

**MAKÜ**

BURDUR MEHMET AKİF ERSOY ÜNİVERSİTESİ



**IHSLC**



**TÜBİTAK**

# 6 International Health Sciences and Life CONGRESS

Uluslararası Sağlık Bilimleri ve Yaşam Kongresi

**PROCEEDING BOOK**

02 - 05 March 2023



[ihslc.mehmetakif.edu.tr](http://ihslc.mehmetakif.edu.tr)



[ihslc2023](https://www.instagram.com/ihslc2023)

**AMELİYAT SONRASI AĞRI YÖNETİMİNDE MÜZİK TERAPİ****(Music Therapy In Post-Surgery Pain Management)****Sibel NARGİZ KOŞUCU\* , Behiye PISTİL\*\***

\* Antalya Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Antalya, Türkiye,

[sibel.nargiz@antalya.edu.tr](mailto:sibel.nargiz@antalya.edu.tr)

\*\* Antalya Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, Lisans Öğrencisi, Antalya, Türkiye,

[behiye.pistil@std.antalya.edu.tr](mailto:behiye.pistil@std.antalya.edu.tr)

**ÖZET**

Ameliyat sonrası ağrı, tüm cerrahi işlemlerden sonra beklenen ancak istenmeyen bir akut ağrı şeklidir. Ağrı yönetiminde amaç, rahatsızlığı ortadan kaldırmak, iyileşmeyi kolaylaştırmak ve tedaviyle ilişkili komplikasyonları önlemektir. Ağrı yönetimindeki önemli gelişmelere rağmen, hastaların çoğunluğu ameliyat sonrası ciddi derecede ağrı yaşamaktadır. Ameliyat sonrası ağrının giderilmesi yetersiz ise hastanın ameliyat sonrası iyileşmesi ve rehabilitasyonu üzerinde olumsuz etkiler yaşamasına neden olur. Hastada birçok komplikasyon gelişebilir, vücut üzerinde uzun süreli stresin bir sonucu olarak, hastanede kalış süresinin uzamasına, cerrahi başarısızlığa ve immünsüpresyona yol açabilir. Ayrıca ekili yönetilemeyen ameliyat sonrası ağrı, hasta memnuniyetini olumsuz etkiler. Ağrı iyi kontrol edildiğinde, perioperatif dönemde anksiyete ve analjezik kullanımında önemli bir azalma olur. Ameliyat sonrası ağrı yönetiminde, geleneksel bakım ve tıbbi tedaviye ek olarak farmakolojik olmayan yöntemler önerilmektedir. Bu yöntemlerden biri olan müzik terapi hastalara kolayca ve başarılı bir şekilde uygulanabilen, erişilebilir, uygun maliyetli, invaziv olmayan güvenli bir yöntemdir. Müzik terapi, ameliyat sonrası ağrıyı ve kullanılan analjezik miktarını önemli ölçüde azaltmaktadır. Yararlı etki sağlaması için müziğin sakinleştirici, enstrümantal bir türde, hastanın seçimine sunulması, günde en az iki kez, tüm perioperatif süreç boyunca, 15-30 dakika dinletilmesi önerilmektedir. Ameliyat sonrası ağrı yönetimi, uygun bir bakımla multidisipliner bir yaklaşım gerektiren karmaşık bir süreçtir. Hemşireler bu süreçte, hastalarla kesintisiz bakım sağlayan sağlık profesyonelleri olarak merkezi bir rol oynarlar. Ağrı kontrolünde, girişimsel olmayan, güvenli, maliyetsiz ve kanıta dayalı bir uygulama olarak müzik terapinin kullanılması için hemşireler cesaretlendirilmelidir. Farmakolojik olmayan bu güvenli uygulamanın, hemşirenin bağımsız girişimi olduğuna dikkat çekilerek kullanımının yaygınlaştırılması sağlanabilir. Bu derlemede, müziğin ameliyat sonrası ağrı üzerindeki etkisine yönelik güncel literatürü inceleyerek sunmak ve hemşirelere uygulamada kullanım konusunda farkındalık yaratmak amaçlanmıştır. Müziğin ameliyat sonrası ağrıyı ve analjezik kullanımını azaltmak için bir uygulama olarak kullanılmasına yönelik öneriler, kanıtların gözden geçirilmesinden çıkarılmış ve özetlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Ameliyat sonrası ağrı, Müzik terapi, Ağrı yönetimi, Hemşirelik

**ABSTRACT**

*Postoperative pain is an expected but undesirable form of acute pain after all surgical procedures. The aim of pain management is to eliminate discomfort, facilitate healing, and prevent treatment-related complications. Despite significant advances in pain management, the majority of patients experience severe pain after surgery. If post-operative pain relief is insufficient, it will cause the patient to experience negative effects on post-operative recovery and rehabilitation. Many complications can develop in the patient, as a result of prolonged stress on the body, it can lead to prolonged hospital stay, surgical failure, and immunosuppression. In addition, unmanageable postoperative pain affects patient satisfaction negatively. When pain is well controlled, there is a significant reduction in anxiety and analgesic use in the perioperative period. In the management of postoperative pain, non-pharmacological methods are recommended in addition to conventional care and medical treatment. Music therapy, which is one of these methods, is an accessible, cost-effective, non-invasive, safe method that can be easily and successfully applied to patients. Music therapy significantly reduces postoperative pain and the amount of analgesics used. In order to have a beneficial effect, it is recommended to listen to the music in a calming, instrumental type, presented to the patient's choice, at least twice a day, for 15-30 minutes during the entire perioperative period. Postoperative pain management is a complex process that requires a multidisciplinary approach with appropriate care. Nurses play a central role in this process as healthcare professionals who provide uninterrupted care with patients. Nurses should be encouraged to use music therapy as a non-invasive, safe, cost-effective and evidence-based practice in pain control. By pointing out that this non-pharmacological, safe practice is the independent initiative of the nurse, its use can be expanded. In this review, it is aimed to present the current literature on the effect of music on postoperative pain and to raise awareness of nurses about its use in practice. Recommendations for the use of music as a practice to reduce postoperative pain and use of analgesics are derived from and summarized from a review of the evidence.*

**Keywords:** Post-operative pain, Music therapy, Pain management, Nursing

## GİRİŞ

Ağrı, yaşam bulgularının beşincisi olarak kabul edilir ve Uluslararası Ağrı Çalışmaları Derneği (International Association for the Study of Pain- IASP) tarafından "gerçek veya potansiyel doku hasarıyla ilişkili, hoş olmayan bir duyuşsal ve duygusal deneyim" olarak tanımlanır. Ağrı biyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerden etkilenen kişisel bir deneyimdir. Bireyler yaşam deneyimleri aracılığıyla ağrı kavramını öğrenirler. Bir kişinin ağrısı olduğunu belirtmesi durumunda, ağrısının olduğu kabul edilmeli ve saygı duyulmalıdır. Ağrının fonksiyonel sosyal ve psikolojik iyilik hali üzerinde olumsuz etkileri olabilmektedir (1). Ağrı organizma için bir tehdittir ve organizma bu duruma karşı stres yanıt oluşturur. Bu durumda bir stresör olarak ele alınan ağrı uzun sürerse, organizmada ağrıya karşı fizyopatolojik yanıtlar gelişir (2).

Ameliyat sonrası ağrı; cerrahi kesi ile başlayıp, göreceli olarak kısa süreli, genellikle iyi lokalize olmuş, insizyonun tipi ve genişliği ile doğrudan ilgili akut bir ağrı şeklidir (3). Cerrahiye bağlı doku yaralanması, enflamasyon ve stres tepkisi göz önüne alındığında ameliyat sonrası beklenen ancak istenmeyen bir sonuç olarak kabul edilir (4). Ameliyatın türü, niteliği, büyüklüğü ile ilişkili olarak ameliyat sonrası dönemde hissedilen ağrı, hastalarda fizyolojik, psikolojik, duygusal ve sosyal açıdan birçok probleme neden olur (5). Ameliyat sonrası ağrı hem hastalar hem de sağlık çalışanları için önemli bir sorundur. Ağrı yönetimi protokollerindeki önemli gelişmelere rağmen, hastaların çoğunluğunun ameliyat sonrası ciddi derecede ağrı yaşadığı gösterilmiştir Ameliyat geçiren hastaların %80'inden fazlası akut postoperatif ağrı yaşamaktadır ve bu hastaların yaklaşık %70'inde orta veya şiddetli ağrı mevcuttur (6,7). Ülkemizde yapılan bir çalışmada cerrahi girişim geçiren hastaların %77,3'ünün farklı derecelerde ağrısı olduğu belirtilmektedir (2). Ameliyat sonrası iyi yönetilemeyen ağrı, hastada birçok komplikasyona yol açabilir, mortalite ve morbiditeyi arttırarak hastanede kalış süresini uzatır (2,7). Yetersiz şekilde yönetilen ağrı, hastanın ameliyat sonrası iyileşmesi ve rehabilitasyonu üzerinde zararlı etkilere sahip olabilir ve hastaları ameliyat sonrası kalıcı ağrıya yatkın hale getirebilir (8). Ameliyat sonrası devam eden ağrı, hipoventilasyon, artan oksijen ihtiyacı, mobilizasyonun gecikmesi, günlük yaşam aktivitelerinde güçlüğü neden olabilmekte ve hatta kronik bir ağrı durumuna dönüşebilmektedir. Hastaların uykusunu bozabilir, kaygısını ve memnuniyetsizliğini artırabilir (9,10). Ayrıca tedavi edilmeyen postoperatif ağrı, immünsüpresyona neden olur, tromboembolik olay riskini artırır ve iyileşmeyi geciktirir (4). Yetersiz ağrı kontrolü şiddetli ağrıya yol açar ve ateletazi, bozulmuş solunum fonksiyonu, anksiyete ve uzun süreli stres tepkisi riskini artırabilir (9). Bu komplikasyonlar, vücut üzerinde uzun süreli stresin bir sonucu olarak, hastanede kalış süresinin uzamasına ve cerrahi başarısızlığa yol açabilir (11,12).

Uluslararası Birleşik Komisyonu (JCI-The Joint Commission International), 2018'de, ağrı değerlendirmesi, ağrı yönetimi ve opioid güvenliğini iyileştirmek için uygulama standartlarını değiştirmiştir. Yeni standartlar, akredite hastanelerin en az bir farmakolojik olmayan ağrı yönetimi yaklaşımı sağlayan politika ve prosedürlere sahip olmasını gerektiğini içermektedir. (13) Farmakolojik olmayan ağrı yönetimi yaklaşımlarından biri perioperatif süreçte müzik kullanımıdır (13,14). Müzik, dünyadaki çoğu insan için hayatın tanıdık bir parçasıdır ve dikkati başka yöne odaklayan yatıştırıcı etkidedir. Müzik, dikkat dağıtıcı olarak görülse de hem Pozitron Emisyon Tomografisi (PET) hem de fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme (fMRI) beynin kaudat ve nükleus akumbens bölgelerini aktive ettiği gösterilmiştir. Beynin bu bölgeleri, dopamin salınımına ve coşkulu, sevinçli bir duruma yol açan keyifli bir deneyime yol

açar (12). Müzik dinlemek ameliyat sonrası hastalara kolayca ve başarılı bir şekilde uygulanabilen, erişilebilir, uygun maliyetli, invaziv olmayan güvenli bir yöntemdir (15). Çalışmalarda, müzik terapisinin ameliyat sonrası hastalarda ağrıyı, kaygıyı ve opioid ağrı kesici ilaç kullanımını azalttığı gösterilmiştir (8,16-18). Kalp cerrahisi uygulanan hastalarda ameliyat sonrası erken dönemde ağrıyı, anksiyeteyi azaltmak, uyku süresini uzatmak ve hastaların uyku kalitesini artırmak için müziğin etkili bir müdahale olduğu belirtilmektedir (17,19). Liu ve arkadaşlarının yaptığı randomize kontrollü çalışmada; göğüs cerrahisi sonrası 3 gün boyunca müzik dinletilen hastalarda ağrı ve anksiyetenin azaldığı, sistolik kan basıncı ve kalp atış hızını düşürdüğü saptanmıştır (20). Aynı şekilde ortopedi ve jinekoloji ameliyatı olan hastalarda, müziğin ameliyat sonrası ağrı şiddetini, yoğunluğunu, kaygıyı ve analjezik ilaç kullanımını azalttığı gösterilmiştir (8,21,22). Yetmiş üç randomize kontrollü çalışmanın dahil edildiği tüm cerrahi prosedürlerin alındığı bir sistematik derlemede; müziğin ameliyat sonrası ağrıyı, kaygıyı ve analjezi kullanımını azalttığı ve hasta memnuniyetini arttırdığı belirtilmektedir (18). Yine yapılan bir meta analizde müziğin, ameliyat sonrası ağrıyı ve kullanılan analjezik miktarını önemli ölçüde azalttığı belirtilmektedir (23).

Müziğin ameliyat sonrası ağrıyı azaltmada bir uygulama olarak kullanımına ilişkin bazı öneriler vardır. Bunlar:

1. Müzik, ameliyat öncesi, ameliyat süreci ve sonrası dönemde tutarlı bir şekilde kullanılmalı ve sürdürülmelidir.
2. Müzik, günde en az iki kez ve tüm perioperatif süreç boyunca her seansta en az 15 ila 30 dakika dinletilmelidir.
3. En yararlı etkiyi için hastalara sakinleştirici, rahatlatıcı ve çoğunlukla enstrümantal seçimler içeren müzik listeleri sunulmalıdır.
4. Terapötik müzik, tercih edilen kalp atış hızlarıyla en iyi şekilde uyumlanması için dakikada 60 ila 80 vuruşta çalınan ritimlerle sakinleştirici bir yapıya sahip olmalıdır.
5. Müzik, güvenli, uygun maliyetli ve her hasta için bireyselleştirilmiş olduğu için hemşire liderliğindeki bir müdahale olmalıdır (12).

Ameliyat sonrası ağrı yönetimi, uygun bir bakımla multidisipliner bir yaklaşım gerektiren karmaşık bir süreçtir. Hemşireler bu multidisipliner yaklaşımda, hastalara 24 saat kesintisiz bakım sağlayan sağlık profesyonelleri olarak çok önemli bir rol oynarlar (12,13). Güvenli ve invaziv olmayan doğası nedeniyle müziğin bağımsız bir hemşirelik müdahalesi olarak kullanılması önerilmektedir. Müzik, hemşireler ve hastalar için cerrahi iyileşme sürecine yardımcı olacak güvenli, masrafsız hastane ortamında verilmesi kolay ve başarılı bir uygulamadır (16,13). Kanıta dayalı uygulama önerilerine uygun müzik terapi uygulamasıyla,

hastaların ameliyat sonrası ağrı düzeylerinin, opioid kullanımının azalması, hastanede kalış süresinin kısalması sağlanabilir ve hasta memnuniyetinin artmasına yol açabilir (12). Çalışmalarda Müzik terapi yönteminin hemşireler tarafından kullanımının yaygınlaştırılması ve kurumların müzik uygulamaya yönelik kolaylık sağlaması önerilmektedir (24). Ancak bazı çalışmalar, cerrahi ağrı insidansının yüksek olduğu, ağrı yönetiminde hemşirelerin farmakolojik olmayan girişimleri aktif olarak kliniklerde uygulamadıkları genellikle farmakolojik yöntemler ile ağrı yönetimi yaptıkları belirtilmektedir (2,25-27). Ülkemizde ameliyat sonrası ağrı yönetiminde hemşirelerin uygulamalarının incelendiği bir çalışmada hemşirelerin ağrı yönetiminde çok az oranda (%5-12) farmakolojik olmayan yöntemler uyguladıkları ve bu uygulamalar arasında müzik terapinin olmadığı belirtilmektedir (28). Hemşireler ağrıyı azaltmak için önlemler alarak, ek önlemlere yönelik ihtiyaçları belirleyerek ve müdahale ederek, hastalar üzerindeki etkiyi değerlendirerek optimal ağrı kontrolü sağlayabilir. Ameliyat sonrası hastaların ağrı yönetiminde hemşirelerin kilit role sahip olduğu dikkat alındığında, müzik gibi tamamlayıcı bir terapinin hemşireler tarafından bilinmesi ve uygulanması önemlidir.

#### SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, müzik terapi ameliyat sonrası ağrı düzeyini ve kullanılan analjezik miktarını önemli ölçüde azaltmaktadır. Hemşirelerin postoperatif ağrı kontrolünde, girişimsel olmayan, güvenli, erişilebilir, maliyetsiz bir bağımsız hemşirelik girişimi olarak müzik terapiden yararlanmaları ve kullanımının yaygınlaştırılması önerilmektedir. Farmakolojik olmayan bu güvenli uygulamanın, hemşirenin bağımsız uygulaması olduğu kullanımına önem verilmesi sağlanmalıdır. Birçok ülkede hemşirelik uygulaması olarak yaygın kullanılan müzik terapinin ülkemizde de kullanımına yönelik farkındalık oluşturmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

#### KAYNAKÇA

1. Raja, S. N., Carr, D. B., Cohen, M., Finnerup, N. B., Flor, H., Gibson, S., Vader, K. (2020). The revised IASP definition of pain: concepts, challenges, and compromises. *Pain*, 161(9), 1976.
2. Acar, K., Acar, H., Demir, F., & Eti Aslan, F. (2016). Cerrahi sonrası ağrı insidansı ve analjezik kullanım miktarının belirlenmesi.
3. Eti-Aslan, F. (2006). Postoperatif Ağrı. Ağrı Doğası ve Kontrolü. Bilim yayınları, İstanbul. 159-90.
4. Haroutounian, S. (2018). Postoperative opioids, endocrine changes, and immunosuppression. *Pain Reports*, 3(2).