

Sigara Bırakmak İçin Rezonans Terapileri

Dr. Ersal S. Işık / Aile Hekimliği Uzmanı / NEOSANTE NEOClinics www.neosante.com.tr

GİRİŞ

Biorezonans 1980'li yıllarda kullanılmaya başlanmış olan, terapötik etkiyi, maddeye özgü çok zayıf elektromanyetik dalgalar yoluyla yapmayı amaçlayan; homeopati bilgisinin akupunktur/enerji sistemi teorisi ve elektronik ile birleşimi olarak nitelendirilebilecek bir tamamlayıcı tıp yöntemidir. Biorezonansın birçok kullanım endikasyonu olmasına rağmen, bu poster biorezonansın sigara bırakma konusundaki kullanımının sonuçlarını değerlendirmek amacıyla hazırlanmıştır. Bu sonuçlara 2006-2014 yılları arasında Mora, 2014-2018 yılları arasında ise QUITT teknolojileri yardımı ile ve kısaca, kişinin içtiği sigaradan alınan elektromanyetik vibrasyonların 1 KHz-1 MHz arasındaki frekans bantlarında, sabit fazlı olarak ters çevrilerek, ayna görüntüsü olarak vücuda verilmesi yoluyla ulaşılmıştır. Bir ilaç, özel bir telkin yöntemi ya da başka yöntem kullanılmamıştır.

Biorezonans açısından, aynı işlem vücuttan (hastalık bölgesinden) alınan elektromanyetik bilginin filtrelenerek vücuda geri verilmesi şeklinde de kullanılabilir ve bu yöntemle ilgili 80'li yıllardan itibaren çok fazla deneyim elde edilmiş durumdadır. Bu deneyimler bu yöntemin çok geniş bir endikasyon skalasında kullanılabilirliğini göstermektedir. Bu poster biorezonansın sigara bırakma konusunda kullanımına özel olarak şimdiye kadar görmüş olduğumuz danışanların geriye dönük sonuçlarını değerlendirmek sureti ile hazırlanmıştır.

YÖNTEM

2018 martına kadar 13.210 kişi "sigara bırakmak" için başvurdu. Bu kişilere yukarıda bahsedilen cihazlar yardımıyla sigara üzerinden 45 dakikalık seans uygulandı. Her kişinin bilgileri ve izlemi sırasındaki değerlendirmeler SPSS istatistik programı üzerine kaydedildi.

Günlük Sigara Sayısı	N	%
10 ve az	434	3,3
11-20	4.695	35,7
21-30	4.749	36,1
31 ve üzeri	3.263	24,8
Toplam	13.141	100

İçilen Yıl Süresi	N	%
10 yıl ve daha az	1.726	13,1
10-19 yıl	5.279	40,2
20 yıl ve daha fazla	6.132	46,7
Toplam	13.137	100

İLK GÖRÜŞME

Danışan ile yapılan tüm görüşmeler ve izlem bu konuda benim süpervizyonum altındaki hemşireler tarafından yapıldı. Görüşme seansın öncesinde ya da seans sırasında genel olarak 10-15 dakikayı geçmeyecek şekilde yapıldı. Görüşmede kişinin ihtiyacına özel olarak sigara bırakma konusunda motivasyonel konuşmalar ya da çoğu zaman sadece yapılan seansın açıklaması ve bundan sonrasında dikkat edilecek konular anlatıldı.

UYGULAMA

İlk açıklamalardan sonra kişiden yarım sigara içmesini ve bu yarım sigarayı cam tüp içinde vermesi istendi. Bu örnek seans sırasında biorezonans cihazının uygun giriş kısmına konuldu. Yani, cihaz yardımıyla vücuttan silinmeye çalışılacak elektromanyetik bilgi bu örnekten alındı. Seans sırasında kişiden rahat bir koltukta otururken, biorezonans cihazının uygun elektrotlarını tutması, ayaklarını plakaları üzerine basması ve alına uygun elektrodun sarılması istendi. Bu sırada cihazın giriş alanı içine içilmiş sigara örneği konulmuş durumda idi. Cihazın çalıştığı 45 dakikalık süre boyunca kişi yalnız bırakıldı.

Seansın bitiminde kişi cihazdan ayrıldı, evde incelemesi için ana kuralların hatırlatıldığı standart bir form verildi. Seans süresince cihazda tutulmuş olan alkol/serum fizyolojik karışımı da hastaya verildi ve istek anında bu sıvıdan dil altına damlatılması istendi. Bu sıvının elektro-homeopati kurallarına göre oluşturulduğu, kişinin enerji sistemi için bir hatırlatıcı olarak tanımlanabileceği ve sıvının ilaç ya da herhangi bir aktif madde içermediği açıklandı.

İZLEM

Kişiler 1 ay boyunca izlendiler. İlk görüşme seans sonrasındaki 3. gün içinde telefonla yapıldı. Bu görüşmede aşağıdaki 3 olasılıktan birisi değerlendirildi.

- 1) Eğer kişi hiç sigara içmediyse + sigara içme isteği fazla değilse + seansın etkili olduğu düşünülüyorsa: Şu an için herhangi bir ek seans yapılmasına gerek yok.
- 2) Eğer kişi hiç sigara içmemiş fakat zaman zaman da olsa şiddetli sigara içme isteği duyuyor ise: Bu kişiler "destek seansı" için kliniğimize davet edildi. Bu seansta ilkinden farklı bir biorezonans protokolü uygulandı.
- 3) Kişi birkaç nefes de olsa sigara içmiş ise "ikinci seans" için kliniğimize davet edildi. Bu seansta da ilkinden farklı bir biorezonans protokolü uygulandı.

Kaç Seans Aldı	N	%
Bir tam seans	8.290	63,1
Destek (ilk hafta)	2.066	15,7
2. seansı aldı	2.433	18,5
3. seansı aldı	295	2,2
4 ve fazlası seans aldı	64	0,5
Toplam	13.210	100

İlk seansın ardından her kişi ile 3. gün içerisinde görüşüldü ve durum yukarıda anlatıldığı şekilde değerlendirildi. Sonrasında ise kişi ile 7. gün, 14. gün ve 1. ayın sonunda iletişime geçildi ve durum değerlendirilerek eğer gerekiyorsa ek seanslar için kliniğe davet edildi. Son görüşmede kişiye; önündeki 2 ay boyunca sigara içme isteği ya da içme durumu olursa gelip seans alması ve bundan ücret talep edilmeyeceği anlatıldı.

SONUÇLAR

Seans sonrasında olabilen sersemlik hali ve 2 gün kadar sürebilen yorgun hissetme ve uyuma ihtiyacında artış dışında herhangi bir yan etkiye rastlanmadı.

Kişinin yapılan seans ile ilgili yorumu 7. gün aramasında değerlendirildi.

Aşağıdaki sorulardan herhangi birisine evet cevabının alınması durumunda hastanın yorumu "tedavi etkili" olarak değerlendirildi.

- Seans sonrasında kişinin sigara isteğinde hissedilebilir bir azalma var mı?
- Tamamen bırakılamamış ise; İçilen sigara miktarında istemsiz bir azalma var mı?
- Tamamen bırakılamamış ise; Karar verdiğiniz anda; sigarayı bu yöntemle bırakabileceğinizi düşünüyor musunuz?

7 Gün Sonrası Kişinin Yorumları	N	%
Tedavi etkili	11.962	92,9
Tedavi etkisiz	910	7,1
Toplam	12.872	100

Tablo: Tedavinin etkisiyle ilgili kişinin yorumu

Bir Hafta Sonra	N	%
Bir hafta boyunca hiç bir tütün ürünü ya da nikotin içeren herhangi bir ürün kullanılmadı	9.790	76,8
Kullanıldı (az ya da çok)	2.952	23,2
Toplam	12.742	100

Tablo: Bir hafta sonrası arama sonuçları

İki Hafta Sonra	N	%
İki hafta boyunca hiçbir tütün ürünü ya da nikotin içeren herhangi bir ürün kullanılmadı	7.564	73,6
Herhangi bir tütün ürünü kullanıyor (az ya da çok)	2.716	26,4
Toplam	10.280	100

Tablo: İki hafta sonrası arama sonuçları

Bir Ay Sonra	N	%
Bir ay boyunca hiç bir tütün ürünü ya da nikotin içeren herhangi bir ürün kullanılmadı	7.325	64,5
Herhangi bir tütün ürünü kullandı/kullanıyor (az ya da çok)	4.035	35,5
Toplam	11.360	100

Tablo: Bir ay sonrası arama sonuçları

TARTIŞMA

Sigara bıraktırma polikliniklerinde uygulanan klasik yöntemlerin, çözüm için yeterli olmadığı ve yeni tedavi yöntemlerinin geliştirilmesine ihtiyaç duyulduğu görüşü genel olarak kabul görmektedir.

Sigara içildiğinde alınan nikotinin yarı ömrü 1-4 saat arasında değişmekle birlikte ortalama 2 saat civarında olup, sigara içilmediğinde yoksunluk belirtileri kısa sürede gelişir ve özellikle sigara bırakma sonrası ilk 7 gün içinde pik yapar ve nükslerin çoğunlukla bu dönemde olduğu genel kabul görmektedir. Bizim sonuçlarımızda 7. günde nüks oranımız %22,3 sınırında kalmıştır. **Oğulların %76,8'inin seans sonrasında nikotin yoksunluk belirtileriyle baş edebiliyor olması, biorezonansın bilinen tedavi yöntemlerine güçlü bir alternatif ya da destek olduğunu göstermektedir.**

Bir ay sonuçları değerlendirildiğinde ise, sigara bağımlılığının tedavisinde nikotin replasmanı yapmadan, farmakolojik ajanlar kullanmadan, biorezonans ve gerektiğinde motivasyon uygulaması ile düzenli yakın takibe alınan bağımlılarda, 1. ayın sonunda %64,5'lük sigara bırakma oranı başarılı bulunmuştur.



Karadağ ve ark. 2011 yılında biorezonans almış 1.562 sigara bağımlısı üzerindeki sonuçları değerlendirdikleri çalışmalarında biorezonans ve her kişi için ortalama 45 dakika motivasyonel görüşmelerin birlikte kullanıldığı durumlarda bir aylık sonuçlarda % 69,3 bırakma oranlarına da varılabildiği görülmektedir. (1)

Çapa Tıp Fakültesinde 2008 yılında Pıhtılı ve ark. tarafından yapılmış çalışmada biorezonans sonrası 1 aylık sigara içme oranı: Aktif biorezonans için % 51,1, Plasebo biorezonans için: % 28,6 dir. (2) Çalışmamızdaki bir aylık oranların Pıhtılı çalışmasından daha yüksek çıkmasının sebebi merkezimizde hastalardan tedavi için ücret alınmış olması ve kişilerin izleminde bire bir görüşmelere özel klinik şartları içerisinde daha fazla özen gösterilmiş olması olabilir.

Bizim sonuçlarımız yanında burada bahsi geçen her iki çalışma da biorezonansın sigara bırakma konusunda etkili bir yöntem olduğunu göstermektedir.

(1) Yeni Tıp Dergisi 2011;29(1):27-31 Nikotin Bağımlılığının Sigara Bırakmada Etkisi Mehmet KARADAĞ , Sema KARADAĞ , Bülent EDİZ, Ersal Salih IŞIK

(2) Forsch Komplementmed 2014;21:239-245 Evidence for the Efficacy of a Bioresonance Method in Smoking Cessation; Aylin Pıhtılı, Michael Galle, Çağlar Çuhadaroğlu, Zeki Kılıçaslan, Halim İşsever, Feyza Erkan, Tülin Çağatay, Ziya Gülbaran