



## ŞİFA BAHÇELERİ VE TURİZMDEKİ YERİ

Huriye ÇALIŞKAN<sup>1</sup>, Aysun ÇELİK ÇANGA<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Uludağ Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı/ Yüksek Lisans

Nilüfer/ BURSA

<sup>2</sup>Uludağ Üniversitesi Ziraat Fak. Peyzaj Mimarlığı Bölümü, Nilüfer/BURSA

Sorumlu yazar

E-posta:hyrijecaliskan@gmail.com

### Özet

Gelişen kentsel yerleşim yerleri insanlar için çok olumlu etkiler oluştururken aynı zamanda ruhsal ve bedensel sağlığı olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Son yıllarda artış gösteren bu sağlık problemleri dünya kamuoyunda ciddi kararlar almayı ve reformlar oluşturmayı gerektirmiştir. Peyzaj kapsamında bu reformlar sonucu ‘‘ŞİFA BAHÇELERİ’’ kavramı ortaya çıkmıştır. Eski Osmanlı Dönemi’nde sıkça kullanılan şifa bahçeleri ne yazık ki günümüzde değerini kaybetmiştir.

Şifa Bahçesi; beraberinde fiziksel ve biyolojik rahatsızlıkları meydana getiren özellikle psikolojik rahatsızlıkların ve günümüz insanında en büyük sorunlardan biri olan stresin azaltılmasını hedefleyen, doğanın parçası olan insanın doğaya dönüşünü kolaylaştırmak için tasarlanan bahçelerdir. Avrupa’da birçok hastalığın tedavisi için oluşturulan şifa bahçelerinin olumlu etkileri bilimsel olarak ispatlanmıştır.

Günümüzde ülkemiz başta olmak üzere birçok Avrupa ülkesinde ‘‘şifa turizmi’’ adı altında etkinlikler düzenlenmektedir. Şifa turizmi kapsamında ülkelerin doğal su varlıklarından, coğrafik konum ve topografik yapısından hastaların faydalanması gözetilmektedir. Bahçe turizmi de son dönemlerde oldukça gelişme göstermekte ve dünya çapında oldukça ilgi çekmektedir. Özellikle İngiltere, Hollanda ve Japonya’da çeşitli etkinlikler bahçe ve bahçecilik turizmi kapsamında yapılmaktadır.

Bu çalışmanın amacı, şifa bahçelerinin Türkiye ve dünyadaki örneklerinin turizmdeki yerini belirlemektir. Bu amaçla yerli ve yabancı bilimsel kaynaklar ışığında ve uzman bakış açısı ile değerlendirmeler yapılmıştır. Çalışma sonucunda doğal ortamlarda vakit geçirmenin, doğa yürüyüşleri, doğa sporları yapmanın, bitki ve hayvanlarla tedavi süreçlerini desteklemenin insan sağlığına faydalı olduğu gerekçesiyle şifa bahçelerinin sağlık turizmi etkinlik alanları içerisinde yerini alması gerektiği belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Şifa Bahçeleri, Sağlık Turizmi, Şifa Bahçesi Turizmi, Şifa Turizmi, Doğa Turizmi

### HEALING GARDENS AND THE PLACE IN TOURISM

#### Abstract

Developing urban settlements have very positive effects on people and also affect mental and physical health negatively. These health problems, which have increased in recent years, have required serious decisions and reforms in the world. As a result of these reforms within the scope of the landscape, the concept of HEALTHY GARDENS ‘reform has emerged. The healing gardens, which are frequently used in the old Ottoman period, have unfortunately lost its value today.

Healing Garden; It is the gardens that are designed to facilitate the return of nature, which is part of nature, which aims to reduce the stress which is one of the biggest problems in today’s man. The positive effects of healing gardens created for the treatment of many diseases in Europe have been scientifically proven.

Today, in many European countries, especially in our country, activities are organized under the name of ifa healing tourism.

Within the scope of healing tourism, it is considered that the countries benefit from natural water assets, geographic location and topographic structure. Garden tourism has also improved in recent years and attracts a lot of attention worldwide. Especially in England, the Netherlands and Japan, various activities are carried out within the scope of garden and horticultural tourism.

The aim of this study was to determine its place in Turkey and the healing garden examples in the world of tourism. For this purpose, evaluations have been made in the light of domestic and foreign scientific sources and expert point of view. As a result of the study, it was determined that healing gardens should take place within the health tourism activity grounds on the grounds that it is beneficial for human health to spend time in natural environments, nature walks, nature sports, and treatment with plants and animals.

**Keywords:** Healing Gardens, Health Tourism, Healing Garden Tourism, Healing Tourism, Nature Tourism

## GİRİŞ

Dış mekanlarda geçirilen zamanın, iç mekanlarda geçirilen zamanlara göre insan sağlığı üzerinde daha olumlu etkileri olduğu bilimsel olarak kanıtlanmıştır. Özellikle doğada geçirilen zamanın ve yapılan aktivitelerin, stresi azalttığı, kan basıncını düşürdüğü, kalp atış hızını düşürdüğü, ruh halini iyileştirdiği bilimsel verilerle ve analizlerle desteklenerek kanıtlanmış gerçeklerdir.

Doğaya erişim, stres, depresyon, ağrı, yorgunluk, saldırganlık, dürtüsellik ve Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB) gibi sağlık sorunları başta olmak üzere birçok hastalığın tedavisine katkıda bulunur; bağışıklık sisteminde iyileşme, kemik gücü, yara iyileşmesi, bilinç kazanma, konsantrasyon sağlama, duygusal esneklik kazanma, empati kurma, canlılık kazanma ve rahatlama gibi birçok insani ihtiyacı ve tedaviyi sağlamamıza destek olur. Biyofili teorisinde, “insan benliğinin diğer canlı organizmalarla duygusal bağlar içerisinde olduğu” öne sürülmüştür. Doğa, insanların ruhsal boyutu ile tarih boyunca ilişkilendirilmiştir. Bahçe; çiçeklerin, sebze ve meyvelerin, şifalı ot ve bitkilerin yetiştirildiği, yanı sıra doğanın dinlendiriciliğinin insanların kendi elinde olduğu, bitkilerin her mevsim ve zaman dilimlerinde farklı etkiler oluşturduğu toprak parçasıdır (Demiröz, 2003). İnsanların doğadan şifa bulma arzularını, doğaya dönme isteklerini ve doğa ile iç-içe olma gereksinimlerini karşılamaya peyzajın minimal bir ögesi olan bahçelerden başlanmıştır.

Lundquist (2000)’e göre dünya efsanelerinde bahçe; insanların acı, hüznü hissettikleri zamanlarda kendilerini güvende hissetmelerini sağlayacak sığınak olarak seçtikleri yer olarak betimlenir. Ortaçağların başında ise hastaların, doğal alanlar olarak tasarlanan manastır ve kilise bahçelerinde tedavi edildiği saptanmıştır (Güngör ve Güngör, 2017). Bitkiler insanların varoluşundan beri hem besin olarak hem de şifa bulmak amaçlı hayatlarının içindedir. “Şifa bahçesi” ise; belirli bir nüfus, yer ve amaca göre hazırlanmış pozitif sağlık sonuçları alabilmek için konunun uzmanları tarafından dizayn edilen bahçe ve peyzajlardır. “Restoratif bahçeler” ve “sağlık bahçeleri” olarak da adlandırılan şifalı bahçelerinin çoğunluğu, genel akut bakım hastaneleri, ayakta tedavi klinikleri, yardımcı bakım ve kalifiye hemşirelik tesisleri, zihinsel ve davranışsal hastalıkların tedavi tesisleri ve özel tesisler dahil olmak üzere sağlık tesisleri bünyesinde bulunmaktadır.

Şehirleşmenin ve hızlı sanayileşmenin getirileri olduğu gibi insanı doğadan uzaklaştırma, doğaya yabancılaştırma gibi götürüleri de vardır. Bununla beraber insanlarda ruhsal ve bedensel sağlığın da azaldığı tespit edilmiştir. Dünya üzerinde insan sağlığını olumsuz etkileyen şehirleşme etkileri aynı zamanda üretim gücünü de düşürmüştür. Mimaride bu durumun etkilerini azaltmak için “sağlık tasarımı” yaklaşımı oluşmuştur. Sağlık tasarımı kavramı peyzaj mimarisinde ‘şifa bahçeleri’ olarak karşımıza çıkmıştır. (Pouya ve ark., 2015).

Globalleşen dünyada ülkeler arası iş birliğinin, seyahat özgürlüğünün ve imkanların artması, ulaşımında kolaylıkların artması, sağlık hizmetlerinin dünyanın farklı yerlerinde de gelişmesi, sağlık hizmeti finansmanında hem bireysel hem bütçesel güçlükler olması dünyada sağlık turizmi kavramını geliştirmiştir (URL-2). İnsanların hem tedavi olmak, hem rehabilite edilmek hem de korunabilmek amaçlı gerçekleştirdikleri seyahatlerin tamamına sağlık turizmi diyebiliriz. İnsanların doğadan sağlık arayışının bir simgesi olan şifa bahçelerinin kullanımı özellikle Japonya, Tayland, Hindistan, Yeni Zelanda, Singapur gibi ülkeler başta olmak üzere Avrupa ülkelerinde de artmıştır. Bazı ülkelerde bu bahçelere ülke içi ve ülke dışı birçok tur düzenlenmektedir.

Tıpta olduğu gibi şifa bahçelerinde de bir çeşit tedavi ile her hastalığı tedavi etmek mümkün değildir. Bu nedenle şifa bahçesinin bulunduğu yerin konumuna, tasarımına, barındırdığı bitki türlerine ve farklı rehabilite yöntemlerine göre şifa bahçelerinin etkinlik alanı da değişim göstermektedir. Örneğin; Kaliforniya San Francisco Mount Zion Üniversitesinin Tıp Merkezinde bulunan şifa bahçesi kanser hastalarının tedavi sürecini hızlandırmaktayken, Amerika'da Craig Hastane Bahçesi'nde fizik tedavi yöntemleri uygulanabiliyor. Bu da şifa bahçelerinin farklı coğrafik koşullara, amaçlara ve ekolojik özelliklere göre farklı hastalıkların tedavisinde kullanılabileceğini gösterirken aynı zamanda bu durumun da potansiyel bir turizm sektörü olduğunu ortaya koymaktadır.

Bu çalışmanın amacı şifa bahçelerinin tanımını yaparak şifa bahçelerinin turizmdeki yerini saptayarak, özellikle Genel Sağlık Turizmi başlığı altında şifa bahçelerini hangi alt başlıklarda kullanılabileceğini belirlemek ve şifa bahçelerinin kullanım olanaklarının iyileştirilmesini teşvik etmektir.

## **MATERYAL- YÖNTEM**

Araştırmanın materyalini şifa bahçeleri ve sağlık turizmi yapılan yerler ve alanlar ve bu konuları ele alan makaleler, araştırmalar ve veriler oluşturmuştur. Diğer materyaller yurtdışı kaynakları ve web siteleri, gazeteleri ve peyzaj tasarım bloglarıdır. Çalışmanın yöntemi gözleme dayalı çalışmalar ve uzman bakış açısıyla yapılan değerlendirmelerdir.

## **BULGULAR**

### **Tarihten Bugüne Şifa Bahçeleri**

İnsanlar İlk Çağ'dan itibaren deneme yanılma yoluyla bitkilerin zehirli olup olmadığını, hangilerinin yenilebileceğini ya da şifa amaçlı kullanılacağını öğrenmişlerdir. (Minter, 1995). Arkeolojik kazılar sonucunda; Hakkari'nin güneyindeki Şanidar Mağarası'nda bulunan Neanderthal mezarları içinde bitki örnekleri tespit edilmiştir. Bu durum bitkilerin tedavi amaçlı kullanımının Yontmataş (Paleolitik) Devrine (yaklaşık M.Ö. 50.000 yılları) dayandığı ispatlanmıştır (Baytop, 1999). Eski Mısır, Yunan ve Roma Uygarlıkları'nda da bitkilerin şifa için kullanıldığı dönemin büyük tıpçıları tarafından yazılan reçetelerin bulunması ile kanıtlanmıştır.

Şifa bahçesi eski olmasına karşın modern bir fikirdir. İlk insanlar barınmak için evlerini inşa edip ardından kutsal bahçeler, doğal kaynaklar gibi pek çok lokal iyileşme alanlarını bulmuşlardır. Batı'da bulunan ilk hastaneler dua ve şifalı bitkilerle iyileştirme sağlayan önemli etkilere sahip yerlerdir. Bu yerler genelde kapalı bahçelerden oluşan manastır topluluklarının hastaneleridir. (Marcus ve Barnes, 1999). Bin yıldan daha uzun süredir Asya ve Batı kültürlerinde, bitkiler ve bahçenin hastalar için şifa verici bir özelliğe sahip olduğu bilinmektedir. Örneğin Avrupa'da Orta Çağ boyunca, manastır bünyelerinde özel bahçeler tasarlanmıştır. Bu bahçeler ile hastaların, hastalıklarından başka şeylere odaklanmaları hedeflenmiş ve doğanın rahatlatıcı özelliğinden faydalanılmıştır. Avrupa ve Amerika hastanelerinin bahçelerinde şifalı bitkilerin 1800'lü yıllara kadar çokça kullanıldığı görülmektedir. (Ulrich, 2002).

Yüksek katlı hastaneler, klima kullanımları, teras ve balkonların yok olması, sanayi, araba ve otoparklar sebebi ile doğadan uzaklaşılması, iç mekan tasarımlarında tamamen kurumsal verimliliğin esasa alınması hasta, ziyaretçi, refakatçi ve çalışanların daha fazla stres altında kalmasına neden olmuştur. (Marcus, 2005). Amerika'da 1990 yılından itibaren bu gidişatın aksine yönde "Hasta Merkezli Tedavi" adı altında yeni bir akım yayılmaya başlamıştır. Hastaneler arasındaki rekabet, hasta ihtiyaçlarına dikkat edilmesine neden olmuştur. Yüksek katlı ofis binalarını anımsatan stilden uzaklaşmıştır. Araştırmalar sonucunda ; doğanın, sağlık üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğunun ispatlanmıştır (Marcus,2005).

### **Kavramsal Olarak Şifa Bahçeleri Ve Önemi**

Şifa-iyileştirme terimi; mutluluğu artırmak için kullanılan ve yönelinen yararlı tüm yöntemleri temsil etmektedir. Şifa bahçeleri ise insanların psikolojik ve fiziksel olarak kendilerini daha iyi hissetmelerini sağlamak amacıyla tasarlanan alanlardır (Şakar, 2011). Stres tüm hastalıkları tetikleyen bir etmendir. Şifa bahçeleri tasarlanırken göz önünde bulundurulması gereken en önemli etmen stres oluşturabilecek faktörlerin tamamını ortadan kaldırmak ya da en aza indirmek olmalıdır. Bir şifa bahçesi;

- Stresi azaltarak, bedensel dengenin sağlanmasına yardım eder.
- Hastanın cesaretlenmesini sağlayarak, hastanın iyileşme içgüdüsünü tetikler.
- Tıbben çaresiz olunan durumlarda hastayı psikolojik olarak kendine getirir.
- Hasta-ziyaretçi etkileşimi için daha rahat bir ortam sağlar.
- Hastane personelinin stresini azaltmasına yardımcı olacak ortam sağlar.
- Sağlığı kazandıran, rehabilite eden terapötik bir bahçe gibi de tanımlanabilir (Marcus, 2005).

Varoluştan bu yana tüm toplumlar ve medeniyetler şifa bulmak için önce doğaya, bitkilere başvurmuşlardır. Eski Roma, Yunan ve Mısır uygarlıklarında tıbbi bitkiler üzerine yazılmış pek çok yazıt rastlanmıştır. Şifa bahçelerinde bitki seçimleri yapılırken, hangi hastalıklara hizmet edeceğine, özellikle bitkilerin bölge ikliminde kolay yetiştirilebilir olmasına bunun yanı sıra ruhu dinlendirmesi açısından renksel ve dokusal bütünlüğüne önem verilmelidir.

Şifa bahçeleri oluşturulma nedenine göre bir çok hastalığa hizmet edebilir. Görme, işitme, dokunma ve tat duylarını kullanabilmeyi sağlayarak engelli hastaların terapi ve rehabilitasyonlarını kolaylaştırabilir. İçeriğine göre fizik tedavi hastalarına doğada rehabilitasyon olanağı sağlayabilir. Uzakdoğu'da kanser hastalarının tedavi süreçleri ve iyileşme süreçlerini desteklemek amaçlı da şifa bahçelerinden yararlanılmaktadır. İleri yaş hastalarına doğanın içerisinde zaman geçirme ve iyileşme olanağı sunar. Çağımızda en önemli hastalıkların sebepleri stres, yorgunluk, ruhsal bunalımlar olarak görülmektedir. Şifa bahçeleri bu gibi etmenleri ortadan kaldırarak hastaların tamamen doğa ile baş başa kalmasına olanak sağlayan yerlerdir. Yoga, meditasyon, su ile ve renkle terapi uygulanabilecek alanlar barındırarak hastaların ruhsal olarak tedavi edilmelerine de olanak sağlarlar. Özellikle güvenlik algısını oluşturarak hastaların kendilerini doğada, güvende ve huzurlu hissetmelerini sağlamaktadır. Yüksek binalı hastaneler ve soyutlanmış hastane odalarındansa hastaların doğa içerisinde sağlıklarına kavuşma sürelerinin kısaldığı gözlemlenmiştir.

### Şifa Bahçelerinin Turizmdeki Yeri

Tarihin her çağında, insanoğlu çeşitli nedenlerle turizm faaliyetlerini gerçekleştirmiştir. Zamanla zenginleşmeye bağlı olarak turizm faaliyetlerine ayrılan pay da artmıştır. Uluslararası turizm faaliyetlerinin artmasındaki en önemli etmenlerden biri de sağlıktır. Sağlık turizmi her ne kadar günümüzün güncel konularından olarak görülse de insanoğlunun tarihin her devrinde şifa aramak adına başka kabile, bölge ya da ülkeye seyahat ettiğine dair bir çok kanıt bulunmaktadır (Aydm ve ark., 2011)

Tarih öncesi dönemlerde insanların şifa bulmak için farklı kabileleri ziyaret ettiklerine rastlanmıştır. İletişimin yaygın olmamasından kaynaklı olarak o dönemde sadece yakın kabileler arası böyle bir alış- veriş sağlandığı görülmüştür (URL-1). Sonrasında ise tarih boyunca tıp alanında gelişmelerle ve iletişim kolaylığı ile beraber sağlık turizmi de gelişmiştir. Günümüzde seyahat özgürlüğü ve ulaşım rahatlıkları ile her geçen gün sağlık turizminin turizm sektöründe de tıp alanındaki çalışmalarda da önemi artmaktadır. Her yıl tıbbi tedavi nedeni ile bulunduğu konumu değiştiren hastalar bulunmaktadır. Türkiye'yi bu nedenle ziyaret eden hastaların sayısı Tablo 1.'de verilmiştir. Dünyada bu nedenle seyahat eden hastaların ülkelere göre sayıları ise Tablo 2.'de verilmiştir.

**Tablo 1.**Yıllara Göre Türkiye'de Sağlık Hizmeti Alan Uluslararası Hasta Sayıları (Anonim 2013)

YILLAR	HASTA SAYISI
2008	74093
2009	91961
2010	109678
2011	156176
2012	261999

**Tablo 2.** Tedavi sebebi ile uluslararası yer değişikliği yapan turistlerin ülkelere göre sayısı (Anonim, 2012)

ÜLKE ADI	TURİST SAYISI	ÜLKE ADI	TURİST SAYISI
Almanya	43259	Azerbaycan	13023
Libya	38898	İngiltere	12456
Rusya	27604	Romanya	5685
Irak	16926	Norveç	5554
Hollanda	14959	Bulgaristan	5511

Sağlık turizmi kısaca; bireylerin hem koruyucu hem tedavi ve rehabilite edici hem de sağlığı geliştirici hizmetleri almak amacıyla buldukları yerden başka yere seyahat etmesidir.

Hastaların tedavi maksatlı seyahat etmelerinin farklı nedenleri şöyle sıralanabilir (Dinçer, 2010):

- Teknolojik olarak daha ileri tıbbi donanıma sahip ülkelerde tedavi olma arzusu,
- Daha uygun tıbbi hizmet almak istenmesi,
- Hastanın başka ülkeden kendi ülkesinden daha iyi hizmetler alabileceği durumlar olması,
- Sahip oldukları sağlık sigortası ile ilgili sorunlar,
- Tedavi alma süresinin kendi ülkesinde daha uzun olması

Tüm bu sebeplerle birlikte günümüzde özellikle belli hastalıkların tedavisinde ve hastalıklardan korunma içgüdüsüne dayalı olarak insanların doğal beslenme, doğal yaşam gibi isteklerini karşılayabilecekleri yerleri tercih etmeleri de sıralanan bu nedenlere eklenmiştir.

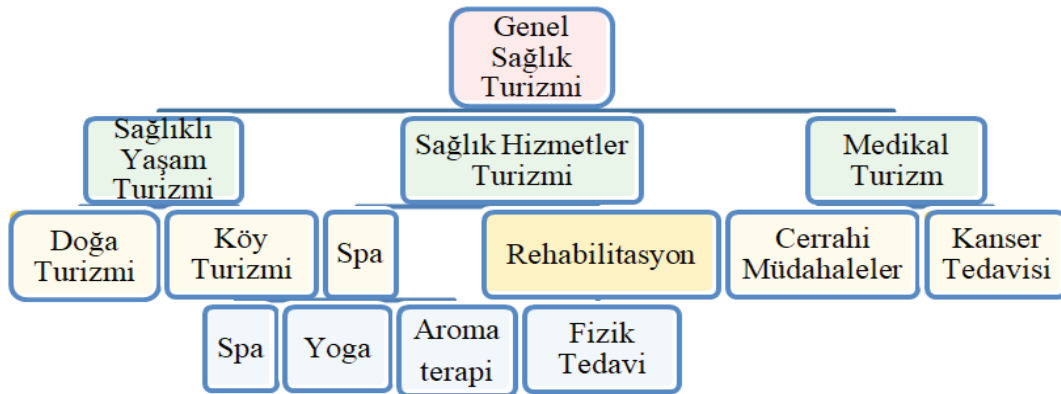
### Genel Sağlık Turizmi Çeşitleri Ve Şifa Bahçelerinin Yeri

Sağlık turizmi endüstrisi, hem turizm hem de sağlık sektörünü hem de turizm sektörünü doğrudan etkilemektedir. Sağlık turizmindeki gelişmeler her iki sektöre de katkı sağlamaktadır.

Bu çerçevede, turizm sektörünün, sağlık turizmi bağlamında incelenmesi gerekir. Daha genel bir çerçevede bakıldığında, sağlık turizmi,

- Sağlıklı yaşam (wellness) turizmi,
- Sağlık hizmetleri (health care) turizmi,
- Medikal turizm

olmak üzere üç sınıfa ayrılmıştır (Edinsel ve Adıgüzel, 2014)



**Şekil 2:** Genel Sağlık Turizminin bölümleri (Iordoche ve ark., 2013)

Şifa bahçelerinin kullanım olanakları Şekil 2.'de verilen Genel Sağlık Turizmi bölümlerinden doğa turizmi, spa, yoga, aromaterapi, fizik tedavi ve rehabilitasyon, kanser tedavisi başlıkları içerisinde değerlendirilebilir.

Bu şablondan yola çıkarak şifa bahçelerinin hangi başlıklar altında turizme kazandıracağından bahsedecek olursak;

- Sağlık Turizmi - Sağlıklı Yaşam
- Doğa Turizmi

Doğa turizmi ; doğayı korumaya, insanın doğayla barışık bir şekilde yaşamasına odaklı, doğa temalı, tüketim ve sermaye anlayışından uzak bir şekilde yerel ekonomiyi, yerel halkı korumayı esas alan bir turizm ekolüdür. Kentsel yaşamdan kaçmak isteyen insanların taşralara ve doğaya kaçarak, psikolojik ve fiziksel rahatlama sağladıkları turizmin genel adıdır. Şifa bahçeleri doğanın birer parçası olma özelliği ile bu başlık altında incelenerek turizme kazandırılabilir.

Şehir hayatından kaçan insanların fizyolojik ve ruhsal rahatlama ve iyileşmelerini sağlayabilecek tasarımlarla;

- insanların şifa bahçelerinde doğa yürüyüşleri, doğa sporları yapabilecekleri,
- şifalı bitkilerden faydalanabilecekleri,
- bitki yetiştirebilecekleri,
- bitki ve bahçe bakımı hakkında yeni bilgiler edinebilecekleri
- sağlıklı beslenme sağlayabilecekleri şifa bahçeleri tasarlayarak doğru bir kullanımla turizm faaliyetlerine katılabilir.
- Wellness Tourism- Sağlıklı Yaşam
  - Spa
  - Rehabilitasyon

Tanımı ve uygulama alanları latince kelimelerinin kısaltması olan SPA , “Sudan Gelen Sağlık” anlamına gelmekte olup Romalılardan bugüne kadar uygulanan su terapilerine verilen isimdir.(URL-3). Her türlü su ve çamur uygulaması SPA kapsamına giriyor. Kelime anlamından daha geniş bir kapsama sahip olan SPA, günümüzde yalnızca su ve çamur terapilerini değil sıcak su havuzu, masaj terapileri, aroma terapileri gibi hizmetlere verilen bir isim olup su ile iyileşme, suyun sıcak, soğuk ve farklı biçimlerdeki uygulamaları ile kazanılan dinlenme ve ferahlama duygularının edinildiği anlamında da kullanılıyor.

Şifa bahçeleri tedavi olan ancak iyileşmesi uzun süren hastaların desteklenmesinde de önemli rollere sahip olabilir. Şifa bahçesi içerisine kurulacak termal kaplıca alanı, fizik tedavi havuzları,yürüme parkurları,yoga ve meditasyon yapılabilecek havuz ya da yapay göletler, şifalı bitki ve hayvan bahçeleri, su ihtiyaçlarını giderebilecek çeşmeler ile hastaların hem psikolojik rehabilitasyonu sağlanırken hem de doğa ile iç-içe fiziki rehabilitasyonları da sağlanabilecektir. Yoga ve meditasyon için en çok tercih edilen ülkeleri sıralayacak olursak; Hindistan, Tayland, Endonezya, Nepal, Kosta Rika gibi ülkeler ilk sıralarda yer almaktadır. Binlerce turist ruhsal rahatlama seansları için ön plana çıkan bu ülkelere seyahat etmektedirler. Şifa bahçeleri içerisinde sıcak su, termal gibi doğal varlıklar kullanılarak yapılacak tasarımlar turistler için de ilgi çekici olacaktır. Bunların yanı sıra spa merkezlerinde, anti-ageing uygulamaları, masaj terapileri, aromaterapi uygulamaları da gerçekleştirilmektedir. Şifa bahçeleri içerisinde spa merkezi kompleksleri kurulabilir.

Türkiye’ye Beden ve Ruh sağlığını geri kazandırma felsefesi ile yola çıkan ilk atılım The LifeCo – Bodrum oldu, sonrasında Avrupa yükselen bir trend olan bu tesislerin sayısı artmaya başladı, Sianji – Bodrum, Angel’s Marmaris, The LifeCo – Antalya, Richmond Nua – Sapanca, Canyon Ranch – Kaplankaya gibi markalar otel konseptinin yanında misafirlerine Wellness alternatifi sunarak ülkemizde hizmet vermekteler (URL-4).

Bunlarla beraber sağlıklı yaşam yoga ve detoks kampları da oldukça rağbet görmektedir. Bu kamplarda dışarıdan alınan yabancı maddelerin vücuttan atılması için bitkiler yardımı ile yiyecek ve çaylar hazırlanmakta, ruhun da buna bağlı olarak dinlendiği ve dinamikleştiği savunulmaktadır.

Ülkemizde de Antalya, Kapadokya, Şirince gibi belli başlı yerler olmak üzere birçok yerde bu kamplar yapılmaktadır. Şifa bahçeleri içerisinde bu kampları yapabilmeye olanak sağlayan alanlar oluşturulabilir.

Birçok çocuk için doğa, sağlık kazandıran ve iyileştirici etkiye sahip olan bir çevre olarak görülmektedir. İnsanın duyu sistemi için doğa bir besin kaynağıdır. Tüm duyularımızı kullanarak algılamamızı sağlar ve anlama mekanizmamızı geliştirmemize yardımcı olur. Herhangi bir duyu organımız geri dönüştürülemez bir zarar gördüğünde diğer duyu organları bu boşluğu doldurmak için gelişir. Örneğin görme engeli olan kişilerin, duyma ve akustik algısı yüksek olur. Bu gibi durumlarda hasta ve engelli bireylerin durumuna göre; ışık, hareket, renk, ses, koku gibi fiziksel özellikli alanlar kullanılarak terapötik stratejiler uygulanmalıdır (URL-1). Bu terapi bahçeleri engelli çocukların da faydalanacağı şekilde tasarlanmalıdır. Bu bahçelerde evcil hayvanların da bulunması hem fiziksel anlamda hem de psikolojik olarak yarar sağlayacaktır.

Terapi bahçelerinin bir diğer kullanıcıları da ileri yaş hastaları olacaktır. İleri yaş hastalarının da tedavilerinin en çok sonuç verdiği yerler terapi bahçeleridir.

#### ➤ Medikal Turizm

##### ➤ Kanser Tedavisi

Çağımız hastalığı olan kanserin tedavisi artık şifa bahçeleri ile mümkün. Başarılı örneklerden biri Kaliforniya San Francisco Mount Zion Üniversitesinin Tıp Merkezinde bulunan avlusu örnek olarak verilebilir. Bahçede yürüyüş yolları, rahatlatıcı su sesleri, çekici bitki materyalleri, tek başına veya başkaları ile oturma yerleri yapılmış ve bazı kemoterapi ilaçlarının olumsuz etkilerini gidermek için hastaların güneş ışığından etkilenmemesine yönelik gölge mekanlar ilave edilmiştir.

Kanser hastalarının tedavi aşamalarında özellikle stresten uzak durmaları, bilinen başlıca doğrulardandır. Bu durum kalabalık yerlerde mümkün olmadığı gibi normal hastanelerde de sağlıklı ve yeterli koşullar sağlanamamaktadır. Şifa bahçelerinin içerisinde, kanser tedavisi gören hastalara özel alanlar oluşturulabilir. Tedavi sürecinde ya da sonrasında, doğal yollarla ve doğanın direkt içerisinde bu hastaların tedavileri tamamlanabilir. Klimatizm, talassoterapi, helioterapi gibi yöntemler özellikle kanser hastalarının tedavi sürecinde kullanılmaktadır. Bunlara uygun alanlar şifa bahçeleri içerisinde oluşturulabilir. Hastaları bilinçlendirme, kansere karşı önlem almak amaçlı bilgilendirme ofisleri kurulabilir. Kanseri yenebilmenin birinci şartı olan stresi azaltmak ancak doğaya dönüş ile gerçekleşebilir bunun yolu da şifa bahçelerinin iyileştirilmesi ve yaygın hale getirilmesidir.

## SONUÇ

Günümüzde kentleşmenin hızlanmasının ve yeşil alanların tahribinin artmasının sonucunda insanların psikolojik hastalıklarına doğrudan, fiziksel ve biyolojik hastalıklarına ise dolaylı olarak etki ettiği gözlemlenmiştir. Bunun çözümü olarak ise; doğal ortamlarda vakit geçirmenin, doğa yürüyüşleri, doğa sporları yapmanın, bitki ve hayvanlarla tedavi süreçlerini desteklemenin faydaları bilimsel verilerle kanıtlanmıştır. Şifa bahçeleri insanların psikolojik, fiziksel ve biyolojik tüm hastalıklarının tedavi ve rehabilite edilebileceği yerlerdir. Doğru bir tasarım ve bitki kullanımı ile insanlara sağlık kapsamında yepyeni bir kapı açacaktır. İnsanlar doğaya dönüş gereksinimlerini sadece buldukları bölgelerle sınırlandırmamaktadır. Yurtiçi ve yurtdışı seyahatleri gün geçtikçe artmakta bu seyahatlerin içerisinde ise sağlık turizmi önemli bir yer tutmaktadır.

2012 yılında yapılan araştırmada sağlık turizminde ilk ona girememiş gözüke de sağlık turizminde Türkiye çok büyük bir potansiyele sahiptir. Ancak teknoloji olarak bakıldığında Avrupa ülkelerinden bir adım geride olmamız cerrahi müdahale gerektiren sağlık turizmlerinde bizi biraz geriye atmaktadır. Doğal zenginlikleri ile geliştirilerek sağlık turizmini destekleyebilir niteliktedir. Bu durumda doğru şifa bahçeleri tasarımları ile ve doğru tanıtımlar ile şifa bahçelerinin turizmdeki yerini geliştirebiliriz.

Günümüzde sağlık müdahaleleri ve terapi uygulamaları için artık daha çok doğal alanlar, alternatif tıp tercih edilmektedir. Dünya üzerinde pek çok doğal yerde şifa bahçesi örnekleri bulunmakta ve Avrupa basınında 'Garden Tourism'e son dönemlerde çok rastlanmaktadır. Şifa bahçeleri Turizmi hem sağlık turizmi açısından hem de ekoturizm açısından gelecekte önemli bir yere sahip olabilecek potansiyelde bir uygulamadır.

Şifa bahçeleri tasarlayarak hem ekolojik dengenin korunmasına yardımcı olabilir hem de insanların sağlıklı yaşam hakkında bilgi alabilecekleri, tedavi olabilecekleri, rehabilite olabilecekleri yerler oluşturmak mümkündür. Bunların tamamı bize turizm açısından bambaşka bir pencere açacak ve şifa bekleyen tüm insanlık için yepyeni bir adım olacaktır.

## KAYNAKLAR

- Anonim, 2013. Türkiye Medikal Turizmi Değerlendirme Raporu 2013.
- Anonim, 2012. Sağlık Turizmi Değerlendirme Raporu
- Aydın, D., Aypek, N., Aktepe, C., Şahbaz, P., Arslan, Ş., 2011. Türkiye'de Medikal Turizmin Geleceği
- Baytop, T., 1999, Türkiye'de Bitkilerle Tedavi: Geçmişte ve Bugün, Nobel Kitap Evleri, İstanbul, 975-420-021-1.
- Demiröz, Z., 2003, Tarihsel Süreç İçinde İslam Bahçe Sanatı Hint-Moğol Bahçeleri Örneği ve İslam Bahçeleri'nin Türk Bahçe Sanatı'na Etkileri, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Diñçer, S. 1995. "Dogu Karadeniz Yaylalar Bölgesinde Kültürel-Fiziki Çevre Etkilesimi Ve Turizm İlişkileri Üzerinde Bir İnceleme", İstanbul Teknik Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Edinsel, S., Adıgüzel, O., 2014. Türkiye Sağlık Turizm Sektörünün Analizi Ve Strateji Önerileri1,Güz/Fall Cilt 4, Sayı 2, Ss.167-190 Volume 4, Issue 2, Pp.167-190
- Güngör, S., Güngör, S., 2017. Healing Garden: Examination of 3 Main Hospitals Garden in Konya Province
- Iordoche, C., Ciochina, I., & Roxana, P. 2013. Medical Tourism-Between The Content And Socio-Economic Development Goals. Development Strategies. RRM-1 , 31-42.
- Lundquist, K. 2000. Bider till kändedom om begreppet trädgård ochom trädgårdsväxternas historia i Sverige. Rapport, 2000 (1).Landskapsplanering Enstitüsü, Alnarp.
- Marcus, C.C., Barnes, M., 1999, Healing Gardens, John Wiley & Sons Inc, U.S.A, 0-471-19203-1.
- Marcus, C.C., 2005, Healing Gardens İn Hospitals [Online],
- Minter, S., 1995, The Healing Garden, Eddison Sadd Editions, London, England, 0-8048-3083-5.
- Pouya,S., Bayramoğlu, E. Demirel, Ö, Investigation of Healing Garden Design Methods, Kastamonu University, Journal of Forestry Faculty, 2015, 15 (1): 15-2.
- Pouya, S., Demirel Ö., "What is a Healing Garden" Akdeniz University Journal of the Faculty of Agriculture 2015, 28(1), 5-10.
- Şakar, E., 2011. Şifalı Bitkiler Ve Şifa Bahçeleri Tasarımı Üzerine Araştırmalar, Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı Peyzaj Mimarlığı Programı
- Ulrich, S., R., 2002, Health Benefits Of Gardens İn Hospitals [Online]

## İnternet Kaynaklar

- URL-1:<http://www.plantdergisi.com/prof-dr-oner-demirel-sima-pouya/engelli-cocuklar-icin-iyilestirme-bahceleri.html> (Erişim Tarihi: 20.11.2018)
- URL- 2: <http://www.satirk.gov.tr> (Erişim Tarihi: 14.11.2018)
- URL-3: <https://www.tourmag.com.tr/spa-wellness-nedir/> (Erişim Tarihi: 12.11.2018)
- URL-4: <http://www.turizmglobal.com/wellness-turizmi-ve-turkiye/> (Erişim Tarihi: 11.11.2018)