

## Türkiye’de Ağrıya Yönelik Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Uygulamaları Konusundaki Hemşirelik Tezlerinin İncelenmesi

### Examining Nursing Theses About Complementary and Alternative Methods for Pain Management in Turkey

SEVDA KORKUT BAYINDIR\*  
GÜLSÜM NİHAL ÇÜRÜK\*

Geliş Tarihi: 27.02.2014, Kabul Tarihi: 18.06.2015

#### ÖZ

**Amaç:** Bu araştırma, Türkiye’de ağrıya yönelik tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları konusundaki hemşirelik tezlerini incelemek amacıyla yapılmıştır.

**Yöntem:** Araştırmada verilerin toplanması amacıyla öncelikle alan yazın taraması yapılmış, daha sonra Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi Veri Tabanı “ağrı”, “tamamlayıcı”, “alternatif tedaviler”, “tamamlayıcı ve alternatif tedaviler” anahtar kelimeleri ile taranmıştır. Tarama sonunda 1997-Ocak 2014 yılları arasında Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı’nda konu ile ilgili yapılmış 42 tez belirlenmiş ve bu tezlerin künye bilgilerine ulaşılmıştır. Künye bilgisinde yeterli verinin olmadığı ve tam metnine ulaşamayan bir tez inceleme dışı bırakılmış ve araştırmada toplam 41 tez değerlendirilmiştir.

**Bulgular:** Tez çalışmalarının çoğunluğunda (41 tez) veriler deney ve kontrol grupları oluşturularak toplanmıştır. Tezlerden 22’si yüksek lisans, 19’u ise doktora düzeyinde yapılmış olup, büyük çoğunluğunun (21 tez) son beş yılda yapılmış olduğu tespit edilmiştir. Ağrı alanı olarak ilk üç sırada yer alan konuların sırasıyla invaziv girişime bağlı gelişen ağrı (14 tez), doğum ağrısı (9 tez) ve postoperatif ağrı (7 tez) olduğu bulunmuştur. Tezlerde en sık kullanılan tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları yöntemlerinin sırasıyla soğuk uygulama (9 tez), gevşeme egzersizleri (7 tez), müzik (6 tez), sıcak uygulama (5 tez), dokunma (5 tez), masaj (4 tez), akupunktur (3 tez) ve transkütan elektrik sinir stimülasyonu (2 tez) olduğu görülmüştür. Tezlerin 39’unda kullanılan tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları yöntemlerinin ağrıyı azaltma üzerine etkili olduğu tespit edilmiştir.

**Sonuç:** Son yıllarda ağrı kavramının hemşirelik araştırmalarının önemli ilgi alanlarından biri olduğu, ağrıyı azaltmak amacıyla kullanılan tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları yöntemlerinin ülkemizde hemşirelik alanında lisansüstü araştırma yapan hemşirelerin ilgisini çektiği ve tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamaları yöntemlerine önem verdikleri söylenebilir. Araştırmada elde edilen sonuçların ağrı yönetiminde kullanılacağı ve yapılacak olan diğer araştırmalara ışık tutacağı umulmaktadır.

**Anahtar kelimeler:** Ağrı; alternatif tıp; hemşirelik; tamamlayıcı tıp; tezler.

#### ABSTRACT

**Objective:** This study was conducted to examine nursing theses about complementary and alternative practices for pain management in Turkey.

**Methods:** Firstly a literature review was conducted for the purpose of data collection and then the National Council of Higher Education Dissertation Center Database was screened for the keywords “pain”, “complementary”, “alternative therapies”, and “complementary and alternative therapies”. As a result of this search, 42 nursing theses were found to be relevant from the Institute of Health Sciences Department of Nursing between 1997 and January 2014. A thesis that did not have enough data and/or whose full text was unavailable were excluded from this review; 41 theses were evaluated in this study.

**Results:** Data were collected by creating experiment and control groups in the majority of the 41 theses. 22 theses were master’s and 19 were PhD theses. It was determined that a majority of them were written in the last five years. The first three pain topic groupings were pain from invasive procedures (14 theses), labor pain (9 thesis) and postoperative pain (7 theses). It was determined that the most frequently used complementary and alternative therapies in the theses were cold applications (9 theses), relaxation exercises (7 theses), music (6 theses), hot applications (5 theses), touch (5 theses), massage (4 theses), acupuncture (3 theses) and transcutaneous electrical nerve stimulation (2 theses). It was found that complementary and alternative methods administered in 39 of the theses were effective on pain reduction.

**Conclusion:** It may be said that the concept of pain is one of the most important nursing research interests in recent years and the use of complementary and alternative methods to reduce pain has attracted nurses in our country to conduct postgraduate research thereby giving importance to complementary and alternative therapies. It is hoped that the results obtained in this study will be used in pain management and will shed light on other research that can be carried out.

**Keywords:** Pain; alternative medicine; nursing; complementary medicine; theses.

\* S Korkut Bayındır, Araş. Gör.  
Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi  
Hemşirelik Bölümü, Kayseri

\*\* GN Çürük, Yard. Doç. Dr.  
Yazışma Adresi / Address for Correspondence:  
Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü  
Merkez Kampus, 38039, Melikgazi / Kayseri  
Tel.: 0 352 437 92 82 Faks: 0 352 437 92 81  
e-posta: guleser38@gmail.com

**i**nsanoğlunun yaşadığı en eski deneyim olarak adlandırılan ağrı, biyoteknoloji ve biyoinformatik bilim dallarında yaşanan hızlı değişim ve ilerleyişe rağmen hastaların tamamında belirgin olarak yönetilememektedir. Bu durum hem hastaları hem de bakım verenleri ağrının yönetiminde farklı arayışlara yönlendirmiş ve bu amaçla tamamlayıcı ve alternatif tıp (TAT) uygulamaları kullanılmaya başlanmıştır.<sup>[1]</sup> Geçmiş insanoğlunun varlığına dayanan TAT kullanımı son yıllarda tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de giderek yaygınlaşmaya başlamıştır.<sup>[2,3]</sup> Tamamlayıcı ve alternatif tıp uygulamalarının güvenilirlik ve etkinliğini incelemek, etkinliği bilimsel olarak kanıtlanmış uygulamaların konvansiyonel tedavilere katılımını sağlamak amacıyla 1991 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde Ulusal Sağlık Enstitüsü'ne bağlı "Ulusal Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Merkezi" kurulmuştur.<sup>[4]</sup>

Sağlık alanında yaşanan değişim ve ilerlemeler ülkelerin sağlık politikalarına yön vermiş, beraberinde sağlık çalışanlarının rol ve sorumluluklarında da bazı değişimler meydana gelmiştir.<sup>[5]</sup> Bu doğrultuda hemşirelerden tamamlayıcı terapilerin kullanımına ilişkin hemşirelik uygulamalarını geliştirmeleri, etkin stratejiler belirlemeleri ve sağlıklı/hasta bireyleri TAT uygulamalarını etkin ve doğru şekilde kullanmaları konusunda yönlendirmeleri beklenmektedir.<sup>[6]</sup> Bu nedenle hemşireler, TAT konusunda bilimsel çalışmalar yapmalı, bu yöntemlerin yararları ve olası yan etkilerini araştırmalı, toplumu bu konularda bilgilendirmelidir.

Bir konu ile ilgili yapılmış bilimsel tezlerin analiz edilmesi o konunun derinliği ve yaygınlığı hakkında bilgiler verebilir, incelenen alanın genel görünümünü ortaya çıkarabilir. Bu çalışma ile ülkemizde hemşirelik alanında yapılmış lisansüstü tezlerde ağrıya yönelik TAT uygulamalarını belirlemek ve yapılacak diğer çalışmalara ve hemşirelik uygulamalarına ışık tutmak amaçlanmıştır.

## Yöntem

Araştırmada verilerin toplanması amacıyla öncelikle alan yazın taraması yapılmış, daha sonra Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi Veri Tabanı "ağrı", "tamamlayıcı", "alternatif tedaviler", "tamamlayıcı ve alternatif tedaviler" anahtar kelimeleri ile taranmıştır. Tarama sonunda 1997-Ocak 2014 yılları arasında Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı'nda konu ile ilgili yapılmış 42 tez belirlenmiş ve bu tezlerin künye bilgilerine ulaşılmıştır. Araştırmada bir tez künye bilgisinde yeterli veri olmadığı ve tam metnine ulaşılamadığı için incelenememiş, bu nedenle 41 tez değerlendirilmiştir. İncelenen 41 tezin ise sadece 27'sinin tam metnine ulaşılmıştır.

## Bulgular

İncelenen tezlerden 22'si yüksek lisans, 19'u ise doktora düzeyinde yapılmış olup, büyük çoğunluğunun (21 tez) son beş yılda yapılmış olduğu tespit edilmiştir (Tablo 1-Tablo 2). Tezlerden 35'inin deneysel, 6'sının yarı deneysel türde yapıldığı saptanmıştır (Tablo 3).

**Tablo 1: İncelenen Tezlerin Türlerine Göre Dağılımı (N=41)**

TEZ TÜRÜ	N	%
Yüksek Lisans	22	53.7
Doktora	19	46.3

**Tablo 2: İncelenen Tezlerinin Yıllara Göre Dağılımı (N=41)**

YILLAR	TEZ SAYISI	YÜZDE
1997	1	2.43
1998	2	4.87
1999	2	4.87
2000	1	2.43
2001	1	2.43
2003	2	4.87
2006	2	4.87
2007	1	2.43
2008	6	14.63
2009	2	4.87
2010	5	12.19
2011	3	7.31
2012	7	17.07
2013	6	14.63

Ağrı alanı olarak ilk üç sırada yer alan konuların sırasıyla invaziv girişime bağlı gelişen ağrı (14 tez), doğum ağrısı (9 tez) ve post-operatif ağrı (7 tez) olduğu bulunmuştur. Tezlerde en sık kullanılan TAT yöntemlerinin sırasıyla soğuk uygulama (9 tez), gevşeme egzersizleri (7 tez), müzik (6 tez), sıcak uygulama (5 tez), dokunma (5 tez), masaj (4 tez), akupunktur (3 tez) ve transkütan elektrik sinir stimülasyonu (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation-TENS) (2 tez) olduğu görülmüştür. Kullanılan diğer TAT yöntemlerinin; derin nefes ve öksürme egzersizleri, solunum tekniği, tensel uyarılma, hayal gücünü kullanma, nöromodülasyon, aromaterapi, anne sütü, zeytin yağı, emzik ve sükröz solüsyonu verme olduğu belirlenmiştir (Tablo 4).

**Tablo 3: İncelenen Tezlerin Araştırma Türlerine Göre Dağılımı (N=41)**

ARAŞTIRMA TÜRÜ	N	%
Deneysel	35	85.4
Yarı deneysel	6	14.6

İncelenen tezlerde lisansüstü araştırma yapan hemşireler farklı ağrı tipleri üzerinde farklı TAT uygulamalarının etkinliğini değerlendirmişlerdir.<sup>[7-47]</sup> Doğum ağrısına yönelik olarak masaj, akupunktur, TENS, dokunma, sıcak uygulama ve solunum teknikleri; postoperatif ağrıda öksürük-gevşeme-derin nefes egzersizleri, hayal gücü kullanma, masaj, aromaterapi, müzik terapi; invaziv girişimlere bağlı ağrılarda sıcak-soğuk uygulama

**Tablo 4:** İncelenen Tezlerin Ağrı Türü ve TAT Yöntemlerine Göre Dağılımı (N=40\*)

AĞRI TÜRÜ	TAT YÖNTEMLERİ	N	SONUÇ
İNVAZİV GİRİŞİM	Soğuk uygulama	6	1 çalışma etkisiz <sup>[46]</sup> 5 çalışma etkili <sup>[13,20,28,31,45]</sup>
	Sıcak uygulama	1	Etkili <sup>[9]</sup>
	Dokunma	3	Etkili <sup>[24,36,40]</sup>
	Müzik	2	Etkili <sup>[22,24]</sup>
	Gevşeme egzersizleri	2	Etkili <sup>[17,26]</sup>
	Refleksoloji	1	Etkili <sup>[12]</sup>
DOĞUM AĞRISI	Soğuk uygulama	1	Etkili <sup>[38]</sup>
	Sıcak uygulama	1	Etkili <sup>[35]</sup>
	Dokunma	2	Etkili <sup>[7,41]</sup>
	Masaj	1	Etkili <sup>[8]</sup>
	TENS	2	Etkili <sup>[21,39]</sup>
	Akupunktur	3	Etkili <sup>[8,25,27]</sup>
POST-OPERATİF AĞRI	Gevşeme egzersizleri	4	Etkili <sup>[14,29,34,42]</sup>
	Masaj	3	Etkili <sup>[29,37,43]</sup>
	Müzik	2	Etkili <sup>[18,43]</sup>
	Aromaterapi	1	Etkili <sup>[14]</sup>
OSTEOARTRİT AĞRISI	Sıcak uygulama	2	Etkili <sup>[19,33]</sup>
	Soğuk uygulama	2	Etkili <sup>[16,19]</sup>
NON-İNVAZİV GİRİŞİM	Müzik	2	Etkili <sup>[10,11]</sup>
PELVİK AĞRI	Nöromodülasyon	1	Etkili <sup>[30]</sup>
HEMODİYALİZ	Refleksoloji	1	Etkili <sup>[32]</sup>
	Gevşeme egzersizleri	1	Etkili <sup>[15]</sup>
MEME UCU AĞRISI	Sıcak uygulama	1	Etkili <sup>[47]</sup>
	Zeytin yağı	1	Etkili <sup>[23]</sup>
	Anne sütü	2	Etkili <sup>[23,47]</sup>

\* Akdovan T<sup>[44]</sup> tarafından yapılan tez çalışmasına ulaşılamadığından bu çalışmada hangi ağrı türüne özgü girişim yapıldığı tespit edilememiş, dolayısıyla tabloda ilgili çalışmaya yer verilmemiş, örneklem N=40 tez üzerinden değerlendirilmiştir.

\*\*Bazı çalışmalarda birden fazla yöntem kullanılmıştır.

ma, refleksoloji, gevşeme egzersizleri, beyaz gürültü dinletme, kucağa alma, müzikli dönence, kanguru bakımı, kucakta emzirme, emzikle birlikte sükröz solüsyonu verme; non-invaziv girişimlere bağlı ağrılarda müzik terapi ve anne kalp sesi; diz osteoartrit ağrılarında sıcak-soğuk uygulama; pelvik ağrıda nöromodülasyon; hemodiyaliz hastalarının ağrılarına yönelik gevşeme egzersizleri, refleksoloji; meme başı çatlak ve ağrısında anne sütü, zeytinyağı, sıcak nemli uygulama, meme başını temiz ve kuru tutma yöntemleri uygulanmıştır (Tablo 4). Çalışmada tezlerden sadece 27'sinin tam metnine ulaşılmış ve tam metnine ulaşılan bu tezlerin özeti Tablo 5'te sunulmuştur.

### Tartışma

Dünyanın her tarafında çeşitli sebeplerden kaynaklanan ağrıların tedavisinde TAT yaygın olarak kullanılmaktadır.<sup>[48,49]</sup> Günümüzde sağlık profesyonelleri içerisinde hemşirelerin de

ağrıyı giderme girişimleri arasında TAT yöntemlerini sıklıkla kullandığı görülmektedir.<sup>[2,3,6-47]</sup> Bireye bütüncül bakım verme, tedavi sırasında destekleyici rol üstlenme, sağlığın korunması ve geliştirilmesi için faaliyet gösterme, hastanın bakımında aktif rol almasını destekleme gibi hemşirelik uygulamalarının temel yaklaşımları TAT uygulamalarının temel felsefeleri arasında yer almaktadır.<sup>[50]</sup>

Ağrı kontrolünde farmakolojik olmayan yöntemler arasında periferik tedaviler; soğuk-sıcak uygulamalar, egzersiz, pozisyon verme, hareket kısıtlaması, dinlenme, akupunktur, hidroterapi, TENS, masaj ve dokunma, bilişsel davranışçı tedaviler; gevşeme, dikkati başka yöne çekme, dua etme, meditasyon, hipnoz, biyolojik geri besleme (bio-feedback), davranış tedavisi ve diğer tedaviler, refleksoloji, aromaterapi, müzik terapi vb. girişimler yer almaktadır.<sup>[51]</sup> Araştırma kapsamına alınan tezler

incelendiğinde bu yöntemlerin büyük çoğunluğunun tezlerde kullanıldığı görülmektedir.

TAT konusunda yapılan tezlerin sonuçları değerlendirildiğinde, tezlerin 39'unda kullanılan TAT yöntemlerinin ağrıyı azaltma üzerine etkili olduğu tespit edilmiştir.<sup>[7-37,39-45,47]</sup> İncelenen tezlerde en çok kullanılan TAT yönteminin soğuk uygulama (9 tez) yöntemi olduğu ve bu yöntemin Köktepe'nin<sup>[46]</sup> (1998) çalışması dışındaki çalışmalarda ağrı üzerine etkili bulunduğu tespit edilmiştir. Farmakolojik olmayan ağrı kontrol yöntemlerinden biri olan soğuk uygulama ağrı eşliğini yükseltir, ağrı geçişi kapısını kapatır ve ağrılı uyarıyı periferden merkeze taşıyan küçük çaplı myelinsiz sinir liflerinin iletim hızını azaltarak başarılı ağrı kontrolü sağlar.<sup>[52,53]</sup> Tezlerde kullanılan diğer yöntemlerin gevşeme egzersizleri (7 tez), müzik (6 tez), sıcak uygulama (5 tez), dokunma (5 tez), masaj (4 tez), akupunktur (3 tez) ve TENS (2 tez) uygulaması olduğu ve bu yöntemlerin ağrı üzerinde etkili bulunduğu saptanmıştır.

Ağrı sadece ağrıyı yaşayan kişinin bildiği, karmaşık, çok boyutlu, nörofizyolojik ve psikososyal yani aynı zamanda sübjektif bir deneyimdir. Geçerli ve güvenilir olmayan ağrı ölçümleri kullanıma uygun değildir. Bu nedenle ağrı

ölçümlerine başlamadan önce geçerli, güvenilir ve kullanışlı bir yöntemin seçilmesine özen gösterilmelidir. Bu yöntemlerden biri Görsel Kıyaslama Ölçeği (GKÖ=Visuel Analog Scale=VAS)'dir. Ancak kronik ağrılı hastalarda GKÖ/VAS kullanımı ağrıyı tanımlamada yetersiz olduğundan,<sup>[54]</sup> kronik ağrı değerlendirilmesinde çok boyutlu ölçeklere de yer verilmelidir.<sup>[29-31]</sup> GKÖ/VAS'ın hastanın işaretlemeyi rasgele yapması ya da yorgun veya işbirliği yapamayacak durumda olması gibi dezavantajları bulunmasına rağmen, ağrı şiddetini değerlendirmede diğer yöntemlere göre duyarlılığının yüksek olduğu bildirilmiştir. İncelenen tezlerde de en çok kullanılan yöntemin VAS/GKÖ olduğu görülmüştür.

## Sonuç

Son yıllarda ağrının hemşirelik araştırmalarının önemli ilgi alanlarından biri olduğu, ağrıyı azaltmak amacıyla kullanılan TAT yöntemlerinin ülkemizde hemşirelik alanında lisansüstü araştırma yapan hemşirelerin ilgisini çektiği ve hemşirelerin TAT yöntemlerine önem verdikleri söylenebilir. Araştırmada elde edilen sonuçların ağrı yönetiminde kullanılacağı ve yapılacak olan diğer araştırmalara ışık tutacağı umulmaktadır.

**Tablo 5:** Türkiye'de Ağrıya Yönelik Tamamlayıcı ve Alternatif Yöntemler İle İlgili Tam Metnine Ulaşılan Hemşirelik Tezlerinin Özeti

TEZ TÜRÜ YILI YAZAR	AMAÇ	YÖNTEM	SONUÇ
YL 2013 Erenoğlu R <sup>[7]</sup>	Doğum eyleminin birinci evresinde uygulanan ekspressif dokunmanın doğum ağrısı ve anne memnuniyetine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	* RKÇ *KG: 40, GG: 40 olmak üzere 80 gebe incelenmiş *Ağrı VAS ve Painmatcher kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı duyusu üzerinde olumlu etkileri olduğu ve doğum ağrısını azalttığı, saptanmıştır.
YL 2012 Kurt Y. <sup>[13]</sup>	Perkütan koroner girişim yapılan hastalarda femoral arteriyel kateter çekiminden sonra yapılan soğuk uygulamanın, hematoma, ekimoz ve ağrı üzerindeki etkisini incelemek amaçlanmıştır.	*YDÇ *KG: 100, GG: 100 olmak üzere toplam 200 hasta incelenmiş *Ağrı sayısal değerlendirme skalası kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişim grubunda soğuk uygulama sonrası hematoma, ekimoz ve ağrı düzeyinde azalma olduğu belirlenmiştir.
Doktora 2012 Taşdemir N. <sup>[14]</sup>	Laparoskopik kolesistektomi olan hastalarda ameliyat sonrası ağrı yönetiminde farmakolojik olmayan yöntemlerden gevşeme tekniği ve aromaterapinin etkisini incelemek amaçlanmıştır.	*DÇ *Aromaterapi, gevşeme, aromaterapi ile birlikte gevşeme ve kontrol gruplarından her birinde 25 olmak üzere toplam 100 hasta incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Uygulanan girişimlerin analjezik miktarda azalmayı sağladığı, hasta memnuniyetini artırdığı saptanmıştır.
YL 2012 Kaplan E. <sup>[15]</sup>	Hemodiyaliz hastalarına uygulanan progresif gevşeme egzersizlerinin yorgunluk, ağrı ve yaşam kalitesi üzerine etkisini incelemek amaçlanmıştır.	*RKÇ *KG: 48, GG: 48 olmak üzere toplam 96 hasta incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Progresif gevşeme egzersizlerinin yorgunluk ve ağrı şiddetinin azaltılmasında, yaşam kalitesinin yükseltilmesinde etkili olduğu belirtilmiştir.

Tablo 5: Devamı

YL 2012 Uludağ E. <sup>[16]</sup>	Diz osteoartritli hastalarda lokal soğuk uygulamanın ağrı ve hareket kısıtlılığı üzerine etkisini değerlendirmek amaçlanmıştır.	* YDÇ *KG: 30, GG:31 olmak üzere toplam 61 hasta incelenmiş *Ağrı sayısal değerlendirme skalası kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı ve hareket kısıtlılığı üzerine etkili olduğu bulunmuştur.
YL 2012 Anoğlu B. <sup>[17]</sup>	Göğüs tüpü yerleştirilmiş erişkin hastalarda nonfarmakolojik ağrı kontrol yöntemlerinden olan progresif kas gevşeme egzersizinin ağrı düzeyine etkisini incelemek amaçlanmıştır.	*Randomize-tek kör, kontrollü deneysel bir çalışma *KG: 46, GG: 48 olmak üzere toplam 94 hasta incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı şiddetini azalttığı saptanmıştır.
Doktora 2011 Gülezer GN. <sup>[20]</sup>	Koroner invaziv girişim uygulanan hastalarda femoral bölgeye buz paketi uygulamanın vasküler komplikasyonlar ve bel ağrısına etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*RKÇ *Buz torbası grubunda 104, kum torbası grubunda 100, uygulama yapılmayan grupta 94 olmak üzere toplam 298 birey incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin komplikasyon gelişimi ve bel ağrısını azaltmada etkili olduğu saptanmıştır.
YL 2011 Özdemir G. <sup>[32]</sup>	Hemodiyaliz hastalarında, yorgunluk, ağrı ve kramp semptomlarının yönetiminde refleksolojinin etkinliğini saptamak amaçlanmıştır.	*RKÇ *VAS *KG:40, GG:40 olmak üzere toplam 80 hasta oluşturulmuş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı puan ortalaması ve ağrı şiddetini düşürdüğü saptanmıştır.
YL 2010 Kırlek F. <sup>[23]</sup>	Erken postpartum dönemde meme başı ağrısı ve çatlakların önlenmesinde anne sütü ve zeytinyağının etkisini karşılaştırmak amaçlanmıştır.	*DÇ *13'ü anne sütü, 13'ü zeytinyağı ve 13'ü kontrol grubu olmak üzere 39 anne incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Meme başı ağrısı ve çatlağının önlenmesinde anne sütü uygulaması, zeytinyağı uygulamasına ve özellikle kontrol grubuna yapılan uygulamaya göre daha etkili bulunmuştur.
YL 2010 Türker F. <sup>[24]</sup>	Sağlıklı yenidoğanlarda topuk kanı alma esnasında uygulanan kucağa alma, beyaz gürültü dinletme ve kucağa alma + beyaz gürültü dinletme uygulamalarının ağlama sürelerine ve ağrıya etkisini karşılaştırmak amaçlanmıştır.	*Tanımlayıcı, deneysel, karşılaştırmalı bir çalışma *Kucağa alma, kucağa alma + beyaz gürültü dinletme ve beyaz gürültü dinletme gruplarından her birine 40 bebek olmak üzere toplam 120 yenidoğan incelenmiş *Ağrı, Yenidoğan Bebek Ağrı Ölçeği (NIPS) kullanılarak değerlendirilmiştir.	Kucağa alma yöntemi uygulanan bebeklerde NIPS puanı ve ağlama süreleri beyaz gürültüden daha yüksek bulunmuştur. Araştırmada, işlem sonrasında en düşük NIPS puanı sırasıyla sadece beyaz gürültü dinletilen (4.10±2.92), anne kucağında beyaz gürültü dinletilen (4.15±3.07) ve sadece anne kucağında tutulan (4.60±3.04) yenidoğanlarda bulunmuştur.
Doktora 2010 Mucuk S. <sup>[25]</sup>	Doğum eyleminin aktif fazında LI4 ve SP6 akupunktur noktasına akupunktur kalemi ile yapılan uyanın doğum ağrısı ve süresine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*DÇ *LI4 grubuna 40, SP6 grubuna 40, kontrol grubuna 40 olmak üzere toplam 120 gebe ile çalışılmış *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin doğum ağrısı ve süresi üzerine etkili olduğu saptanmıştır.
YL 2010 Ergen E. <sup>[26]</sup>	Üst GİS endoskopisi akut ağrı kontrolünde progresif gevşeme egzersizlerinin ağrı algısı ve yaşam bulgularına etkisini incelemek amaçlanmıştır.	*YDÇ *KG:35, GG:35 olmak üzere toplam 70 hasta incelenmiş *Ağrı sözel kategori ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrıyı kontrol altına almada olumlu yönde etkili olduğu belirlenmiştir.
Doktora 2010 Çalık KY. <sup>[27]</sup>	Doğum eyleminde SP6 noktasına uygulanan basının (akupresürün) gebelerde algılanan doğum ağrısına ve doğum eyleminin süresine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*RKÇ *KG:50, GG:50 olmak üzere toplam 100 gebe incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin doğum ağrısı algısını azaltmada etkisi olduğu ve eylem süresini yaklaşık bir saat kısalttığı, ayrıca anne konforunu olumlu yönde etkilediği bulunmuştur.

**Tablo 5: Devamı**

Doktora 2009 Ertuğ Sumbay N. <sup>[28]</sup>	Plevral göğüs tüpü olan hastalarda, tüpün çıkarılmasına bağlı gelişen ağrıda soğuk uygulamanın etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	* DÇ *KG: 70, GG: 70 olmak üzere toplam 140 hasta incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrıyı azaltmada etkili olduğu belirlenmiştir.
Doktora 2009 Büyükyılmaz FE. <sup>[29]</sup>	Total kalça/diz protezi ameliyatı olan hastalarda gevşeme egzersizleri ve sırt masajının, ameliyat sonrası ağrı ve anksiyete kontrolüne etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*DÇ -Ağrının şiddeti için Visual Analog Skala (VAS), -Sözel Kategori Ölçeği kullanılmıştır. *KG:30, GG:30 olmak üzere toplam 60 hasta incelenmiş *Ağrı değerlendirilmesinde VAS, Kısa McGill Ağrı Soru Formu (K-MASF) ve sözel kategori ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı şiddeti ve anksiyete üzerinde etkili olduğu saptanmıştır.
Doktora 2008 Bayrak ŞG. <sup>[30]</sup>	Kronik pelvik ağrı şikayeti olan hastalarda tibial sinir uyarısı tedavisinin (nöromodülasyon) yaşam kalitesi ve cinsel yaşam üzerine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*DÇ *KG:12, GG: 12 olmak üzere toplam 24 hasta incelenmiş *Ağrı VAS ve Kısa McGill Ağrı Soru Formu kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı şiddetini azalttığı saptanmıştır.
Doktora 2008 Demir Y. <sup>[31]</sup>	Herhangi bir kardiyak cerrahi operasyonu geçirmiş ve sternotomi yapılarak göğüs tüpü yerleştirilmiş erişkin hastalarda, göğüs bölgesindeki tüplerin etrafına yapılan soğuk uygulamanın, ağrı ve anksiyete düzeyine etkisini incelemek amaçlanmıştır.	*Randomize-çift kontrollü deneysel bir çalışma *Soğuk uygulama grubu: 30, oda ısısında bekletilmiş jel paketi grubu:30 ve kontrol grubu:30 olmak üzere toplam 90 hasta incelenmiş *Ağrı VAS ve Kısa McGill Ağrı Soru Formu kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı şiddetini azalttığı, analjezik alınmasına kadar geçen süreyi uzattığı, ancak işlem sonu algılanan çok boyutlu ağrı niteliğini etkilemediği saptanmıştır.
YL 2008 Özdemir FK. <sup>[22]</sup>	İlk kez beşli aşı uygulanan bebeklerin işleme bağlı gelişen ağrının giderilmesinde dikkati başka yöne çekme yöntemi olarak kullanılan müzikli dönencenin etkisini değerlendirmek amaçlanmıştır.	*YDÇ *KG:60, GG:60 olmak üzere 120 sağlıklı bebek incelenmiş * Ağrı, Face, Legs, Activity, Cry, Consolability Pain Scale (FLACC Ağrı Ölçeği) kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı puanlarını düşürdüğü saptanmıştır.
Doktora 2008 Yıldırım N. <sup>[33]</sup>	Yüzeysel lokal sıcak uygulamanın diz osteoartriti olan hastalarda ağrı, tutukluk, günlük fiziksel faaliyetleri yaparken yaşanan zorluklar ve yaşam kalitesi üzerine etkisini değerlendirmek amaçlanmıştır.	* DÇ *KG:40, GG:40 olmak üzere toplam 80 hasta incelenmiş *Ağrı WOMAC Osteoartrit İndeksi Likert (LK) kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrıyı azalttığı tespit edilmiştir.
YL 2008 Topçu SY. <sup>[34]</sup>	Üst abdominal cerrahi girişim geçiren hastaların ağrı kontrolünde gevşeme egzersizlerinin etkinliğini değerlendirmek amaçlanmıştır.	*Tanımlayıcı, kesitsel, self-control (öz-kontrol) bir çalışma *Toplam 60 hasta incelenmiş *Ağrı burford ağrı termometresi kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı kontrolünde önemli etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.
YL 2008 Mamuk R. <sup>[35]</sup>	Normal vajinal doğumun ikinci aşamasında perineye sıcak uygulama yapmanın perine bütünlüğüne ve ağrıya etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*DÇ *KG:30, GG:30 olmak üzere toplam 60 hasta incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı üzerine etkili olduğu bulunmuştur.
YL 2007 Derebent E. <sup>[36]</sup>	Yenidoğan yoğun bakım ünitesine yatırılan prematüre bebeklere yapılan invaziv girişimler sırasında ağrıyı azaltmada, kanguru bakımının etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	*DÇ *KG:25, GG:25 toplam 50 prematüre bebek incelenmiş *Ağrı Prematüre Bebek Ağrı Profili (PIPP) kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin ağrı üzerine etkili olduğu bulunmuştur.

Tablo 5: Devamı

YL 2006 Değirmen N. <sup>[37]</sup>	Sezeryan ameliyatı olan hastaların postoperatif ağrısının azaltılması üzerinde el ayak masajının etkinliğini belirlemek amaçlanmıştır.	* Randomize kontrollü, ön test son test modeline uygun deneysel bir çalışma *KG: 25, el ayak masajı grubu: 25 ve ayak masajı grubu: 25 olmak üzere toplam 75 sezeryan ameliyatı olan kadın incelenmiş *Ağrı sayısal ağrı değerlendirme ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir.	El ayak ve ayak masajı potoperatif ağrının kontrol edilmesinde etkili yöntemler olup, el ayak bölgesine uygulanan masaj, ayak masajına oranla, ağrı şiddetini daha çok azaltmaktadır.
Doktora 2006 Öztürk H. <sup>[38]</sup>	Doğum eyleminde, elde bulunan kalın barsak 4 (L1) enerji meridyen noktasına uygulanan buz masajının doğum ağrısını azaltmaya etkisini ve L4 noktasının etkili kullanımını geliştirmek amaçlanmıştır.	* RKÇ *Soğuk uygulama grubu: 50, sikon uygulama grubu: 50 ve kontrol grubu: 50 olmak üzere toplam 150 gebe incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin doğum ağrısını azaltmada etkili olmadığı bildirilirken, gebeler yapılan uygulamanın ağrılarını azalttığı/ hafiflettiğini sözel olarak belirtmişlerdir
YL 2001 Yıldırım G. <sup>[41]</sup>	Doğum eyleminde uygulanan solunum ve tensel uyarılma tekniklerinin gebenin doğum ağrısını algılamasına etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	* DÇ *KG: 20, GG: 20 olmak üzere toplam 40 gebe incelenmiş *Ağrı VAS kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimin doğum ağrısını algılama üzerinde etkili olduğu saptanmıştır.
Doktora 1999 Babacan SS. <sup>[43]</sup>	Sezeryan sonrası ağrı kontrolünde masaj ve müziğin etkinliğini karşılaştırmak amaçlanmıştır.	* DÇ *Masaj grubu: 15, müzik grubu: 15 ve kontrol grubu: 15 olmak üzere toplam 45 gebe incelenmiş *Ağrı kategori skalası kullanılarak değerlendirilmiştir.	Girişimlerin ağrı sıklığını, ağrı şiddetini, kaygı düzeyini ve ilaç kullanımını azaltmada etkili olduğu saptanmıştır.
YL 1997 Akkuzu G. <sup>[47]</sup>	Emzirmelerden sonra meme başına anne sütü, sıcak nemli kompres uygulama ve meme başını temiz ve kuru tutma yöntemlerinin doğum sonu ilk on günde meme başı ağrısı ve çatlakların önlenmesi ya da azaltılması üzerindeki etkisini belirlemek amaçlanmıştır.	* DÇ *Meme başına sıcak kompres uygulayan grup 30, anne sütü uygulayan grup 30 ve meme başını kuru tutan grup 30 olmak üzere toplam 90 emziren anne incelenmiş *Ağrı yüz ifadesi ölçeği kullanılarak değerlendirilmiştir.	Meme başı ağrısının önlenmesi ya da azaltılmasında gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmazken, anne sütü uygulaması yapan annelerde ağrının daha az sürdüğü saptanmıştır.

\*DÇ: Deneysel çalışma \*YDÇ: Yanı Deneysel Çalışma \*KG: Kontrol Grubu \*GG: Girişim Grubu \*RKÇ: Randomize Kontrollü Çalışma \*VAS: Visual Analog Skala \*GKÖ: Görsel Kıyaslama Ölçeği

## KAYNAKLAR

- Uçan Ö, Ovayolu N. Kanseri ağrısının kontrolünde kullanılan nonfarmakolojik yöntemler. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi 2007; 2(4):123-33.
- Kav S, Hançoğlu Z, Algier L. Türkiye'de Kanseri Hastalarda Tamamlayıcı ve Alternatif Tedavi Yöntemlerinin Kullanımı: Literatür taraması. Uluslararası Hematoloji-Onkoloji Dergisi 2008; 18(1):32-8.
- Araz A, Harlak H, Meşe G. Sağlık davranışları ve alternatif tedavi kullanımı. Kor Hek. 2007; 6(2):112-22.
- National Center for Complementary and Alternative Medicine. <http://healthfinder.gov/findservices/searchcontext.aspx?service=148&topic=14474> (Erişim Tarihi: 04.02.2014)
- Keskin G, Kıvanç MM. Hemşirelikte yasal sorumluluklar. İçinde: Aştı TA, Karadağ A. editor. Hemşirelik esasları hemşirelik bilimi ve sanatı. İstanbul: Akademi Yayıncılık; 2012. p. 124-34.
- Karagöz G. Sirt, boyun, bel ağrıları olan ve ameliyat programına alınan nöroşürüj hastalarının ağrı gidermede kullandıkları tamamlayıcı ve alternatif tedaviler. İstanbul Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 2006.
- Erenoğlu R. Ekspresif dokunmanın doğum ağrısı ve anne memnuniyetine etkisi. Erciyes Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Kayseri: 2013.
- Gönceç İM. Doğum ağrısının yönetiminde kullanılan nonfarmakolojik yöntemlerden masaj ve akupressürün algılanan doğum ağrısına, gebenin anksiyete ve maliyete etkisi. Hacettepe Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara: 2013.
- Bayram ŞB. İntravenöz kateter girişimi öncesi lokal sıcak uygulamanın hastanın ağrı, anksiyete ve memnuniyeti üzerine etkisi. Gazi Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Ankara: 2013.
- Aktaş YY. Mekanik Ventilasyonlu hastanın aspirasyon işleminde uygulanan müzik terapinin ağrı ve fizyolojik parametrelere etkisi, Atatürk Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Erzurum: 2013.
- Alemdar DK. Aspirasyon işlemi sırasında prematüre bebeklere dinletilen anne kalp sesinin ağrı konfor ve fizyolojik parametrelere etkisi. Atatürk Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Erzurum: 2013.
- Koç T. Süt Çocuğunda refleksoloji tekniği ile uygulanan ayak masajının akut ağrıya etkisi. İstanbul Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 2013.
- Kurt Y. Perkütan koroner girişim yapılan hastalarda kateter bölgesine yapılan soğuk uygulamanın hematoma, ekimoz ve ağrı üzerine etkisi. Atatürk Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: 2012.
- Taşdemir N. Gevşeme tekniği, aromaterapi ve her iki yöntemin birlikte uygulanmasının ameliyat sonrası ağrıya etkisi. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İzmir: 2012.
- Kaplan E. Diyaliz hastalarında progresif gevşeme egzersizlerinin ağrı, yorgunluk ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. Gaziantep Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep: 2012.
- Uludağ E. Diz osteoartriti hastalarda lokal soğuk uygulamanın ağrı ve hareket kısıtlılığı üzerine etkisi. Atatürk Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: 2012.

17. Arnoğlu B. Göğüs tüpü çıkarma işlemi öncesi uygulanan progresif kas gevşeme egzersizinin ağrı üzerine etkisi. Çukurova Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Adana: 2012.
18. Çiğerci Y. Koroner bypass greft ameliyatı uygulanan hastalarda müzik terapinin temel yaşam bulguları, ağrı, anksiyete ve hastanede kalış sürelerine etkisi. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İzmir: 2012.
19. Açıksöz S. Primer diz osteoartriti hastaların kendi kendine uyguladıkları yüzeysel lokal sıcak ve soğuk uygulama yöntemlerinin ağrı, fonksiyonel durum ve yaşam kalitesine etkisi. GATA Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara: 2012.
20. Güleser GN. Koroner invaziv girişim uygulanan bireylerde femoral bölgeye buz torbası uygulamanın lokal vasküler komplikasyonlar ve bel ağrısına etkisi. Erciyes Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Kayseri: 2011.
21. Sever N. Doğum ağrısının azaltılmasında transkutanöz elektriksel sinir uyarımı uygulamasının etkinliğinin değerlendirilmesi. GATA Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara: 2011.
22. Özdemir FK. Bebeklerde aşı uygulamasına bağlı gelişen ağrının giderilmesinde müzikli dönencenin etkisi. Atatürk Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: 2008.
23. Kırlek F. Erken postpartum dönemde meme başı ağrısı ve çatlaklarının önlenmesinde anne sütü ve zeytinyağının etkisi. Adnan Menderes Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Aydın: 2010.
24. Türker F. Yenidoğan ve ağrı algısına beyaz gürültü ve kucağa almanın etkisi. Marmara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 2010.
25. Mucuk S. LI4 ve SP6 akupunktur noktasına yapılan uyarının doğum ağrısı ve süresine etkisi. Erciyes Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Kayseri: 2010.
26. Ergen E. Endoskopi uygulanan hastalarda progresif gevşeme egzersizlerinin işlemin ve ağrının algılanması ile yaşam bulgularına etkisinin incelenmesi. Atatürk Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Erzurum: 2010.
27. Çalık KY. Doğum eyleminde Sp6 noktasına uygulanan basının gebelerde algılanan doğum ağrısına ve doğum eyleminin süresine etkisi. Marmara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul: 2010.
28. Ertuğ Sumbay N. Göğüs tüpü çıkarılmasına bağlı gelişen ağrıda soğuk uygulamanın etkisi. Hacettepe Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara: 2009.
29. Büyükyılmaz FE. Total kalça veya diz protezi ameliyatı olan hastalara uygulanan gevşeme egzersizleri, sırt masajının ağrı ve anksiyete üzerine etkisi. İstanbul Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul: 2009.
30. Bayrak ŞG. Kronik pelvik ağrı şikayeti olan hastalarda tibial sinir uyarısı tedavisinin (nöromodülasyon) yaşam kalitesi üzerine etkisi. İstanbul Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul: 2008.
31. Demir Y. Göğüs tüpü çıkarma işlemi sırasında yapılan soğuk uygulamanın ağrı ve anksiyete üzerine etkisi. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İzmir: 2008.
32. Özdemir G. Hemodiyaliz hastalarına uygulanan refleksolojinin yorgunluk, ağrı ve krampa etkisi. Gaziantep Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep: 2011.
33. Yıldırım N. Sıcak uygulamanın diz osteoartriti olan hastalarda ağrı, tutukluk, günlük fiziksel faaliyetleri yaparken yaşanan zorluklar ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. Hacettepe Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara: 2008.
34. Topçu SY. Üst abdominal cerrahi girişim uygulanan hastalarda hemşireler tarafından öğretilen gevşeme tekniklerinin ağrı kontrolü üzerine etkisi. Trakya Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Edirne: 2008.
35. Mamuk R. Vajinal doğumun ikinci aşamasında perineye sıcak uygulama yapmanın perine bütünlüğüne ve ağrıya etkisi. Marmara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 2008.
36. Derebent E. Prematüre bebeklere yapılan invaziv girişimler sırasındaki ağrıyı azaltmada kanguru bakımının etkisi. Mersin Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Mersin: 2007.
37. Değirmen N. Sezeryan ameliyatı sonrası ağrı kontrolünde el ve ayak masajının etkinliği. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: 2006.
38. Öztürk H. Gebelerde algılanan doğum ağrısının azaltılmasında ele uygulanan buz masajı etkisinin incelenmesi. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İzmir: 2006.
39. Yıldız NK. İlaçsız ağrı kontrol yöntemlerinden TENS'in doğum ağrısını algılamaya etkisi. Marmara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 2003.
40. Efe EÖ. Yenidoğanlarda periferik venöz kan örnekleme sırasındaki ağrıyı azaltmada; kucakta emzirme ve emzikle sükröz solüsyonu uygulamasının karşılaştırılması. İstanbul Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İstanbul: 2003.
41. Yıldırım G. Doğum eyleminde uygulanan solunum ve tensel uyarılma tekniklerinin gebenin doğum ağrısının algılamasına etkisi. İstanbul Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 2001.
42. Yavuz A. Postoperatif ağrı yönetiminde nonfarmakolojik girişimler ve hastanın kendi ağrısını değerlendirmesine göre analjezik uygulaması yöntemi ve rutin analjezi yönteminin karşılaştırılması. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İzmir: 2000.
43. Babacan SS. Sezeryan sonrası ağrı kontrolünde ilaç dışı farklı iki yöntemin (masaj/dokunma ve müzik/gevşeme) etkinliğinin karşılaştırılarak incelenmesi. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. İzmir: 1999.
44. Akdovan T. Sağlıklı yenidoğanlarda ağrının değerlendirilmesi, emzik verme ve kucağa alma yönteminin etkisinin incelenmesi. Marmara Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: 1999.
45. Kuzu N. Standart yöntemle uygulanan subkütan düşük molekül ağırlıklı heparin enjeksiyonlarında yerel kuru soğuk uygulamanın ekimoz, hematoma ve ağrı gelişimine etkisi. Hacettepe Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi. Ankara: 1998.
46. Köktepe ŞC. İntramüsküler enjeksiyona bağlı ağrının azaltılmasında lokal buz uygulamasının etkinliğinin incelenmesi. Ege Üniversitesi: Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. İzmir: 1998.
47. Akkuzu GY. Primipar annelerde emzirmenin ilk on gününde görülebilecek meme başı ağrısı ve çatlaklarının önlenmesinde üç farklı yöntemin etkisinin incelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi. Ankara: 1997.
48. Kanodia AK, Legedza AT, Davis RB, Efsenberg DM, Phillips RS. Perceived benefit of Complementary and Alternative Medicine (CAM) for back pain: a national survey. J Am Board Fam Med 2010; 23(3):354-62. <http://dx.doi.org/10.3122/jabfm.2010.03.080252>
49. Sibbritt DW, Adams J. Back pain amongst 8,910 young Australian women: a longitudinal analysis of the use of conventional providers, complementary and alternative medicine (CAM) practitioners and self-prescribed CAM. Clin Rheumatol 2010; 29(1):25-32. <http://dx.doi.org/10.1007/s10067-009-1299-4>
50. Khorshid L, Yapucu Ü. Tamamlayıcı tedavilerde hemşirenin rolü. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2005; 2:124-30.
51. Yavuz M. Ağrının ilaç dışı yöntemlerle kontrolü. İçinde: Aslan FE, editör. Ağrı doğası ve kontrolü. 2. Baskı. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi; 2014. p.161-174.
52. Demir Y. Ağrı ve yönetimi. İçinde: Aştı TA, Karadağ A, editör. Hemşirelik esasları. İstanbul: Akademi Yayıncılık; 2012. p.626-59.
53. Kocaman G. Ağrı hemşirelik yaklaşımları. 1. baskı. İzmir: Saray Tıp Kitabevi; 1994.
54. Aslan EA, Öntürk ZK. Ağrı ölçümü ve değerlendirilmesi. İçinde: Aslan FE, editör. Ağrı doğası ve kontrolü. 2. baskı. Ankara: Akademisyen Tıp Kitabevi; 2014. p.67-100.