fecal impaction in hemodialysis patients. *J Mazandaran Univ Med Sci*. 2016; 26(136): 18-25.
43. Wang PM, Hsu CW, Liu CT, et al. Effect of acupressure on constipation in patients with advanced cancer. *Support Care Cancer*. 2019;27(9):3473-8. doi: 10.1007/s00520-019-4655-1.
44. Wang X, Yin J. Complementary and alternative therapies for chronic constipation. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2015;2015:396396. doi: 10.1155/2015/396396.
45. Kirca AŞ, Kanza Gül D. Effects of self-acupressure on pregnancy-related constipation: A single-blind randomized controlled study. *Explore (NY)*. 2021;17(5):463-468. doi: 10.1016/j.explore.2020.07.004.
46. Shin J, Park H. Effects of auricular acupressure on constipation in patients with breast cancer receiving chemotherapy: A randomized control trial. *West J Nurs Res*. 2018;40(1):67-83. doi: 10.1177/0193945916680362.
47. Muz G, Erdoğan Yücel G. Solunum Sistemi Hastalıklarında Akupunktur/Akupresür Uygulamaları. Ceyhan Ö (ed.) *Zihin ve Beden Müdahaleleri: Akupunktur/Akupresür Uygulamaları* içinde. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2022. p.24-9.

48. GOLD. *Global Strategy for prevention, Diagnosis and Management of COPD: Global Initiative for Chronic Obstructive lung Disease 2022*. (01/12/2022 tarihinde <https://goldcopd.org/archived-reports/> adresinden ulaşılmıştır)
49. Doğan N, Taşcı S. Akciğer kanseri hastalarında dispne ve akupres uygulaması. *Spatula DD-Peer Reviewed Journal on Complementary Medicine and Drug Discovery*. 2015; 5(4), 199-205.
50. Mahler DA. A perspective on acupuncture techniques for relief of dyspnea in chronic obstructive pulmonary disease. *Medical Acupuncture*. 2016;28(1):28-32.
51. Yang YQ, Chen HP, Wang Y, et al. Considerations for use of acupuncture as supplemental therapy for patients with allergic asthma. *Clin Rev Allergy Immunol*. 2013;44(3):254-61. doi: 10.1007/s12016-012-8321-3.
52. Nurwati I, Muthmainah M, Huda KN. Acupuncture for asthma: its potential significance in clinical practice. *Med Acupunct*. 2020;32(5):272-9. doi: 10.1089/acu.2020.1443.
53. Chen HY, Li SG, Cho WC1, et al. The role of acupoint stimulation as an adjunct therapy for lung cancer: A systematic review and meta-analysis. *BMC Complementary and Alternative Medicine*. 2013;17(13):362. 60. doi: 10.1186/1472-6882-13-362.
54. El-Saadawy D. Effect of acupressure on dyspnea and fatigue among patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Journal of Education and Practice*. 2013;4(22):50-61.
55. Hashem ES, Yakout RA. Effect of acupressure sessions on dyspnea and fatigue among patients with bronchial asthma. *Assiut Scientific Nursing Journal*. 2020; 8(23), 30-44.
56. Maa SH, Wang CH, Hsu KH, et al. Acupressure improves the weaning indices of tidal volumes and rapid shallow breathing index in stable coma patients receiving mechanical ventilation: randomized controlled trial. *Evid Based Complement Alternat Med*. 2013;2013:723128. doi: 10.1155/2013/723128.
57. NICE. *Antenatal care (NG201)* (11/12/2022 tarihinde <https://www.nice.org.uk/guidance/ng201> adresinden ulaşılmıştır)
58. Tufan S, İnangil D. Kemoterapiye bağlı gelişen bulantı ve kusmanın yönetiminde akupres uygulamasının etkinliği: Sistematik derleme. *SBÜHD Sağlık Bilimleri Üniversitesi Hemşirelik Dergisi*. 2019;1(3):173-82.
59. Galeshi M, Ghanbarpour A, Naeimi Rad M, et al. A comparison of the effect of pressure on the KID21 (Youmen) and P6 (Neiguan) points on the severity of nausea and vomiting of pregnancy. *J Complement Integr Med*. 2020; 23;17(2):/j/jcim.2020.17.issue-2/jcim-2019-0035/jcim-2019-0035.xml. doi: 10.1515/jcim-2019-0035.
60. Liu L, Huo J, Yuan X, et al. The selection rules of acupoints and meridians of traditional acupuncture for postoperative nausea and vomiting: a data mining-based literature study. *Traditional Medicine Research*. 2020; 5(4), 272–281.
61. Lee A, Chan SK, Fan LT. Stimulation of the wrist acupuncture point PC6 for preventing postoperative nausea and vomiting. *Cochrane Database Syst Rev*. 2015;2;2015(11):CD003281. doi: 10.1002/14651858.CD003281.pub4.
62. Alizadeh R, Esmaeili S, Shoar S, et al. Acupuncture in preventing postoperative nausea and vomiting: efficacy of two acupuncture points versus a single one. *J Acupunct Meridian Stud*. 2014;7(2):71-5. doi: 10.1016/j.jams.2013.04.005.
63. Shen CH, Yang LY. The Effects of Acupressure on Meridian Energy as well as Nausea and Vomiting in Lung Cancer Patients Receiving Chemotherapy. *Biol Res Nurs*. 2017;19(2):145-152. doi: 10.1177/1099800416683801.
64. Ozgoli G, Saei Ghare Naz M. Effects of complementary medicine on nausea and vomiting in pregnancy: a systematic review. *Int J Prev Med*. 2018; 30;9:75. doi: 10.4103/ijpvm.IJPVM_430_16.

65. Ayache SS, Chalah MA. Fatigue in multiple sclerosis–insights into evaluation and management. *Neurophysiologie Clinique/Clinical Neurophysiology*, 2017; 47(2), 139- 171.
66. Zick SM, Sen A, Wyatt GK, et al. Investigation of 2 types of self-administered acupressure for persistent cancer-related fatigue in breast cancer survivors: A randomized clinical trial. *JAMA Oncol*. 2016;2(11):1470- 6. doi: 10.1001/jamaoncol.2016.1867
67. Bastani F, Sobhani M, Emamzadeh Ghasemi HS. Effect of acupressure on fatigue in women with multiple sclerosis. *Glob J Health Sci*. 2015;7(4):375-81. doi: 10.5539/gjhs.v7n4p375.
68. Hsieh SH, Wu CR, Romadlon DS, et al. The effect of acupressure on relieving cancer-related fatigue: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Cancer Nurs*. 2021;44(6):E578-88. doi: 10.1097/NCC.0000000000000997.
69. Beikmoradi A, Najafi F, Roshanaei G, et al. Acupressure and anxiety in cancer patients. *Iranian Red Crescent Medical Journal*. 2015;17(3), e25919
70. Au DW, Tsang HW, Ling PP, et al. Effects of acupressure on anxiety: a systematic review and meta-analysis. *Acupunct Med*. 2015;33(5):353-9. doi: 10.1136/acupmed-2014-010720.
71. Chen SR, Hou WH, Lai JN, et al. Effects of acupressure on anxiety: a systematic review and meta-analysis. *J Integr Complement Med*. 2022;28(1):25-35. doi: 10.1089/jicm.2020.0256.
72. Lin J, Chen T, He J, et al. Impacts of acupressure treatment on depression: A systematic review and meta-analysis. *World J Psychiatry*. 2022; 19;12(1):169-186. doi: 10.5498/wjp.v12.i1.169.
73. Rahimi H, Mehrpooya N, Nahayati MA, et al. Self-acupressure for multiple sclerosis-related depression and fatigue: a feasibility randomized controlled trial. *J Adv Med Biomed Res*. 2020;28(130):276-83.
74. Hmwe NT, Subramanian P, Tan LP, et al. The effects of acupressure on depression, anxiety and stress in patients with hemodialysis: a randomized controlled trial. *Int J Nurs Stud*. 2015;52(2):509-18. doi: 10.1016/j.ijnurstu.2014.11.002.