

BÖLÜM 7

LOMBER DİSK HERNİSİ AMELİYATI GEÇİREN HASTALARDA AROMATERAPİNİN AĞRI ÜZERİNE ETKİSİ: RANDOMİZE KONTROLLÜ ÇALIŞMALARIN META-ANALİZİ

Eslem AKKUŞ¹

Tülin YILDIZ²

Çağla AVCU³

GİRİŞ

Lomber disk hernisi, intervertebral disk materyalinin nöral yapılar üzerine taşarak bası oluşturmalarıyla ortaya çıkan yaygın bir omurga hastalığıdır. Genellikle bel ağrısı, sıyatik ağrısı ve hareket kısıtlılığı gibi semptomlarla karakterize edilir (3). Konservatif tedavilere yanıt vermeyen ve ilerleyici nörolojik defisit gösteren hastalarda cerrahi müdahale kaçınılmaz hale gelmektedir. Mikrodiskektomi ve minimal invaziv lomber disk cerrahisi, bu hastalar için tercih edilen cerrahi yöntemler arasında yer alır (6).

Lomber disk hernisi ameliyatı sonrasında gelişen postoperatif ağrı, hastaların iyileşme sürecini olumsuz etkileyen önemli bir komplikasyondur (5). Bu ağrılar, cerrahi travmaya bağlı doku hasarı, inflamatuvar süreçler ve psikolojik faktörlerle ilişkilidir. Ağrı yönetiminde genellikle farmakolojik ajanlar tercih edilmekle birlikte, opioid kullanımının yan etkileri ve bağımlılık riski nedeniyle alternatif yöntemlere duyulan ihtiyaç artmaktadır (1). Bu nedenle postoperatif süreçte güvenli ve etkili non-farmakolojik yaklaşımların entegrasyonu önem kazanmaktadır.

¹ Arş. Gör., Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi, Dış Hekimliği Fakültesi, Protetik Dış Tedavisi AD., korkmazenes569@gmail.com, ORCID iD: 0009-0003-2651-4819

² Prof. Dr., Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik AD., tyildiz@nku.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-4981-6671

³ Arş. Gör., Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik AD., caglaavcu@nku.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-7786-2288

SONUÇ

Çalışma kapsamında yürütülen analizler, birinci araştırma sorusu doğrultusunda, aromaterapi temelli müdahalelerin lomber disk hernisi cerrahisi sonrası ağrı düzeylerini azaltmada anlamlı bir eğilim gösterdiğini ortaya koymuştur. Toplam etki büyüklüğü negatif yönlü olup, müdahale grubundaki hastaların kontrol grubuna kıyasla daha düşük ağrı deneyimlediği görülmüştür. Ancak bu etki istatistiksel olarak anlamlılık düzeyine ulaşmamıştır. Bu durum, aromaterapinin potansiyel yararına işaret etmekle birlikte, daha fazla çalışma ile desteklenmesi gerektiğini göstermektedir. İkinci araştırma sorusuna yanıt olarak, çalışmalarda kullanılan aromaterapi türleri ve uygulama biçimleri arasında belirgin metodolojik farklılıklar bulunmakta; bu da heterojenlik düzeyini artırmaktadır. Nane yağı inhalasyonu, esansiyel yağlarla yapılan masaj uygulamaları ve geleneksel Çin tıbbına dayalı formülasyonlar farklı etki düzeyleri ortaya koymuş; ancak analiz kapsamında bu müdahalelerin benzer etkinlik düzeylerine sahip olup olmadığını net biçimde ortaya koymak mümkün olmamıştır.

Tüm bu veriler ışığında, aromaterapi uygulamaları postoperatif ağrı yönetiminde umut vadeden, düşük maliyetli ve yan etkisi minimal tamamlayıcı bir yöntem olarak değerlendirilmektedir. Ancak bu yöntemin kanıta dayalı klinik uygulamalara entegre edilebilmesi için daha fazla sayıda, daha yüksek örnekleme sahip, protokol standardizasyonu sağlanmış ve metodolojik açıdan güçlü randomize kontrollü çalışmalara gereksinim duyulmaktadır. Gelecekteki araştırmalarda, uygulanan aromaterapötik ajanların kimyasal içeriği, uygulama süresi, dozajı ve kombine müdahale stratejilerinin açıkça tanımlanması; ayrıca ağrı, anksiyete ve fonksiyonel iyileşme gibi çok boyutlu sonuçların eş zamanlı değerlendirilmesi, elde edilecek bulguların bilimsel güvenilirliğini ve klinik uygulanabilirliğini artıracaktır.

KAYNAKLAR

1. Biachi, F. B., de Oliveira Faria, M. F., Oliveira, R. A., de Brito Poveda, V., & Gnatta, J. R. (2025). Effect of Aromatherapy for Postoperative Pain Management in the Postanesthesia Recovery Room: A Systematic Review. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*.
2. Chen, H. T., Kuo, C. F., Hsu, C. C., Lai, L. C., Cheng, A. C., Sun, C. K., & Hung, K. C. (2023). Clinical efficacy of acupuncture for pain relief from renal colic: a meta-analysis and trial sequence analysis. *Frontiers in Medicine*, 9, 1100014.
3. Higgins, J. P. T., Thompson, S. G., Deeks, J. J., & Altman, D. G. (2003). Measuring inconsistency in meta-analyses. *BMJ*, 327(7414), 557–560.
4. Lee, M. S., Choi, J., Posadzki, P., & Ernst, E. (2012). Aromatherapy for health care: an overview of systematic reviews. *Maturitas*, 71(3), 257–260.
5. Liu, Q., Chen, J., Zhou, J., Xie, R., & Wu, J. (2024). The Impact of Five-tone Music Therapy Combined with Compound Essential Oil Acupoint Massage on Postoperative Negative Emotions and Sleep Quality in Patients with Lumbar Disc Herniation.

6. Manchikanti, L., Abdi, S., Atluri, S., Benyamin, R. M., Boswell, M. V., Buenaventura, R. M., ... & Hirsch, J. A. (2013). An update of comprehensive evidence-based guidelines for interventional techniques in chronic spinal pain. Part II: guidance and recommendations. *Pain physician*, 16(2S), S49.
7. Meşe, E., & Sarıtaş, S. (2024). Effects of inhalation of peppermint oil after lumbar discectomy surgery on pain and anxiety levels of patients: A randomized controlled study. *Clinical Nursing Studies*, 12(1), 32–39.
8. Page MJ, McKenzie JE, Bossuyt PM, Boutron I, Hoffmann TC, Mulrow CD, Shamseer L, Tetzlaff JM, Akl EA, Brennan SE, Chou R, Glanville J, Grimshaw JM, Hróbjartsson A, Lalu MM, Li T, Loder EW, Mayo-Wilson E, McDonald S, McGuinness LA, Stewart LA, Thomas J, Tricco AC, Welch VA, Whiting P, Moher D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*. Mar 29;372:n71. doi: 10.1136/bmj.n71. PMID: 33782057; PMCID: PMC8005924.
9. Raak, C., Scharbrodt, W., Berger, B., Büssing, A., Geißen, R., & Ostermann, T. (2018). Hypericum perforatum to improve post-operative Pain Outcome after monosegmental Spinal microdiscectomy (HYPOS): A study protocol for a randomised, double-blind, placebo-controlled trial. *Trials*, 19, 1-10.
10. Xie, Z., Li, Y., Wang, X., Zhang, H., & Liu, Z. (2022). Effect analysis of sacral canal therapy combined with Fufang Wulingzhi Tangjiang in the treatment of residual root pain after lumbar surgery. *European Review for Medical and Pharmacological Sciences*, 26(20), 7742–7750.
11. Zhang, P., Liao, X., Yuan, Q., Lyu, F., & Xie, S. (2023). Effect of aromatherapy on postoperative pain relief: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *European Journal of Integrative Medicine*, 62, 102289.