

Akupunktur nedir?

Akupunktur, ‘‘acus’’ (iğne) ve ‘‘puncture’’ (batırma) kelimelerinin birleşmesinden oluşan ‘iğne batırmak’ anlamına gelen bir kelimedir. Akupunktur, Çin tıbbında vücudun belli noktalarına çok ince uçlu özel iğneler ile uyarı verilerek yapılan bir tedavi şeklidir.

Nasıl etki eder?

Akupunkturun ağrı azaltıcı, rahatlatıcı, homeostaz sağlama, bağışıklık sistemini yükseltme, psikolojik, motor tamir ve rejenerasyon etkisi vardır.

Kimler uygulayabilir?

Bu alanda Sağlık Bakanlığı onaylı sertifika programına katılıp başarılı olmuş ve bu sertifikayı almaya hak kazanmış tıp doktorları uygulayabilir.

Akupunkturun Çeşitleri nelerdir?

İğne akupunktur

Lazer akupunktur

Elektroakupunktur

Akupressor

Moksibasyon

Akupunktur nasıl uygulanır?

Akupunktur tercihen hasta sırt üstü yatar pozisyondayken, tek kullanımlık steril ve paslanmaz çelik veya steril altın ve gümüş iğnelerin seçilen uygulama bölgelerine batırılması şeklinde uygulanır. Batırılırken hastalarda Çin tıbbında De-qi hissi olarak bilinen hafif uyuşma, ağrı, rahatsızlık hissi oluşur. Aslında bu his iğnenin doğru yerde olduğunu gösteren bulgulardan biridir. İğneler yaklaşık olarak 20-30 dakika kadar bekletilir. Tedavi boyunca kısa aralıklarla hastaya iğne hareketi ile uyarı verilebilir. Tedavinin sonunda iğneler çıkarılır.



Şekil 1: Bel bölgesine akupunktur uygulanmış bel ağrılı bir hasta



Şekil 2: Ağrı azaltmada etkili bir nokta olan 'hegu' noktasına akupunktur uygulaması

Akupunktur Tedavisinin Yan Etkileri Nelerdir?

Akupunktur yan etkisi az olan bir tedavi yöntemi olmakla beraber, iğne yerinde hafif kızarıklık, ağrı, lokal enfeksiyonlar oluşabilir.

Akupunktur Hangi Hastalıkların Tedavisinde Kullanılır?

Dünya Sağlık Örgütü'nütedavi yöntemi olarak önerdiği hastalıklarda uygulanır. Bu hastalıklardan başlıcaları;

Bel ağrısı

Boyun ağrısı

Diz ağrısı

Tenisçi dirseği

Omuz ağrıları

Romatoid artrit

Baş ağrısı

Sigara bırakma

Kilo kontrolü

Akupunktur Tedavisi Ne Kadar Sürer?

Akupunktur tedavisi haftada bir ya da iki kez uygulanır. Tedavi süresi kişiye ve hastalığa göre değişmekle beraber tedavi süresi 6-10 seans arası değişir.

Akupunktur Tedavisi Öncesinde ve sonrasında nelere dikkat edilir?

Akupunktur tedavisi öncesi hastaların çok aç ya da tok olmamaları gerekir. Hastaların yanlarında bir refakatçi ile gelmeleri uygundur. Tedavi sonrasında mümkünse ağır işler yapmamaları önerilir.