

## Homeopatiye Genel Bakış ve Akıldaki Sorular Overview of Homeopathy and Questions in the Mind

### ÖZET

Toplum artan şekilde klasik/konvansiyonel tıp dışında kalan, “alternatif ve tamamlayıcı tıp” başlığı altında çok çeşitli yöntemleri kullanmaya başlamıştır. Bu durum konu ile ilgili tartışmaları da beraberinde getirmektedir. Alternatif ve tamamlayıcı tıp yöntemleri arasında bulunan; doğadaki bütün maddeleri kullanan ve belli prensipleri ilke edinen “Homeopati “ açısından özellikle akla gelen bazı soruların bu derlemede cevaplanması amaçlanmıştır. Dünyada ve ülkemizde homeopatinin yeri nedir? Homeopatiyi kimler kullanmaktadır? Hekimler bu konuya nasıl yaklaşmaktadır? Bu konuya farkındalığın artması, kişilere yol gösterme açısından yararlı olacaktır.

**Anahtar kelimeler:** alternatif tıp, tamamlayıcı tıp, homeopati

### ABSTRACT

The community increasingly has begun to use various methods under the heading of “Alternative and Complementary Medicine” which are outside of conventional/classic medicine. This situation brings with it discussions about the issue. In this review article it is aimed to answer some of the questions that come to mind in terms of “Homeopathy”, one of the practices of alternative and complementary medicine; a method which is using all the substances in the nature and having some certain principles. What is the position of it in the world and in our country? Who are using homeopathy? How do the doctors approach to this issue? To increase the awareness of this subject, will be useful in order to guidance the people.

**Keywords:** alternative medicine, complementary medicine, homeopathy

**Doç. Dr. Alis Özçakır, Araş. Gör. Dr. Fatma Oflu Doğan**  
Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, BURSA

## Homeopatiye Genel Bakış ve Akıldaki Sorular Overview of Homeopathy and Questions in the Mind

### Giriş

Günümüzde, toplumun giderek artan oranlarda alternatif ve tamamlayıcı tıp a(ATT) yöntemlerini kullanmaya başladığı, bu konuya olan ilginin arttığı ve özellikle batı toplumlarında son iki dekada ATT kullanımında dramatik bir yükselmenin olduğu bildirilmektedir.<sup>1-3</sup> Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ve Avrupa’da bu sıçrayışı gösteren çok sayıda çalışma mevcuttur. İngiltere’de 1986-1991 yılları arasında ATT kullanımının %70 arttığı belirtilmekte <sup>4</sup> ve toplumun yaklaşık %48’inin son 1 yılda herhangi bir ATT yöntemine başvurduğu gösterilmektedir<sup>5</sup>. Benzer şekilde Fransa’da da bahsedilen bu sıçramayı görmek mümkündür; 1982’de %16 olan ATT kullanım oranının 1992’de %36’ya çıktığı bildirilmektedir.<sup>6</sup> ABD’de 1990-1997 yıllarında ATT kullananlar %34’ten %42’ye çıkmış ve 1998’de bu oran %47,3’lere ulaşmıştır.<sup>1</sup>

Geniş bir yelpaze içinde olan bu ATT yöntemleri ülkeye ve yaşanan bölgeye göre değişiklik gösterebilmektedir. Ülkemiz açısından en sık kullanılan yöntemler arasında herbal tedaviler, akupunktur, masaj, vitamin ve mineraller daha ön planda gibi görünmekte; homeopatinin de aralarında olduğu bir kısım yöntemler ise doktorlar da dahil olmak üzere toplum tarafından daha az bilinmektedir.<sup>7,8</sup>

### Homeopati nedir?

Alternatif ve tamamlayıcı tıp uygulamaları içerisinde bulunan “Homeopati” belli yasalara ve ilkelere dayalı terapötik bir yöntemdir. İlk olarak eski Yunan yazıtları ve Hipokrat zamanında adı geçmekle birlikte; geliştirilmesi, adlandırılarak prensipler dahilinde literatüre geçmesi 200 yıl kadar önce (1796) Alman doktor Samuel Hahnemann tarafından gerçekleştirilmiştir.<sup>9</sup> Homeopati terimi; Yunanca “Homoios” (Benzer) ve “Pathos” (Hastalık) kelimelerinin birleşmesinden meydana gelir; “Benzeri benzer ile tedavi etmek” yani

“*Similia Similibus Curentur*” şeklindeki temel ilkesini; benzerler yarasını ifade eder. Homeopatinin özünü oluşturan bu temel ilkenin anlamı şudur: **“Bir madde sağlıklı insanlara verildiğinde o insanlarda hangi hastalığa benzer belirtilere yol açıyorsa, o hastalığa gerçekten yakalanmış hasta kişiler bu etken madde ile tedavi edilebilir”**.<sup>10,11</sup> **Homeopatik ilacın düşük dozda olması ve tek bir ilaç kullanılması da homeopatinin diğer iki ilkesini oluşturmaktadır.** Birçok kişinin ‘yanlış olarak’ bunu bitkisel tedavi olarak düşünmese karşın, homeopati doğadaki bütün maddeleri kullanarak (bitki, hayvan, mineral gibi) *remedi*’leri (ki homeopatide ilaç terimi yerine remedi ifadesi kullanılır) oluşturur. Remedilerin hazırlanması özellik arz eder; seri dilüsyon -sıklıkla orijinal maddenin hiçbir molekülü kalmayana dek- ve dilüsyonlar arasında güçlü çalkalama (potentizasyon) ile giden bir süreçtir. Bu süreç ile bilginin, seyreltilmiş maddeden çözücü içine geçtiği düşünülür, ancak şu anki bilgilerimizin ışığı altında bu durum gösterilemez.<sup>12,13</sup> Klasik homeopatide her hasta eşsizdir. Hastanın hikayesine ve semptomlarına uyan iyice seyreltilmiş olan ve etkili olabilecek en düşük doz ilaç seçilir.<sup>14</sup>

### Dünyada Homeopatinin yeri:

Homeopati, en sık kullanılan ATT yöntemlerinden biridir ve özellikle Fransa, Almanya, Hollanda ve İngiltere’de olmak üzere Batı Avrupa’da yaygın şekilde kullanılmaktadır.<sup>15</sup> Başlıca Hindistan ve Latin Amerika’nın aralarında bulunduğu dünyanın birçok ülkesinde de popülerdir; ABD’de son zamanlarda kullanımında hızlı bir artış görüldüğü bildirilmektedir.<sup>1</sup> Homeopati, Norveç’te en sık kullanılan ATT metodudur; 1997’de Norveçlilerin %37’sinin homeopata başvurduklarını bildirmiştir ve bu başvuruların son 20 yıldır artma gösterdiği bildirilmektedir.<sup>16,17</sup> İsviçre’de homeopati kullanım sıklığının %5-%24 arasında değiştiği bildirilmektedir.<sup>18,19</sup> İsrail’de ATT kullanımı

## Homeopatiye Genel Bakış ve Akıldaki Sorular Overview of Homeopathy and Questions in the Mind

%5,8 olarak bildirilmekte olup, bu grup içerisinde akupunkturdan (%28,2) sonra ikinci sırada homeopati (%22,1) uygulamalarının geldiği ifade edilmektedir.<sup>20</sup>

İnsanlar neden ATT yöntemlerine yönelmektedir?

Toplumda homeopatinin de içinde bulunduğu bu ATT yöntemlerini kullanan insanların artışı karşısında akla bir takım sorular gelmektedir. Neden insanlar bu yöntemlere yönelmektedir? Klasik/modern tıba tercih edilmelerinin altında yatan nedenler nelerdir? İnsanların neden ATT yöntemlerini kullandığına dair çalışmaların sonuçları, bu sorulara cevap olarak başlıca bildirilen nedenlerdir.<sup>21,22</sup>

- Sağlık hizmetinde tüm olası tedavi seçeneklerini değerlendirme arzusu
- Yan etki olmaksızın tedavi olmaları umudu
- Klasik tıptan hayal kırıklığına uğramış ve/veya fayda görmemiş olma
- Bu yaklaşımın hastanın son umudunu oluşturması
- Daha önceki hoş olmayan deneyimlerinin kişiyi klasik tıp dışında tedavi yöntemleri aramaya itmesi
- Klasik tıbbın birçok kronik hastalığı tedavi etmede yetersiz kalması
- Kişinin kendi sağlık kontrolünü kendi elinde tutmak istemesi
- Hastanın karar aşamasına aktif olarak katılma istemi

Mercer ve arkadaşlarının çalışmasına göre konsültasyonların uzunluğu, kişiye bütüncül yaklaşım, bir birey olarak kabul edilmeleri ve “hikaye”lerini anlatmalarını sağlayarak bunu derinlemesine dinlemeleri erişkin hasta grubunun homeopatlara danışmasındaki önemli özellikler olarak bildirilmektedir.<sup>23</sup> Birçok kişinin ATT yöntemlerine yönelmesinde en büyük etkenlerden birinin bunların klasik/konvansiyonel tıbbın aksine çok daha doğal olduğunu düşünmeleridir. Doğallığı nedeniyle güvenli olduğunu ve hoş olmayan yan etkiler yapmayacağına olan inancın fazla ol-

duğu bildirilmektedir.<sup>24</sup> Kişilerin ATT yöntemleri ile ilgili olarak sahip oldukları kişisel deneyimin de bu tip yöntemlerin etkinliğine inanma ya da inanmama konusunda önemli bir faktör olduğu da vurgulanmaktadır.<sup>25</sup>

### Kimler bu yöntemleri kullanmaktadır? Bu kişilerin genel özellikleri nelerdir?

Genel olarak bakıldığında, ATT uygulamalarını kullanan kişilerin daha çok kadın olduğu, eğitim düzeyi ve gelir düzeyi yüksek kişiler olduğu bildirilmektedir.<sup>1</sup> Bunun dışında etnik kökenin; örneğin ABD’deki bir çalışmada İspanyol olmayan beyazlarda<sup>26</sup> ve İsrail’de de Arap asıllılara göre Yahudi İsraillilerde daha fazla ATT kullanıldığı<sup>20</sup> ve yaşanan bölgenin ATT kullanımında etkili olduğu bildirilmektedir.<sup>27</sup> İsviçre’de Lozan’daki bireylerle yapılan bir çalışmada da homeopati kullanan kişilerin daha fazla oranda kadın ve eğitim düzeyi yüksek kişiler olmalarının yanı sıra ayrıca obez olma sıklığının daha az olduğu ve daha yüksek fiziksel aktivite oranlarına sahip oldukları bulunmuştur.<sup>28</sup> Genel toplum ile karşılaştırıldığında homeopatik hastaların eğitim düzeylerinin yüksek olmasının nedeni olarak; homeopati konusunda bilgi sahibi olmaları, kamudaki sağlık sistemi dışındaki sağlık hizmeti seçeneklerine başvurma konusunda kendilerini daha güvende hissetmeleri ve üçüncü bir olasılığın da ekonomik olabileceği öne sürülmektedir.<sup>17</sup> Gelir düzeyi yüksek olan kişilerin sağlığını kontrol altında tutmaya yönelik davranışlar içine girdiği, düzenli olarak çeşitli ATT yöntemlerini kullanma eğiliminde olduğu çalışmalarda gösterilmektedir.<sup>29,30</sup>

Kadınların ATT yöntemlerini erkeklerden daha yüksek oranda kullanma eğilimlerinin olması literatürde ortak bir görüştür<sup>18</sup>. van der Weg, bunun tıbbi konularda daha yüksek bir sağlık bilincine sahip olmalarından veya konvansiyonel tıba karşı daha fazla oranda olan bir güvensizlikten kaynaklanabileceğini

## Homeopatiye Genel Bakış ve Akıldaki Sorular Overview of Homeopathy and Questions in the Mind

ileri sürmektedir.<sup>19</sup> ATT kullanımının neden kadınlarda daha yüksek olduğu konusuna Furnham, kadınların -en azından başlangıçta- büyük ölçüde erkekler tarafından başlatılan ve geliştirilen konvansiyonel tıptan dışlanmaları ve doğal, bitkisel ilaçları (herbal remedileri) geliştirmek durumunda kalmaları neticesinde ATT kullanımına yöneldikleri şeklinde ilginç bir yanıt vermektedir.<sup>24</sup> Bu yöntemleri kullananların çoğunlukla kadın olmasının yanında, Homeopatiyi bizzat uygulayan kişilerin de ağırlıklı olarak kadın olması ilginçtir. Scott homeopatiyi “feminist bir tıp formu” olarak adlandırmaktadır.<sup>31</sup> Norveç’te erkekten çok kadın homeopatların olduğu bildirilmekte ve bütüncül kişi yaklaşımında öncelikle kadın uygulayıcıların ağır basmasının neden olduğunu ileri sürülmektedir.<sup>32</sup> Hastaya bütüncül bakma kavramından birçok çalışmada bahsedilmektedir.<sup>23</sup> Çocuklarını Norveç’te homeopata götüren aileler bunun nedeni olarak hekimin daha çok semptom odaklandığını oysa homeopatların semptomlar dışında kişiye bütün olarak bakarak araştırdığını bildirmektedir.<sup>32</sup>

### Hekimler neden homeopati hakkında bilgi sahibi olmalı?

Homeopatinin toplum tarafından oldukça yaygın ve giderek artan şekilde kullanılması<sup>1</sup> ve özellikle Amerika ve Avrupa başta olmak üzere homeopatik ilaçların reçetesiz satılan (over-the-counter: OCT) ilaç pazarının önemli bir kısmını oluşturmaları<sup>33</sup>, dolayısıyla insanların bunlara kolayca ulaşabildikleri halde hekimlerin bu konudaki bilgilerinin kısıtlı olması ve

hastaların bu tip yöntemleri kullanmaları konusunu hekimleri ile paylaşamaması<sup>8</sup>, hekimlerin bu konudaki bilgilerini arttırma gerekliliği açısından önemli nedenlerdir.

Homeopatinin de içerisinde bulunduğu ATT yöntemlerinin kullanımı konusundaki açıklamalardan birini Eisenberg hasta ile hekim arasındaki iletişim stilinden ve hastanın karşı karşıya olduğu ciddi sağlık sorunları karşısındaki belli başlı psikolojik ihtiyaçlarından kaynaklanan “durumsal özellikler” olarak ifade etmektedir.<sup>34</sup> Hekimlerin hastalarla aralarında bir köprü kurmak için, hastalarının bu tip yöntemleri kullanma istekleri ve beklentileri konusunda daha fazla farkında olmaları gerekmektedir.<sup>35</sup>

Sonuç olarak “neden” sorusu birçok açıdan ele alınarak, ATT yöntemlerine başvuruların neden giderek artmakta olduğu, neden belli özelliklere sahip kişilerde bu başvurunun daha fazla olduğu gibi konularda daha derinlemesine çalışmalar yapılmalıdır. Ülkemiz açısından sağlıklı veriler ve sonuçlar açısından konu ile ilgili farkındalık, bilgi artışı ve araştırmalar gerekmektedir.

### Yazışma adresi / Correspondance

#### Doç. Dr. Alis ÖZÇAKIR

Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı

Görükle 16059 BURSA

Tel: 0.224.2954211

E.mail: alis@uludag.edu.tr

## Homeopatiye Genel Bakış ve Akıldaki Sorular Overview of Homeopathy and Questions in the Mind

### Kaynaklar / References

1. Eisenberg DM, Davis RB, Ettner SL, Appel S, Wilkey S, Van RM, et al. Trends in alternative medicine use in the United States, 1990-1997:Results of a follow up national survey. *JAMA* 1998;280:1569-75.
2. Harris P, Rees R. The prevalence of complementary and alternative medicine use among the general population: a systematic review of the literature. *Complement Ther Med* 2000;8:88-96.
3. Saks M. Improving the research base of complementary and alternative medicine. *Complement Ther Clin Pract* 2005;11:1-3.
4. Furnham A. How the public classify complementary medicine: a factor analytic study. *Complement Ther Med* 2000;8:82-7.
5. Thomas KJ, Nicoll JP, Coleman P. Use and expenditure on complementary medicine In England: a population based study. *Complement Ther Med* 2001;9:2-11.
6. Fisher P, Ward A. Complementary medicine in Europe. *Br Med J* 1994;309:107-11.
7. Tan M, Uzun O, Akcay F. Trends in complementary and alternative medicine in Eastern Turkey. *J Altern Complement Med* 2004;10(5):861-5.
8. Ozcekar A, Sadikoglu G, Bayram N, Mazicioglu MM, Bilgel N, Isik B, Turkish General Practitioners and Complementary/Alternative Medicine. *J Altern Complement Med* 2007;13:1007-10.
9. Walach H, Jonas WB, Ives J, van Wijk R, Weingärtner O. Research on Homeopathy: State of the Art. *J Altern Complement Med* 2005;11(5):813-29.
10. Vickers A, Zollman C. ABC of complementary medicine. *Homeopathy*. *BMJ* 1999;319:1115-8.
11. McCarthy M. Critics slam draft WHO report on homeopathy. *Lancet* 2005;366(27):705-6.
12. Schulte J. Effects of potentization in aqueous solutions. *Br Homeopath J* 1999;88:155-60.
13. Vandenbroucke JP, de Craen AJ. Alternative medicine: a 'mirror image' for scientific reasoning in conventional medicine. *Ann Intern Med* 2001; 135:507-13.
14. Nuhn T, Lütke R, Geraedts M. Placebo effect sizes in homeopathic compared to conventional drugs - a systematic review of randomised controlled trials. *Homeopathy* 2010;99:76-82.
15. Pilkington K, Kirkwood G, Rampes H, Fisher P, Richardson J. Homeopathy for depression: a systematic review of the research evidence. *Homeopathy* 2005;94:153-63.
16. Norges Offentlige Utredninger. *Alternativ Medisin NOU 1998-21*. [Report on Alternative Medicine.] [<http://www.regjeringen.no/nb/dep/hod/dok/nouer/1998/nou-1998-21.html?id=141407>] adresinden erişilmiştir.
17. Viksveen P, Steinsbekk A. Changes in patients visiting a homeopathic clinic in Norway from 1994 to 2004. *Homeopathy* 2005;94:222-8.
18. Crivelli L, Ferrari D, Limoni C. Il consumo di 5 terapie di medicina complementare in Svizzera. Analisi statistica sula base dei dati dell'Indagine sulla salute in Svizzera 1997 e 2002. *Scuola Universitaria Professionale della Svizzera Italiana*, 2004. [[www.bag.admin.ch](http://www.bag.admin.ch)] adresinden erişilmiştir.
19. van der Weg F, Streuli RA. Use of alternative medicine by patients with cancer in a rural area of Switzerland. *Swiss Med Wkly* 2003;133(15-16): 233-40.
20. Niskar AS, Peled-Leviatan T, Garty-Sandalon N. Who Uses Complementary and Alternative Medicine in Israel? *J Altern Complement Med* 2007;13(9):989-95.
21. Ernst E, Willoughby M, Weihmayr T. Nine possible reasons for choosing complementary medicine. *Perfusion* 1995;8:356-9.
22. Astin JA. Why patients use alternative medicine: results of a national study. *J Am Med Assoc* 1998;279:1548-53.
23. Mercer SW, Reilly D. A qualitative study of patient's views on the consultation at the Glasgow Homoeopathic Hospital, an NHS integrative complementary and orthodox medical care unit. *Patient Educ Couns* 2004;53:13-8.
24. Furnham A. Exploring attitudes toward, and knowledge of, homeopathy and CAM through focus groups. *Compl Ther Nurs Midwifery* 2002;8:42-7.
25. Richardson J. What patients expect from complementary therapy: a qualitative study. *Am J Public Health* 2004;94:1049-53.
26. Kessler RC, Davis RB, Foster DF, Van Rompay MI, Walters EE, Wilkey SA, et al. Long-term trends in the use of complementary and alternative medical therapies in the United States. *Ann Intern Med* 2001;135(4):262-8.
27. Graham RE, Ahn AC, Davis RB, O'Connor BB, Eisenberg DM, Phillips RS. Use of complementary and alternative medical therapies among racial and ethnic minority adults: results from the 2002 National Health Interview Survey. *J Natl Med Assoc* 2005;97(4):535-45.
28. Marques-Vidal P, Pecoud A, Hayoz D, Paccaud F, Mooser V, Waeber G. Prevalence and characteristics of homeopathy users in a representative sample of the Lausanne population:CoLaus study. *Pharmacoepidemiol Drug Saf* 2008;17:209-13.
29. Millar W. Use of alternative health care practitioners by Canadians. *Can J Public Health* 1997;88:154-8.
30. Chua SA, Furnham A. Attitudes and beliefs towards complementary and alternative medicine (CAM): A cross-cultural approach comparing Singapore and the United Kingdom. *Complement Ther Med* 2008;16:247-53.
31. Scott A. Homeopathy as a feminist form of medicine. *Sociol Health Ill* 1998;20(2):191-214.
32. By Rise M, Steinsbekk A. How do parents of child patients compare consultations with homeopaths and physicians? A qualitative study. *Patient Educ Couns* 2009;74:91-6.
33. D'Huyvetter K, Cohrssen A. Homeopathy. *Prim Care Clin Office Pract* 2002;29:407-18.
34. Eisenberg L. Complementary and alternative medicine: what is its role ? *Harvard Rev Psychiat* 2002;10:221-30.
35. Rössler W, Lauber C, Angst J, Haker H, Gamma A, Eich D, et al. The use of complementary and alternative medicine in the general population: results from a longitudinal community study. *Psychol Med* 2007 37(1):73-84.