.

Akupunkturun Arteriyel Hipertansiyon Ve Endotelyal Disfonksiyon Üzerine Etkileri

Dr. Sibel Boyluğ

Akupunkturun Arteriyel Hipertansiyon Ve Endotelyal Disfonksiyon Üzerine Etkileri

Effects of Acupuncture on Arterial Hypertension and Endothelial Dysfunction: The Ahead Randomized Clinical Trial

Hazırlayan: Dr. Sibel Boyluğ
Uzman Doktor, Göksun Devlet Hastanesi, Kahramanmaraş, Kardiyoloji

Giriş:
Hipertansiyon dünya genelinde halen önemli bir sağlık problemidir ve değiştirilebilir bir kardiyovasküler risk faktörü olması yönüyle kardiyoloji pratiğinde önemli bir hasta popülasyonunu oluşturmaktadır. Birçok hastanın ilaç tedavisine uyum sağlayamaması, çoklu ilaç kullanımı, önerilen yaşam tarzı değişikliklerini yeterince uygulayamaması gibi faktörler tedaviyi daha da zorlaştırır. Özellikle Çin tıbbında daha yaygın kullanılan akupunktur uygulamaları hipertansiyon tedavisinde alternatif bir yaklaşım olarak uzun yıllardır gündemde olup bu konuda yapılan çalışmalar kan basıncında düşüş sağladığı yönünde ortak sonuçlar göstermektedir. Akupunktur uygulamasının sempatik aktiviteyi baskılaması, renin-anjiotensin-aldosteron sistemini bloke etmesi, reaktif oksijen türevlerinin salınımını azaltması ve endotelyal nitrik oksit sentezini artırması gibi farklı mekanizmalar üzerinden bu etkiyi sağladığı düşünülmektedir. Bu mekanizmalar akupunkturun aynı zamanda endotel fonksiyonlarını da iyileştirebileceği ve aterosklerozu ve damar sertliğini azaltabileceğini düşündürmektedir. Daha önce yapılan çalışmalarda akupunkturun kan basıncı üzerindeki etkisi araştırılmış olup bu çalışmada farklı olarak akıma bağlı dilatasyon (FMD) bakılarak endotel disfonksiyonu da değerlendirmeye alınmıştır.

Amaç:
Bu çalışmanın amacı, akupunkturun prehipertansiyon veya evre 1 hipertansiyonu olan hastalarda sistolik kan basıncını, diyastolik kan basıncını, santral sistolik kan basıncını, santral diyastolik kan basıncını ve nabız dalga hızını azaltıp azaltmadığını; ayrıca akıma bağlı dilatasyonu iyileştirip iyileştirmediğini değerlendirmektir.

Tasarım ve Yöntem:
Bu çalışma; prehipertansiyon veya evre 1 hipertansiyonu olan, düşük kardiyovasküler riske sahip ve farmakolojik tedavi almayan erişkin bireylerde yürütülen prospektif, randomize, tek kör, plasebo kontrollü ve tek merkezli bir klinik çalışmadır.

Hastalar iki gruba ayrılmıştır. Müdahale grubuna manuel akupunktur uygulanırken, kontrol grubuna sahte akupunktur uygulanmıştır. Katılımcılar 12 hafta boyunca haftada iki kez, 30'ar dakikalık seanslara alınmış ve işlem sırasında gözleri kapatılmıştır.

Müdahale grubunda steril paslanmaz çelik akupunktur iğneleri PC6, LI4, HT7, CV14, CV17, ST36, LR3 ve KI3 akupunktur noktalarına uygulanmıştır. Kontrol grubunda ise sekiz farklı akupunktur dışı noktaya Streitberger plasebo iğneleri uygulanmıştır.

Çalışma STRICTA ve CONSORT kılavuzlarına uygun şekilde yürütülmüştür. Birincil sonuç parametreleri; sistolik kan basıncı, diyastolik kan basıncı, santral sistolik kan basıncı, santral diyastolik kan basıncı, nabız dalga hızı ve akıma bağlı dilatasyon parametrelerinde gruplar arasındaki farklardır. Ölçümler başlangıçta, 12 haftalık müdahale sonrasında ve 30 günlük takipte yapılmıştır. Veriler Student t-testi ile analiz edilmiştir. Kategorik değişkenler ise ki-kare testi veya Fisher kesin testi kullanılarak değerlendirilmiştir.

Bulgular:
Çalışmayı toplam 30 hasta tamamlamıştır. Bunların 14'ü müdahale grubunda, 16'sı kontrol grubunda yer almıştır. Katılımcıların ortalama yaşı 42'dir.

Başlangıçta gruplar arasında periferik sistolik kan basıncı, periferik diyastolik kan basıncı, santral sistolik kan basıncı, santral diyastolik kan basıncı, nabız dalga hızı ve akıma bağlı dilatasyon değerleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

On ikinci haftada akupunktur uygulanan grupta periferik sistolik kan basıncı 13,2 mmHg azalmış ve bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Aynı grupta akıma bağlı dilatasyonda %2,7 oranında artış saptanmıştır.

Kontrol grubunda ise periferik sistolik kan basıncında ortalama 4,1 mmHg azalma, akıma bağlı dilatasyonda ise %1,6 oranında artış görülmüştür.

Kontrol grubuyla karşılaştırıldığında, müdahale grubunda 12. haftada sistolik kan basıncında ortalama 9,1 mmHg daha fazla azalma ve akıma bağlı dilatasyonda %3 oranında daha fazla artış saptanmıştır. Bu farklar istatistiksel olarak anlamlıdır. Ayrıca bu iyileşmeler 30 günlük takipte de devam etmiştir. Takip döneminde sistolik kan basıncındaki azalma 8,4 mmHg,

akıma bağlı dilatasyondaki artış ise %2,9 olarak bildirilmiştir.
Buna karşılık periferik diyastolik kan basıncı, santral sistolik kan basıncı, santral diyastolik kan basıncı ve nabız dalga hızı açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sonuç:
Bu çalışmada akupunkturun, düşük kardiyovasküler riske sahip prehipertansif veya evre 1 hipertansif erişkinlerde 12 haftalık tedavi sonrasında endotelyal fonksiyonu iyileştirdiği ve periferik sistolik kan basıncını düşürdüğü gösterilmiştir.

Klinik Yorum:
Bu makalede akupunkturun erken evre hipertansiyon ve prehipertansiyon döneminde kan basıncında anlamlı bir düşüş sağlaması, tedaviyi destekleyici bir yaklaşım olarak kullanılabileceğini ve aynı zamanda endotelyal fonksiyon göstergesi olan akıma bağlı dilatasyondaki iyileşmeyle birlikte görülmesi, akupunkturun damar fonksiyonu üzerinde de olumlu etkiler oluşturabileceğini düşündürmektedir.

Bununla birlikte çalışmanın hasta sayısının oldukça sınırlı olması, tek merkezli yürütülmesi ve takip süresinin kısa olması nedeniyle sonuçların genellenmesi konusunda daha fazla kanıta ihtiyaç vardır. Ayrıca kontrol grubunda da belirli düzeyde kan basıncı düşüşü ve akıma bağlı dilatasyon artışı görülmesi, plasebo etkisinin ve hasta takibinin önemini göstermektedir. Bu nedenle akupunkturu klasik hipertansiyon tedavisinin yerine koymak doğru olmaz; ancak yaşam tarzı değişiklikleriyle birlikte, seçilmiş düşük riskli hastalarda destekleyici bir yöntem olarak değerlendirilebilir.

Bana göre bu çalışmanın en önemli katkısı, akupunkturun hipertansiyonda olası etkisini sadece kan basıncı üzerinden değil, endotelyal fonksiyon gibi vasküler sağlık açısından daha derin bir parametre üzerinden de incelemiş olmasıdır. Daha geniş hasta gruplarıyla, daha uzun takip süreleriyle ve farklı kardiyovasküler risk düzeylerini içeren hastaların da dahil edildiği çalışmalar yapılırsa, akupunkturun hipertansiyon yönetimindeki yeri daha net ortaya konabilir.

Kaynak:
Amanda Rodrigues Bitencourt; Ana Luiza Lima Sousa; Priscila Valverde de Oliveira; Mikaelle Costa Correia; Sandro Rogério Rodrigues Batista; Alexandre Massao Yoshizumi; Paulo César Brandão Veiga Jardim; Weimar Kunz Sebba Barroso
Journal of Hypertension, 44(Suppl 1): e40-e41, Mayıs 2026.
DOI: 10.1097/01.hjh.0001195536.92769.49.