

## Bölüm 7

### Alternatif ve Tamamlayıcı Tıp ile İlişkilerde Etik

*“Primum nil nocere” (önce zarar vermeyin)  
Hippocrates*

#### Tamamlayıcı ve alternatif tıp (TAT)

Tamamlayıcı ve alternatif tıp, geleneksel tıbbın kapsamı dışında kalan ve genellikle hakkında bilimsel verinin yetersiz olduğu tüm teşhis ve tedavi yöntemlerini içeren bir kavramdır. Günümüzde, belki de medyanın hayatımızdaki artan etkisi ve bu yöntemleri pazarlayanların medyaya adeta sponsor olup, hakkında yeterli bilimsel veri bulunmayan bu yöntemleri halkın gözünde çeşitli reklam kampanyaları ile popüler kılması sonucu giderek daha fazla insan alternatif ve tamamlayıcı tıp tedavi yöntemlerine yönelmektedir.

Bu konunun giderek artan önemine işaret eden bir örnek ABD’de National Institutes of Health çatısı altındaki onlarca ulusal sağlık enstitüsünden birinin alternatif ve tamamlayıcı tıp üzerine olmasıdır. Yine, ABD’nin JNC 7 ulusal hipertansiyon kılavuzunda geniş bir mutabakat sağlanması ve daha geniş bir kitleye ulaşabilme için tüm kardiyovasküler dallar, hipertansiyon, diyet uzmanlık alanlarının yanı sıra alternatif ve tamamlayıcı tıp alanında iddia ve etkinlik sahibi derneklerle de işbirliği yapılmıştır.

Her ülkede bu alandaki eğilimler farklı olmakla birlikte, ülkemizde de kendi başına büyük bir pazar oluşturan bu alanın bilimsel tecrübenin denetimi dışında ve sahipsiz bırakılması, gerek halk sağlığı, gerekse tıbbın geleceği bakımından son derecede sakıncalı sonuçlar doğurabilir.

#### Etik boyut

Her geçen gün daha fazla sayıda insan başvurdukları kliniklerde, hekimler tarafından kendilerine önerilen klasik tıbbi tedavi ile birlikte TAT tedavi yöntemlerini de kullanma isteklerini belirtmektedirler.

Bu durum da, hakkında yeterli bilimsel veri olmayan ya da bilimsel dayanağı olsa dahi klasik tıbbi tedavi içinde kullanımı konusunda ilgili bilimsel cemiyetlerin bir görüş birliğinin bulunmadığı TAT tedavilerinin kullanımını konusunda zaten aldığı klasik tıp eğitimi içinde TAT tedavi yöntemleri hakkında

yeterli bilgi olmayan hekim ile hastası arasında çatışmaya neden olabilmekte ve hekimi çeşitli etik problemlerle karşı karşıya bırakmaktadır.

Bazı TAT tedavilerinin kendisi hasta için potansiyel bir tehlike olabilmekte birlikte, esas tehdit hastanın faydası klinik araştırmalarla kanıtlanmış klasik tıbbi tedavi yerine, daha az faydalı ya da fayda sağlayıp sağlamadığı net bilinmeyen TAT tedavilerini kullanmayı seçmesi durumundan kaynaklanmaktadır. Söz konusu tedavilerin bazı insanlar için ruhani bir yönü de olduğu ve bu tip kişilerin bazen hiçbir fayda sağladığının gösterilmemesi yanında zararlı olduğu kanıtlanmış çeşitli TAT yöntemlerini kullanmakta ısrarcı oldukları gözlemlenebilmektedir.

Diğer yandan TAT tedavisinin faydalı olabileceğinin bilimsel olarak kanıtlanmış olduğu olgularda bu tedavilere önyargı ile bakan hekimlerin klasik tıbbi tedaviyi hastalarına tek seçenek olarak sunmaları hem hastaların kendilerine uygulanacak olan tedavi yöntemini seçme konusundaki karar sürecine aktif katılımlarını azaltmakta, hem de hastanın muhtemel bir faydalı tedavi yönteminden yararlanmasına engel olmaktadır.

Bu gibi durumlarda hekime düşen görev hastasının değer yargılarına saygı göstermek ve taşımakta olduğu etik ve tıbbi sorumluluğu doğrultusunda hastasına elden gelen en iyi danışmanlık hizmetini sunmaktır.

Hekimlerin hastasının tedavi seçme özgürlüğüne saygı göstermesi, onun kanıta dayalı tıptan taviz vermesi anlamına gelmemelidir. Fakat hekim ile hastası arasındaki bağların bu çatışma nedeni ile gevşeyip, tamamen yok olması sonucu hastanın hekim gözleminde olmadan TAT tedavilerine yönelmesi durumunda, hastanın zarar görebileceği açıktır.

Hekim için hastasının tedavisinden çekilme kararı asla hafife alınmaması gereken bir durumdur ve hekimin diğer meslektaşları danışmanlığında ve kişisel olarak yaptığı ciddi bir yeniden değerlendirme süreci sonrasında alınması gereken bir karardır.

Hekimin yapıcı ve yaratıcı bir tutum ile hastaya danışmanlık yapması, en çözümsüz gibi görünen

çatışma olgularında bile hastanın tedavisinden çekilme ihtiyacını azaltacaktır.

### **Ülkemizde tamamlayıcı ve alternatif tıp ve pazarlanması**

Ulusal basın yayın ve televizyonlarımızda sağlık ile ilişkili programlar daha çok reklam düzeyinde olup, daha çok kadın kozmetiği ve estetiği, ya da kendini tekrarlayan sağlıklı cinsel yaşam önerileriyle sınırlı kalmıştır. Öte yandan, dünyada son on yıllar içinde çevreci hareketin de etkisiyle artan bir biçimde, ana teması doğaya dönüş olan bir hareketin çeşitli yansımaları artık ülkemizde de görülmektedir. Doğal ilaçlar, alternatif veya tamamlayıcı tıp adı altında, yüzlerce ekstre veya bir sürü ecza sektörü ürünü diğer madde, yaşlanmanın geciktirilmesi, kalp damar sağlığı, kanser tedavisi veya kozmetik amaçlarla tüketicilere sunulmaktadır. Artık, bu ürünlerin eczanelerin satış ürünleri arasında ana kalemlerini oluşturmakla kalmayıp, kendi mağaza ağlarıyla tüketiciye ulaştıkları gözlenmektedir.

Bu ürünlerin neredeyse hiçbiri, herhangi bir biçimde, kanıta dayalı tıp ilkelerine göre sınanmış, yararı ve zararı hakkında herhangi bir bilimsel hüküme varılmış değildir. Çağdaş tıbbın bakış açısından bu ürünlerin çok büyük bir bölümünün, geleneksel tedavinin bir parçası olan ve bazılarının yararı da ortaya konulmuş olan kocakarı ilaçlarına kıyasla hiçbir üstünlüğü yoktur.

“Detoksifikasyon” adı altında benzeri bir “mistifikasyon” ve kavram kargaşası oluşturulmuş ve ne olduğu belirsiz toksinlerden “arınma” adı altında bilim dışı yaklaşımlar bir sektör olarak hayat bulmuştur. Oysa, 20. yüzyıl başının büyük tıp bilgini Claude Bernard’ın “homeostasis” kavramında ifade ettiği gibi, sağlıklı bir beden her an kendini arındırma yeteneğine sahip bir iç düzeni olduğu tıp eğitiminin daha ilk basamaklarında öğretilmektedir.

Yakın dönemlerde ortaya çıkan ‘anti-aging’ adlı gerçekte karşılığı olmayan bir ‘sözde alan’, bazı çok satan basın-yayın organlarında ve TV kanallarında adeta yeni bir bilim dalı olarak ve iç hastalıkları gibi belirli alanlarda elde edilmiş akademik unvanları taşıyan hekimler tarafından sunulmaktadır. Bu hekimlerin akademik kariyerlerinin gereği olarak, çok iyi bildikleri gibi çağdaş bir tedavî yönteminin etkinlik düzeyini sınanan yöntem ve ilkeler belirli-dir. Bunun ötesinde, kişisel inanca veya beklentilere dayalı tedavî önerileri ne yazık ki, mesnetsiz iddialardan ibaret kalmaktadır.

### **TARTIŞMA**

İnsanoğlu doğayı anlama, sınıflama ve elindeki sınırlı imkanlara rağmen ulaşabildiği çözümlenme gücü vasıtası ile çoğu zaman şaşırtıcı başarılarla ulaşabilmektedir. Tıp tarihinde de bunun farklı olmadığı arkeolojik ve antropolojik çalışmalarla ortaya konulmuştur. Bu bakımdan eski çağlardan veya sınırlı bir toplumun geleneğinden gelen, neden-sonuç ilişkilerine dönük yüzyıllarca süren keskin gözlemlerin ve yararı defalarca yaşanmış deneyimlerin ürünü olan bir mirası çağdaş bilimin peşinen küçümseme hakkı da yoktur.

Yeni araştırmalar, dünya tarihinin çeşitli dönemlerinden kalan zengin tıp geleneklerini, karmaşık kuramları ve farklı bakış açılarını ortaya koymaktadır. Bu birikimin daha çok, genel çevre sağlığı ve beslenme ilkeleri, solunum ve sindirim sistemi hastalıkları, enfeksiyonlara yol açan koşulların ve taşıyıcı canlıların ortadan kaldırılması, birey ve toplum psikolojisi gibi noktalarda olduğu söylenebilir. Ancak, ateroskleroz ve arotrombotik sendromların mekanizmalarının bile yakın dönemde bilindiği düşünülürse, damar sertliğine iyi geldiği ifade edilen bitkilerin nasıl yorumlanabileceği ortadadır.

### **Doğa ürünlerini bize işlenmeye gerek kalmadan sunan bir eczane midir?**

Bir maddenin ilaç adına hak kazanabilmesi için, çeşitli hayvan deneylerinden geçmiş, hedef organlarda öngörülen etkiye ulaşmayı hangi mekanizmalar ve hangi etkin maddelere dönüşerek, hangi kan ve organ konsantrasyonu sağladığı kanıtlanmış, kendinin veya ara ürünlerinin etkinlik süreleri ve vücuttan uzaklaştırılma yolları ortaya konmuş bir kimyasal ürün olması zorunludur. Bir başka deyişle her ilaç, belirli dozlara karşılık, belirli etkilerin her zaman beklenebildiği, neden-sonuç ilişkisinin kanıtlandığı bir kimyasal üründür.

Buna karşılık, geleneksel tedavi veya alternatif tıbbın doğal ürünleri kimyasal analizleri yapılmamış, belki de içerebilecekleri etkin madde konsantrasyonları hakkında elde hiçbir bilgi olmayan madde veya ekstraktlardır. Bu maddelerin bir bölümünde yararları konusundaki kanıya yüzyıllar içinde, kuşakların tekrarlanan gözlemleriyle ulaşılmış olabilir.

Ortalama insanın unuttuğu şey yeryüzünde var olan her nesnenin bir kimyasal yapı olduğudur. Bu bakımdan, yabancı mantar örneğinde olduğu gibi, doğanın kendi başına bir masumiyet vaadinde bulunmadığı da hatırlatılmalıdır. Bir bitkinin içeriğindeki

çok küçük bir molekül değişimi, o bitkiyi bir şifa aracından zehre dönüştürebilir. Bir canlı türü için vazgeçilmez olan bir doğal besin, bir diğer tür için ölümcül hale gelebilir. Ya da insanoğlunun bazı irksal veya etnik metabolizma farklılıkları veya bazı enzim değişiklikleri son derece masum veya yararlı bir doğal ürünü çok zararlı hale getirebilir.

Öte yandan, doğanın sonsuz zenginliğiyle insanoğlunun keşfini bekleyen pek çok ürünü barındırdığı da muhakkaktır. Burada izlenmesi gereken yol, kuşakların uzun süreler boyunca belirli ürünler konusunda biriktirmiş olduğu bilgileri, gözlemledikleri neden-sonuç ilişkilerini bilimsel bir önyargısızlık içinde dikkate almak ve yararı öne sürülen ürünleri ileri kimyasal ve farmakolojik incelemelere tabi tutmaktır. Eskimo ve Kuzey Denizi çevresindeki halkların beslenme tarzıyla bu toplumlarda kalp damar hastalıklarının görece seyrekliği gibi gözlemler omega-3 yağ asitlerinin mercem altına alınmasını getirmiştir. Benzeri bir durum da omega-3 yağ asitleri ve doymamış uzun zincirli yağ asitler bakımından zengin, kolesterolden yana dengeli olan Akdeniz beslenme biçiminde gözlenmiştir. Böylelikle günümüz için önerilebilecek en sağlıklı beslenme modeli oluşturulabilmiştir.

Sonuç olarak, belirli besin maddelerinin ve bitki ürünlerinin düzenli ve sürekli kullanımının orta ve uzun vadede yararlı olabileceği, ancak kendi başına bir ilaç alternatifi olarak kabul edilemeyeceği, en az ilaç kadar önemli beslenme destek unsuru olarak görülebileceği anlatılmalıdır.

#### **Sağlıklı ve genç kalabilmek satın alınabilen pahalı bir ayrıcalık mıdır?**

Kitle iletişiminde yaşanan 'enformatik çarpıtılmalar' sonucunda sağlığın tüketici tarafından algılanması gerçeklikten uzak biçimde, kişinin maddi imkanları ölçüsünde ve pahalıya satın alabildiği bir ayrıcalık ya da giderek geciktirilen bir yaşlılık arayışı haline dönüşmektedir. Oysa, artan gelir düzeyinin sağladığı refah duygusunun bir diğer cephesinin sağlıksız beslenme, giderek azalan bedensel hareket ve şişmanlamanın olabileceği, alınan pek çok işlen-

miş gıda ürününde sayısız katkı unsurlarının olduğu dikkate alınmamaktadır. Günlük yaşamını güç bela sürdürme kaygısındaki bir ailenin yaşam tarzı ve beslenme biçiminde bulunabilen denge ve uygunluk çok daha yüksek gelire sahip bir ailede ortadan kalkmış olabilir.

Kişiler çok kolaylıkla ve maliyetsiz olarak yaşamlarından uzaklaştırılabilecek çeşitli risk faktörleri, yaşam ve beslenme biçiminde yapılabilecek olumlu değişikliklerle sağlanabilecek aşikar yararlar yerine, etki yolu ve sonuçları belirsiz yüzlerce ürünün yüksek maliyetlerine yönlendirilmektedir. Oysa, sigaradan uzak, başta balık olmak üzere düşük kolesterolü beyaz et ürünleri, sebze ve meyveden yana zengin, zeytinyağı ve diğer bitki yağlarını içeren, usulüne uygun pişirilmiş ürünlere ve doğal içeceklere dayalı bir beslenme, günlük yaşamında yürümekten veya düzenli spordan kaçınmayan bir yaşam tarzı ve kilo fazlasını estetik bakımdan değil, sağlık açısından yorumlayan bir bakış biçimi her kesimden insana sağlığını koruma şansı vermektedir.

#### **SONUÇ**

Medya ve sağlık sistemi arasında uyum toplantılarıyla ortak bir dilin ve kavramların oluşturulması, karşılıklı bir sürekli eğitimin kurumsallaşması, profesyonelleşmiş bir sağlık haberciliğinin alt yapısının lisansüstü eğitim gibi bir düzeyde hazırlanması, sağlık kurumları ve mesleki örgütlerin basın ve halkla ilişkiler bürolarının hayata geçirilmesi, özellikle görsel medya araçlarının sağlık haberciliğini sansasyondan uzak ve kamuoyunu bilinçlendirici bir biçimde yapabilmesinin koşullarının yasal zemininin de hazırlanması gerekmektedir.

Çağdaş tıbbın sunduğu baş döndürücü gelişmelerin ışığında bugüne dek yararına dair yerleşik kanılar uyanmış her doğal ürün ve beslenme biçimi bilimsel yöntemle yakışır biçimde sınanmalı, hurafelere geçit verilmemelidir. Olumlu etkileri yaşanmış olan geleneksel veya yerel beslenme ve yaşam biçimleri dikkate alınmalı, mekanizmaları ortaya konulmalı, kanıtların tatminkar olması halinde tıbbi tedaviyi tamamlayıcı olarak kullanılmalıdır.