

## Multiple Skleroz Hastalarının Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Kullanım Durumlarının Belirlenmesi

Determination of the Situation of Complementary and Alternative Treatment Use of Multiple Sclerosis Patients

Güler DURU AŞİRET<sup>1</sup>, Ümit DÜĞER<sup>2</sup>, Sevgisun KAPUCU<sup>3</sup>, Aslı TUNCER KURNE<sup>4</sup>, Rana KARABUDAK<sup>5</sup>

### ÖZET

Tanımlayıcı tipte olan bu araştırma, Multiple Skleroz'lu (MS) hastaların Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi (TAT) kullanım durumlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma, 15 Haziran 2013-15 Kasım 2014 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırma örneklemini 130 MS hastası oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında bireylerin demografik özellikleri ve TAT kullanma durumlarını belirlemek amacı ile anket formu kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdelik ve ki-kare testi kullanılmıştır. Çalışmamızda 48 hastanın (%35,7) en az bir tane TAT yöntemi kullandığı ve TAT yöntemi kullanan hastaların %39,6'sı (n=19) TAT yöntemini kullanmaya bağlı yarar gördüğünü belirlenmiştir. Hastaların %23,8'sinin TAT yöntemi ile ilgili bilgi aldığı saptanmıştır. Hastaların en fazla kullandığı TAT yöntemleri arasında bitkisel ürünler (n=28), vitamin desteği (n=8), dua etme (n=7)'nin yer almaktadır. Hastaların TAT yöntemlerinin kullanma amaçlarının tıbbi tedaviye destek (%59), semptomları tedavi etme (%24,5), rahatlatma (%13,3) ve atakları önleme (%3,2) olduğu saptanmıştır. Çalışmamızda hastalık süresi 9 yıldan az ve Relapsing-Remitting MS öyküsü olan hastaların TAT yöntemlerini daha fazla kullandığı belirlenmiştir. MS hastaları aldıkları tıbbi tedavinin yanı sıra alternatif ve tamamlayıcı tıbbi uygulamalar kullanmaktadır. Ancak bilgi kaynaklarının profesyonel olmadığı ve bu konuda bilgi alma gereksinimi duydukları saptanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Alternatif Tıp, Tamamlayıcı Terapiler, Multiple Skleroz, Hemşirelik

### ABSTRACT

This descriptive research was carried out to determine the situation of Complementary and Alternative Treatment (CAT) use of multiple sclerosis (MS) patients. The research was carried out between 15 June 2013- 15 November 2014. The study sample consisted of 130 MS patients. The data was collected by using questionnaire consisting of the information about the patient's demographic characteristics and using state of complementary and alternative treatment. The results were analyzed using percentage and Chi-square test. Forty-eight patients (35.7%) experienced at least one method of complementary and alternative medicine previously and of the patients using complementary and alternative medicine, 43.6% reported benefit. The most frequently used methods of complementary and alternative medicine were herbal therapies (n=28), vitamin supplementation (n = 8), and pray (n = 7). Purpose of use methods CAT of patients were found medical support treatment (59%), to treat the symptoms (24.5%), relaxation (13.3%) and attack prevention (3.2%). In our study, disease duration less than 9 years and it is determined that Relapsing Remitting MS patients with a history of more use CAT methods. MS patients use of alternative and complementary medical practices in addition to medical treatment. However, it is not professional of information sources and getting information about this is found to be in need.

**Keywords:** Alternative Medicine, Complementary Therapies, Multiple Sclerosis, Nursing

\* Bu çalışma 15- 21 Kasım 2013 tarihinde Antalya'da yapılan 49. Ulusal Nöroloji Kongresi'nde sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

<sup>1</sup>Aksaray Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, gulerduru@gmail.com

<sup>2</sup>Hemşire, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Erişkin Hastanesi Nöroloji Kliniği, u\_eralp@hotmail.com

<sup>3</sup>Doç. Dr. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, sevgisunkapucu@gmail.com

<sup>4</sup>Doç. Dr. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji AD. akurne@hacettepe.edu.tr

<sup>5</sup>Prof. Dr. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Nöroloji AD, rkbudak@hacettepe.edu.tr

## GİRİŞ VE AMAÇ

Günümüzde görülme oranı gün geçtikçe artmakta olan Multiple Skleroz (MS), tam olarak bilinmeyen genetik ve çevresel faktörlerin neden olduğu, myelin kılıfta hasar ile karakterize otoimmün bir hastalıktır. MS'te, santral sinir sisteminin farklı alanlarındaki myelin kılıfın dejenerasyonu nedeni ile hastalığın belirtileri hastadan hastaya farklılık gösterebilmektedir<sup>1</sup>. MS hastaları hastalığa bağlı yaşadıkları semptomları tedavi etme ve hastalık sürecinin değişmesini istemeleri nedeni ile tamamlayıcı ve alternatif tıp (TAT) uygulamalarına yönelebilmektedir<sup>2,3</sup>.

Literatürde MS hastalarının TAT yöntemlerini yaygın olarak kullandığı bildirilmektedir<sup>2-5</sup>. TAT kullanım sıklığı ülkeden ülkeye göre değişiklik gösterebilmektedir<sup>6</sup>. Apel et al. (2006)'in 254 MS hastası ile yaptığı bir çalışmada hastaların TAT yöntemi kullanımı ortalamasının 2,7 olduğu ve %67,3'ünün en az bir yöntem kullandığı saptanmıştır<sup>7</sup>. Nayak et al. (2003) 3140 MS hastası ile yaptığı bir çalışmada, hastaların %57,1'inin bir, %70,2'sinin üç ve daha fazla TAT yöntemi kullandığı ve hastaların ortalama 5,02 TAT yöntemini bir arada kullandığı belirlenmiştir<sup>8</sup>. Marrie et al. (2003) 20778 MS hastası ile yaptığı bir çalışmada ise hastaların %98'inin TAT kullandığı belirlenmiştir<sup>5</sup>. Bu çalışmada en yaygın kullanılan TAT yöntemleri arasında çuha çiçeği yağı, vitamin ve lesitin desteği ve masaj yer almaktadır. Aynı çalışmada MS hastalarının TAT yöntemlerini kullanmalarının nedenleri arasında; uzun hastalık süresi, yeti yitiminin artması ve hastalığa bağlı erken yaşta semptomların görülmesinin yer aldığı bildirilmiştir.

Ülkemizde Gedizlioğlu ve ark. (2015) tarafından yapılan bir çalışma ise hastaların %25,7'sinin daha önce bir TAT yöntemini denediği belirlenmiştir<sup>9</sup>.

MS hastalarının TAT uygulamaları yaygın kullanma nedenleri arasında hastalığa bağlı yaşanan semptomları tedavi etme isteği yer almaktadır<sup>2,4,10</sup>. MS hastalarının en sık ağrı, yorgunluk, aşırı stres gibi sorunlara bağlı olarak TAT yöntemlerini kullandıkları bildirilmektedir<sup>2</sup>. Berkman et al. (1999) 240 MS hastası ile yaptıkları çalışmada, hastaların %90'ının en az bir TAT yöntemi kullandığı ve bu yöntemlerin fiziksel ve psikolojik semptomlarda rahatlama sağladığı bildirilmiştir<sup>11</sup>. Page et al. (2003) çalışmasında TAT kullanımına bağlı olarak MS hastalarının %68'inin sağlıklarının olumlu etkilendiğini ve %61'inin semptomlarında rahatlama olduğunu bildirilmiştir<sup>12</sup>. Nayak et al. (2003) çalışmasında hastaların %73,9'u semptomlarının azaldığını, %52,2'si progresin yavaşladığını, %33,6'sı relapsı önlediğini ve %26,7'si ise remisyonda kalma süresinin arttığını ifade etmiştir<sup>8</sup>. Oken et al. (2004) yaptığı bir çalışmada yoga ve egzersizin MS hastalarının yorgunluk düzeyinde azalma sağladığı saptanmıştır<sup>13</sup>.

MS hastaları tarafından farklı nedenlerle değişik TAT yöntemleri kullanılsa da ülkemizde MS hastalarının TAT yöntemlerini kullanma durumlarına ilişkin kısıtlı sayıda kaynağa ulaşılmaktadır. Bu nedenle ulusal veri tabanımıza katkı sağlaması açısından, MS hastalarının alternatif ve tamamlayıcı tedavileri kullanımına ilişkin deneyim ve görüşlerinin alınması amacıyla planlanmıştır.

## MATERYAL VE METOT

Tanımlayıcı türde olan araştırma, 15 Haziran 2013-15 Kasım 2014 tarihleri arasında Hacettepe Üniversitesi Erişkin Hastanesinin nöroloji kliniği ve MS polikliniğinde takip edilen, kesin MS tanısı almış olan toplam 130 hasta ile yapılmıştır. Araştırmanın evrenini; araştırmanın yapıldığı tarihler arasında çalışmanın yapıldığı üniversite hastanesinin Nöroloji kliniği ve MS polikliniğine başvuran ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden MS hastaları oluşturmuştur. Araştırmanın örnekleme power analizi (%95 güç ve %5 tip I hata düzeylerinde) en az 128 MS hastası olarak belirlenmiştir. Araştırma sürecinde yaşanabilecek kayıplar göz önüne alınarak toplam 130 birey çalışmaya dahil edilmiştir.

Araştırmanın verileri, araştırmacılar tarafından ilgili literatür incelenerek oluşturulan anket formu ile toplanmıştır. İki bölümden oluşan anket formu, 8 açık ve 20 kapalı uçlu olmak üzere toplam 28 sorudan oluşmaktadır. Anket formunun birinci bölümde; hastaların demografik ve hastalıklarına ilişkin toplam 17 soru

bulunmakta, ikinci bölümde ise alternatif ve tamamlayıcı tıp uygulamalarına ilişkin toplam 11 soru yer almaktadır. Araştırmanın verileri araştırmacılar tarafından yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak toplanmıştır. Anket formunun doldurulması yaklaşık 5-10 dakikadır. Araştırmanın planlandığı tarihlerde 20 hasta ile yüz yüze görüşülerek ön uygulama yapılmıştır. Ön uygulama sonrasında veri toplama formunda gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Ön uygulama yapılan bireyler örnekleme dahil edilmemiştir.

Araştırmanın verileri, SPSS-16 paket program kullanılarak analiz edilmiştir. Kategorik ölçümlerin gruplar arası karşılaştırmasında ki-kare test istatistiği kullanılmıştır. Tüm testlerde istatistiksel önem düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

Araştırmanın uygulamasına başlamadan önce, araştırmanın uygulamasının yapılacağı kurumdan yazılı izin ve hastalardan aydınlatılmış onam alınmıştır.

## BULGULAR VE TARTIŞMA

Çalışmaya katılan MS hastaların yaş ortalamasının 33,3±9,6 olduğu, %69,2'sinin kadın, %31'inin lise mezunu, %62,3'ünün evli, %61,7'sinin çalışmadığı ve %69,8'inin ekonomik durumunun orta düzeyde olduğu belirlenmiştir. Çalışmaya katılan bireylerin hastalık süresi ortalamasının 6,8±5,5 ve %52,7'sinin MS hastalığına ek olarak en az bir kronik hastalığı sahip olduğu saptanmıştır. Hastaların %90,7'sinin relapsing-remitting MS, %5,9'unun sekonder progresif MS ve %3,4'unun primer progresif MS tanısı ile izlendiği saptanmıştır. Hastaların semptom sayısı ortalamasının 6,0±2,3 olduğu ve hastaların yaşadığı semptomların sırası ile yorgunluk (%90), konuşma (%75,6), ağrı (%71,5), inkontinans (%66,4), zihinsel sorun (%65,6), görme (%59,4), konstipasyon (%56,3), sık idrar çıkma (%45,3), yürüme (%32,8), duygusal

(%31,2) ve denge (%29,7) sorunu olduğu belirlenmiştir.

Çalışmamızda hastaların sosyodemografik ve tıbbi özelliklerine göre tamamlayıcı ve alternatif tedavi yöntemi kullanımı karşılaştırıldığında hastalık süresi ve MS türüne göre TAT yöntemi kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu saptanmıştır ( $p<0,05$ ), (Tablo 1). Çalışmamızda hastalık süresi 9 yıldan az olanların ve Relapsing-Remitting MS öyküsü olan hastaların TAT yöntemlerini daha fazla kullandığı belirlenmiştir.

Hastaların %35,7'sinin ( $n=48$ ) en az bir tane TAT yöntemi kullandığını, bu yöntemler arasında; bitkisel ürünler ( $n=28$ ), vitamin desteği ( $n=8$ ), dua etme ( $n=7$ ), masaj ( $n=5$ ), müzik ( $n=5$ ), yoga ( $n=3$ ), hipnoterapi ( $n=3$ ), reiki ( $n=2$ ), biyoenerji ( $n=1$ ) ve

akupunktur (n=1) yer aldığı saptanmıştır (Tablo 2).

Çalışmamızda hasta ifadelerine göre, TAT yöntemlerini kullanma amaçları arasında; tıbbi tedaviye destek (%59), semptomları tedavi etme (%24,5), rahatlama (%13,3) ve atakları önleme (%3,2) yer almaktadır. Hastaların %72,1'i yorgunluk, %56,8'i yürüme sorunu, %52,8'i denge sorunu, %26,5'i duygusal sorunu, %23,5'i görme sorunu, %21,2'si ağrı, %19,4'ü zihinsel sorun, %18,8'i konstipasyon, %12,5'i inkontinans, %12,1'i konuşma sorunu ve %9,4'ü sık idrara çıkma sorunu gibi semptomları yönetmek yer almaktadır. TAT yöntemi kullanan hastaların %39,6'sı (n=19) TAT yöntemini kullanmaya bağlı yarar gördüğünü ve %12,2'si (n=5) ise yan etki yaşadığını ifade etmiştir. Hasta bireylerin yaşadığı yan etkiler arasında; atak geçirme (n=1), inkontinans (n=1), plak sayısında artma (n=1), yürümede bozulma (n=1) ve tremor (n=1) yer almaktadır. Hastaların %23,8'sinin TAT yöntemi ile ilgili bilgi aldığı, bilgi alan hastaların %52,4'ü arkadaş ve diğer hastalardan, %7,1'i sağlık personelinden ve %40,5'i medya yolu ile bilgilendiği belirlenmiştir. Sağlık personelinden bilgi alan hastaların %71,4'ü doktordan, %21,4'ü hemşireden ve %7,1'i eczacıdan bilgi aldığı saptanmıştır. Çalışmamız kapsamındaki hastaların %71,5'i TAT yöntemleri ile ilgili sağlık personelinden bilgi almak istediğini ve %73,5'i doktordan, %13,2'si hemşireden, %4,6'sı fizyoterapistten ve %2,9'u diyetisyenden bilgi almak istediğini belirtmiştir.

Kronik hastalıkların birçoğunda olduğu gibi MS hastalığında da farklı sayı ve sıklıklarda TAT yöntemi kullanılmaktadır<sup>14-16</sup>. Çalışmamızda MS hastalarının %35,7'sinin (n=48) en az bir tane TAT yöntemi kullandığını saptanmıştır. Gedizlioğlu ve ark. (2015) tarafından yapılan bir çalışma da ise hastaların TAT kullanım sıklığı %25,7 olarak belirlenmiştir<sup>9</sup>. Sharon et al. (2012) çalışmasında hastaların %57,7'sinin TAT yöntemi kullandığını belirlenmiştir<sup>16</sup>. Skovgaard et al. (2013)

yaptığı bir çalışmada MS hastalarının %51,8'inin son bir yılda TAT yöntemlerinden birini kullandığı belirlenmiştir<sup>2</sup>. Skovgaard et al. (2012) yaptığı farklı bir çalışmada ise MS hastalarının TAT kullanım sıklığı %46-58,9 olarak saptanmıştır<sup>17</sup>. Ülkemizde MS hastaları arasında TAT kullanım sıklığı diğer ülkelere göre daha düşük oranda bulunmuştur. Bunun nedeninin bu yöntemlerin yeterince tanınmaması ya da güvenilmemesi olduğu düşünülmektedir. Ayrıca konu hakkında sağlık personelinin yeterince bilgisinin olmamasının da etkisinin olduğu düşünülmektedir<sup>18</sup>.

Çalışmamızda TAT yöntemi kullanımı ile hastaların sosyodemografik özellikleri karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaz iken (p>0,05), hastalık süresi ve MS türü ile TAT yöntemi kullanımı arasında farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir (p<0,05). Ülkemizde yapılan başka bir çalışmada çalışmamıza benzer olarak hastaların sosyodemografik özellikleri ile TAT kullanımı arasında bir farklılığın olmadığı saptanmıştır<sup>9</sup>. Buna karşın Skovgaard et al. (2013) yaptığı bir çalışmada, orta yaşta kadın, yüksek eğitim ve yüksek gelir düzeyindeki MS hastalarının TAT yöntemlerini daha sıklıkla kullandığı saptanmıştır<sup>2</sup>. Marrie et al. (2003) yaptığı bir çalışmada ise hastaların sosyodemografik faktörlerinin TAT yöntemlerini kullanmaları üzerine minimal derecede etkili olduğu ve hastalığa bağlı faktörlerin TAT yöntemi kullanmada daha etkili olduğu saptanmıştır<sup>5</sup>. Aynı çalışmada minimalden daha fazla fiziksel sorun yaşayan, hastalık süresi 12 yıldan daha uzun olan ve hastalığa bağlı semptomların erken yaşta görüldüğü bireylerin TAT yöntemi kullanımının daha sık olduğu bildirilmektedir. Hastalıkla uzun dönem yaşayan hastaların semptom kontrolünde yaşadığı sıkıntılar da daha fazla olmaktadır. Bu semptomlarla ve hastalık süreciyle baş edebilmek için tıbbi tedavi dışındaki yarar sağlayıcı yöntemlerin kullanım sıklığının artmasının doğal bir yaklaşım olduğunu düşünmekteyiz.

MS hastalarının farklı TAT yöntemlerini bir arada ya da yalnız kullandığı bilinmektedir. Çalışmamızda hastaların kullandıkları TAT yöntemleri arasında ilk üç sırada bitkisel ürünler (n=28), vitamin desteği (n=8) ve dua etme (n=7) yer almaktadır. Skovgaard et al. (2013) yaptığı bir çalışmada TAT yöntemi kullanan MS hastalarının %78,5'inin vitamin ve mineral desteği aldığı belirlenmiştir<sup>2</sup>. Marrie et al. (2003) yaptığı bir çalışmada kiropraktik, masaj ve besin desteği aldığı saptanmıştır (5). Gedizlioğlu ve ark. (2015) çalışmasında hastaların reiki, biyoenerji ve yoga yaptığı (n=15) ve diğerlerinin ise bitkisel ürün kullandığı (n=10) bildirilmiştir<sup>9</sup>. MS hastalarının farklı TAT yöntemlerini kullanmada hastaların bireysel farklılıklarının yanında, dini faktörler, ekonomik imkanlar, yaşadıkları ülke ya şehrin imkanları, TAT yöntemleri hakkında bilgilendirilmeleri, TAT yöntemlerine erişim gibi farklılıklarında yer alabileceği düşünülmektedir.

Literatürde hastalarının TAT yöntemi kullanma nedenleri arasında farklılıklar yer almaktadır. Berkman et al. (1999) 240 MS hastası ile yaptıkları çalışmada TAT kullanan hastaların %54,6'sı tıbbi tedavinin semptomları rahatlatmadığını, %54,5'i geleneksel tedavi ile MS hastalığında iyileşme olmayacağına inandığını ve %47,5'i iyileşmeyi umut ettiğini bildirmiştir<sup>11</sup>. Nayak et al. (2003) çalışmasında ise katılımcıların %51,1'i tıbbi tedavisinin etkili olmayacağına inandığı için ve %36,7'si de tedavilerinin kendi kontrollerinde olduğu için TAT kullandığını ifade etmiştir<sup>8</sup>. Berkman et al. (1999) yaptığı çalışmada TAT yöntemi kullanan hastaların fiziksel ve psikolojik semptomlarda rahatlatma sağladığı bildirilmiştir<sup>11</sup>. Oken et al. (2004) yaptığı bir çalışmada yoga ve egzersizin MS hastalarının yorgunluk düzeyinde azalma sağladığı saptanmıştır<sup>13</sup>. Olsen (2009) tarafından ağrı, yorgunluk ve stres gibi semptomların azaltılması amacıyla MS hastaları tarafından kullanıldığı bildirilmiştir<sup>3</sup>. Çalışmamızda MS hastalarının TAT yöntemlerini kullanma amaçları arasında; tıbbi tedaviye destek, semptomları tedavi etme, rahatlatma ve

atakları önleme yer almaktadır. Ayrıca çalışmamızda hastaların en sık yorgunluk, yürüme, denge ve duygusal sorunlar nedeni ile TAT yöntemlerini kullandıkları saptanmıştır.

Çalışmamızda TAT yöntemi kullanan hastaların %39,6'sı TAT yöntemini kullanmaya bağlı yarar gördüğünü ve %12,2'si ise yan etki yaşadığını ifade etmiştir. Çalışmamıza benzer olarak Skovgaard et al. (2013) yaptığı bir çalışmada da TAT yöntemlerini kullanan MS hastalarının çoğunun olumlu etki yaşadığı, çok azının yan etki (%15,8) yaşadığı belirlenmiştir<sup>2</sup>. Ancak yan etki yaşayan hastaların konuya ilişkin doktoru ya da hemşiresi ile görüşmesi gerekliliğine ilişkin bilinçli olmadıkları ve konunun önemine yönelik yeterince bilgi sahibi olmadıkları belirlenmiştir. TAT kullanımına bağlı hastaların zarar görmesinin önemli olduğu düşünüldüğünden sağlık personelinin konuya ilişkin hastaları yeterince bilgilendirmediği ve öneminin vurgulanmadığı düşünülmektedir.

Çalışmamızda hastaların %23,8'sinin TAT yöntemi ile ilgili bilgi aldığı ve bilgi alan hastaların bilgiye erişim kaynakları arasında arkadaş ve diğer hastalar (%52,4), medya (%40,5) ve sağlık personeli (%7,1) yer almaktadır. Sağlık personelinin bilgi alan hastaların %71,4'ü doktordan, %21,4'ü hemşireden ve %7,1'i eczacıdan bilgi aldığı saptanmıştır. Çalışmamıza benzer olarak Gedizlioğlu ve ark. (2015) yaptığı çalışmada hastaların %32'sinin TAT yöntemleri hakkında bilgi aldığı belirlenmiştir<sup>9</sup>. Page et al. (2003) çalışmasında MS hastalarının TAT hakkında bilgi kaynakları arasında medya (%50), aile ve arkadaş (%50) yer almaktadır<sup>12</sup>. Berkman et al. (1999) yaptığı bir çalışmada TAT kullanan hastaların %68'i başka hastalardan duyduğunu, %39,6'sı arkadaşlarının kullanması için ikna ettiğini ve %37,6'sı da doktorunun tavsiye ettiğini bildirmiştir<sup>11</sup>. Yapılan çalışmalarda hastaların çok az bir kısmının TAT yöntemleri hakkında bilgi sahibi olduğu ve bu bilginin kaynağının sağlık personeli olmadığı anlaşılmaktadır.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Sağlık personelinin hasta bireyi ilk hastaneye kabul aşamasında sorgulaması ve değerlendirmesi gerekli başlıklardan birinin de TAT yöntemleri olduğu mutlaka göz önünde bulundurulmalıdır. Hasta bireylerin kulaktan dolma, kendilerine uygun olmayan farklı TAT uygulamalarını yapmaları ve sağlık personelinde de bilinçli ya da bilinçsiz bu uygulamaları gizlemeleri hem tıbbi tedavinin etkinliği hem de hastalık sürecinde

ortaya çıkabilecek farklı sorunların ortaya çıkmasına neden olması açısından önemlidir. Hasta bireyler için zaman, maddi ve manevi kayıplarının oluşabilmesi hem de hastaneye sürekli ve tekrarlı yatışların olabilmesi nedeni ile her hastada TAT yöntemlerini kullanım durumu sorgulanmalı, uygunluğu kanıtlanmış yöntemlerinin devam ettirilmesi, zararlı olabileceği düşünülen yöntemlerin kullanımının engellenmesi gerekmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Rowland PL. Merritt's Neurology. In: Baslo B, Gürses C (eds).11th ed. Güneş Tıp Kitabevi. ISBN: 978-975-277-181-9. Ankara: 2008.
2. Skovgaard L, Nicolajsen PH, Pedersen E, Kant M, Fredrikson S, Verhoef M, et al. Differences between users and non-users of complementary and alternative medicine among people with multiple sclerosis in Denmark: A comparison of descriptive characteristics. *Scand J Public Health* 2013;41(5):492-499.
3. Olsen SA. A review of complementary and alternative medicine (CAM) by people with multiple sclerosis. *Occup Ther Int* 2009;16(1):57-70.
4. Huntley A. A review of the evidence for efficacy of complementary and alternative medicines in MS. *Int MS J* 2006;13(1):5-12.
5. Marrie AR, Hadjimichael O, Vollmer T. Predictors of alternative medicine use by multiple sclerosis patients. *Mult Scler* 2003;9(5):461-466.
6. Bausell RB, Lee WL, Berman BM. Demographic and health-related correlates to visits to complementary and alternative medical providers. *Med Care* 2001;39(2):190-196.
7. Apel A, Greim B, König N, Zettl UK. Frequency of current utilisation of complementary and alternative medicine by patients with multiple sclerosis. *J Neurol* 2006;253(10):1331-1336.
8. Nayak S, Matheis RJ, Schoenberger NE, Shiflett SC. Use of unconventional therapies by individuals with multiple sclerosis. *Clin Rehabil* 2003;17(2):181-191.
9. Gedizlioğlu M, Yumurtaş S, Trakyalı AU, Yıldırım F, Ortañ P, Köşkdereelioğlu A. Multipl sklerozda alternatif ve tamamlayıcı tedavi kullanımı: kesitsel bir anket çalışması. *Turk J Neurol* 2015;21(1):13-15.
10. Yadav V, Shinto L, Bourdette D. Complementary and alternative medicine for the treatment of multiple sclerosis. *Expert Rev Clin Immunol*. 2010;6(3):381-395.
11. Berkman CS, Pignotti, MG, Cavallo PF, Holland NJ. Use of alternative treatments by people with multiple sclerosis. *Neurorehabil Neural Repair* 1999;13(4):243-254.
12. Page SA, Verhoef MJ, Stebbins RA, Metz LM, Levy JC. The use of complementary and alternative therapies by people with multiple sclerosis. *Chronic Dis Can* 2003;24(2-3):75-79.
13. Oken BS, Kishiyama S, Zajdel D, Bourdette D, Carlsen J, Haas M, Hugos C, Kraemer DF, Lawrence J, Mass M. Randomized controlled trial of yoga and exercise in multiple sclerosis. *Neurology* 2004;62(11):2058-2064.
14. Bowling AC. Complementary and alternative medicine in multiple sclerosis. *Continuum Lifelong Learning Neurol* 2010;16(5):78-89.
15. Salamonsen A, Launso L, Kruse TE, Erikson SH. Understanding unexpected courses of multiple sclerosis among patients using complementary and alternative medicine: A travel from recipient to explorer. *Int J Qualitative Stud Health Well-being* 2010;5(2):5032(1-19).
16. Stoll SS, Nieves C, Tabby DS, Schwartzman R. Use of therapies other than disease-modifying agents, including complementary and alternative medicine, by patients with multiple sclerosis: a survey study. *J Am Osteopath Assoc* 2012;112(1):22-28.
17. Skovgaard L, Nicolajsen PH, Pedersen E, Kant M, Fredrikson S, Verhoef M, Meyrowitsch DW. Use of complementary and alternative medicine among people with multiple sclerosis in the Nordic Countries. *Autoimmune Dis*. 2012;2012:841085.
18. Bal B, Kapucu S. Views of Turkish nurses and physicians about complementary and alternative therapies. *IJCS* 2014;7(3):914-924.