

## KUPA TERAPİSİNİN TARİHİ GELİŞİMİ VE ÇEŞİTLERİ

### HISTORICAL DEVELOPMENT AND TYPES OF CUPPING THERAPY

Erkan TANAEL\*  
Mustafa UZUN\*\*

\* Salıpazarı 4 No'lu Aile Hekimliği  
Birimi

\*\* Kırıkkale İl Sağlık Müdürlüğü

#### Yazışma Adresi/Correspondence:

Dr. Erkan TANAEL  
Salıpazarı Merkez ASM, Bereket Mahallesi,  
Salıpazarı Kasabası, 55530, Samsun  
06300, Samanpazarı, Ankara, Türkiye  
E-posta: tanael\_dr@hotmail.com

#### ÖZET

Cilt üzerinde milimetrik çizikler atmak ve çeşitli malzemelerden yapılmış aparatlarla negatif basınç oluşturmak sureti ile vücudun hemostazını oluşturma, dermis tabakasındaki kapiller dolaşımı artırma ve toksinleri uzaklaştırma amaçlı yapılan geleneksel bir tedavi yöntemi olan Kupa terapisi (Hacamat) binlerce yıldır uygulanmaktadır. Kupa terapisi uygulamalarına çeşitli pencerelerden bakıp, uygulama yöntemleri, kullanılan materyaller, uygulama noktaları, endikasyonlarının bir kısmı, kontrendikasyonları ve bazı etki mekanizmaları genel çerçevede aktarılacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Kupa Terapisi, hacamat, tamamlayıcı ve alternatif tıp

#### ABSTRACT

Cupping therapy (hijama), having been applied for thousands of years, is a traditional therapy method aiming the homeostasis of the body, increasing capillary circulation of the dermis and removing toxins by making millimetric incisions and creating negative pressure by different apparatus on the skin. The methods of application, the materials used, the application points, some of the indications and contraindications will be explained together with some mechanisms of action in a general framework.

**Key Words:** Cupping therapy, hijama, comprehensive and alternative medicine

#### Kupa Terapisi (Hacamat) Ne Demektir?

Arapça İsmi Hicâme olup, bazen El-Hicâmetu Diye Okunduğu İçin Osmanlıcaya Hicâmet olarak geçmiştir. İngilizcede Hijama ya da Al-Hijamah olarak, Bazen wet cupping therapy / blood cupping therapy olarak da anılır. Hicâmet'in Arapça'da kelime olarak iki manası vardır: emmek ve doğru hacmine sokmak.

#### Hacamat'ın Tarihsel Süreci

Milattan önce 5000 yıllarına dayanan (bkz. Ebers Papirüsleri), tüm antik toplumlarda tedavi yöntemi olarak kullanılan bir uygulamadır. Antik Mısır, Antik Yunan, Çin, İslam ülkeleri tıp alanında birbirlerinden etkilenmiş toplumlardır<sup>1</sup>.

Antik dönem tıbbında hastalıkların etiyolojisi ve patogenezinde Humoral Patoloji Teorisi hakimdi. M.Ö 5 YY'da Hekim Hippocrat tarafından tıba uyarlanan 4 element teorisi kendisinden sonra gelen dönemin ünlü hekim-filozofları tarafından da benimsendi ve daha sonra İbn-i Sina tarafından geliştirilerek madenin yanında "ruh" kavramı da eklendi. Bu teoride hastalığa

sebepler olarak vücutta bulunan 4 sıvının (Kan, Balgam, Safra, Sevda) dengesizliği söz konusuydu<sup>2</sup>.

Hastalıkların tedavisinin temelinde bu 4 sıvıdan nitelik veya nicelik olarak bozuk, artmış sıvının vücuttan uzaklaştırılması vardı. Bu sıvı / sıvıları vücuttan uzaklaştırma yöntemleri arasında kusturma, masaj, egzersiz, hamam, terletme, müşhille ishal etme, dağlama, diyet, diüretik ve kan alma vardı<sup>3</sup>.

Bu tıp yöntemi zamanımızda Pakistan ve Hindistan'da Unani Tıp, Doğu Türkistan'da Uygur Tıbbı, Güney Afrika'da İBN-İ SİNA TIBBİ adları altında uygulanmaya devam etmektedir. Kan alma iki farklı metod şeklinde hekimin uygun görmesi ile uygulanıyordu.

1. Phlebotomy: Belirli ven'lerin delici bir aletle delinip bir miktar venöz kanın dışarıya boşaltılması.  
2. Hacamat (Hijame- Islak Kupa): Cilt üzerinde milimetrik çizikler atılarak metal, bambu, boynuz, plastik, cam kupa gibi malzemelerle deriden dışarıya doğru negatif basınç uygulayarak yapılan emme işlemi.

Bu iki metod da binlerce yıl tedavi amacı ile kullanılmış, ancak phlebotomy uygulamalarında risk faktörü (arter yaralanmaları, tendon kesileri, sinir yaralanmaları, hipovolemi) yüksek olduğundan ve ölüm vakaları görüldüğünden (George Washington phlebotomy sonrası ölmüştür), 19.yy dan sonra şarlatanlık olarak kabul edilmiştir<sup>4</sup>.

Ancak hacamat uygulanırlığını günümüze kadar sürdürmüştür. Özellikle İslam Ülkeleri ve Müslüman toplumlar tarafından, Hz. Muhammed (s.a.s) efendimizin de hacamat yaptırmış olması ve ümmetine tavsiye etmesi hasebi ile, sünnet bir tedavi metodu olarak benimsenmiştir<sup>5</sup>.

İnsanlarda doğal olarak gerçekleşen menstruasyon kanaması, burun kanaması gibi durumların hacamat uygulanmasına ilham olmuş olabileceği düşünülmüştür<sup>6</sup>.

Hacamat (Kupa terapisi) 18.yüzyıl ortalarında yaşamış birçok Avrupalı hekim tarafından da uygulanmıştır<sup>7</sup>.

### Hacamat'ın Çeşitleri

Kupa terapisinin uygulama çeşitleri geleneksel tıp ekollerinin yaklaşım mantığına göre çeşitlilik gösterir.

Geleneksel Çin tıbbında kupa terapisi 10 farklı çeşitle uygulanabilir. Ateşli (zayıf vakum, orta vakum, güçlü vakum), yağlı kupa masajı (hareketli kupa), iğneli kupalama, moxa kupalama, flash kupalama, bitkisel kupalama, sulu kupalama şeklinde<sup>8</sup>; Batı Tıbbı yaklaşımında kuru kupa (mekanik pompa), kupa ma-

sajı, ateşli kuru kupa, ıslak kupa (Hacamat); Unani tıpta, ıslak kupa (Hacamat), kuru kupa şekillerinde olabilmektedir.

### Uygulanma Bölgeleri

Sıklıkla sırt, göğüs, karın, kalça, bacak, eklemler, saçlı deri, yüz bölgelerine yapılmakla birlikte gerekli bölgelere uygulanabilir<sup>9</sup>.

### Etki Mekanizması

Kupa terapisinin mekanizması hakkında çok çeşitli teoriler ortaya atılmıştır. Bir teoriye göre kupa uygulanan alan ve etrafında dolaşım artar ve dokularda sıkışan toksinler vakum etkisi ile dışarıya alınır<sup>10</sup>.

Bir başka teoriye göre, uygulama alanına yapılan hacamat uygulaması ile marazi (morbid) maddelerin boşaltılması prensibiyle etki eder. Aynı zamanda bölgeye kan dolaşımını artırır ve o bölge dokuların daha iyi beslenmesini sağlar<sup>11,12</sup>.

Psikosomatik teori, hacamatı tamamen plasebo etkisi olarak açıklar<sup>11</sup>.

### Endikasyonları

Daha çok bilimsel araştırmaya ihtiyaç duyulması ile beraber etkili olduğu düşünülen hastalıklardan bir kısmı şunlardır: migren, hemoroid, hemoptizi, amenore, fil hastalığı, gut, böbrek taşları, kronik ürtiker, siyatik, skrotal herni, hazımsızlık, akne, ankilozan spondilit, psoriasis, astım, nefes darlığı, akut fasial paralizi<sup>12-15</sup>.

### Yan Etkileri

Islak kupada (hacamat) enfeksiyon riski her zaman vardır. Bu anlamda steriliteye önem vermek gereklidir. Bir panniculitis vakası dışında önemli bir yan etki kaydedilmemiştir<sup>16</sup>. Uygulama bölgesinde renk değişikliği ve cilt yüzeyinde hafif kabarmalar birkaç gün içinde kendiliğinden düzelir.

Kupa terapisi (hacamat) modern tıbbın içerisinde tamamlayıcı olarak yerini alan etkili bir terapi olmakla birlikte üzerinde araştırma yapılmaya açık bir yöntem olarak duruyor.

## KAYNAKLAR

1. Bayat AH. Tıp Tarihi. İzmir: Sade Matbaa; 2003:163.
2. İbn-i Sina. El-Kanun Fi't-Tib. Beşinci Kitap. (Çeviri: Kahya E.) Ankara: Sarıyıldız Ofset; 2010;1:54.
3. Altıntaş A. Sağlıkın Can Damarı. İstanbul: Yediveren yayınları; 2013:67.
4. Greenstone G. The history of bloodletting, BCMJ 2010;52:12-4.
5. Süneni ibni Mace, Hadis no :3486 - 3476-3477 ehliislam.com/suneni-ibni-mace/tib-hadisleri.html (Erişim tarihi: Mart 2016).
6. Davis A, Appel T. Bloodletting Instruments in the National Museum of History and Technology 2010:1 (DOI: 10.5479/si.00810258.41.1).
7. Cumston, CG. A Practical Treatise on Cupping. London: Joseph Butler; 1987.
8. Thambirajah R. Energetics in Acupuncture. London: Churchill Livingstone; 2010: 440-3.
9. Hamdani H. Usool-e-Tibb. Uttar Pradesh: Urdu Academy; 1980;490-2.
10. Kouskous CE, Leider M. Cupping-The art and the value, Am J Dermatopathol 1983;5:235-9.
11. Masihi Ibn-ul-Kuf. Kitab-ul-Umda Fil Jarahat, (Daeratul Moarif Usmania University, Hyderabad). 1935:15-23.
12. Spink MS, Lewis GL, Barkley CA. Abulcassis on Surgery and Instruments. London: California Press; 1973:656-73.
13. Akhtar J, Siddiqui MK. Utility of cupping therapy Hijamat in Unani medicine. Indian Journal of Traditional Knowledge 2008;7:572-4.
14. Azmi WA. Molijat. New Delhi: Anjuman-e-Taraqqi Urdu Beuro; 1992:201-2.
15. Ali Bin Rabban T. Firdaus-ul-Hikmat. Vol I, (Urdu) translated by Ashraf R. Karachi, Pakistan: Hamdard Foundation Press; 1994:860.
16. Lee JS, Ahn SK, Lee SH. Factitial panniculitis induced by cupping and acupuncture. Cutis 1995;55: 217-8.