

# Tamamlayıcı Sağlık Uygulamaları

## Complementary Health Practices

### İÇİNDEKİLER - CONTENTS

<b>Tarihte Tamamlayıcı Sağlık Uygulamaları</b> Complementary Health Practices in History <i>Bilge SÖZEN ŞAHNE, Elif ULUTAŞ DENİZ</i>	1
<b>Akupunktur</b> Acupuncture <i>Şebnem Setenay MİT</i>	8
<b>Yoga, Yoga Terapi, Nefes Egzersizleri ve Gevşeme Teknikleri</b> Yoga, Yoga Therapy, Breathing Exercises and Relaxation Techniques <i>Neslihan İSKİT</i>	14
<b>Meditasyon ve Nefes Teknikleri</b> Meditation and Breathing Techniques <i>Sema BERKTAŞ</i>	21
<b>Bitkisel Temelli Beslenmenin Sağlıklı Beslenmedeki Yeri ve Önemi</b> The Role and Importance of Plant-Based Nutrition in Healthy Nutrition <i>Derya DİKMEN</i>	27

<b>Geçmişten Geleceğe Fitoterapi</b>	33
Phytotherapy from the Past to the Future	
<i>Ayşe Mine GENÇLER ÖZKAN, Zekiye Ceren ARITULUK AYDIN</i>	
<b>Temel Aromaterapi</b>	41
Basic Aromatherapy	
<i>Ayhan ALTINTAŞ</i>	
<b>Tamamlayıcı Sağlık Uygulamalarında Homeopatinin Yeri</b>	52
Homeopathy in Complementary Health Practices	
<i>İ. İrem TATLI ÇANKAYA</i>	
<b>Tamamlayıcı Sağlık Uygulamalarına ve Ürünlerine Yönelik Mevzuat Düzenlemeleri</b>	59
Legislative Arrangements for Complementary Health Practices and Products	
<i>Sevil AZAK SUNGUR, Leyla YUMRUKAYA</i>	