

# BİTKİLERLE TEDAVİ

## Anadolu'da Bitkilerle Tedavi

Prof.Dr.Ekrem SEZİK

**D**aha önceki yazarımdan, Anadolu'da dokuz binin üzerinde bitki türünün yabani olarak yetiştiğini hatırlayacaksınız. Diğer taraftan Anadolu, pek çok medeniyetin merkezi olmuştur. Hititler, Frigyalılar, İyonlar, Grekler, Romalılar, Bizans ve 1071'den sonra değişik Türk Devletleri bu yarımada hüküm sürmüştür. Tarihin en eski devirlerinden beri, Anadolu'da yetişen bitkiler veya daha doğru bir deyişle Anadolu'nun zengin bitki örtüsü (florası), bu yarımadaya yerleşen değişik kültürlerle sahip insanlar tarafından ilaç olarak kullanılmıştır.

Değişik kültürlerle ait bilgilerin bir araya gelmesi, bitkilerin ilaç olarak kullanılması ile ilgili, çevre ülkelerden farklı ve zengin, bir folklorik veya bilimsel terimi ile "etnofarmakognozik" bir bilgi birikiminin meydana gelmesini sağlamıştır.

Anadolu'nun çağlar boyu bitkisel ilaçlar bakımından zenginliğine ve bazı bilgilerin hâlâ kullanıldığına bir iki örnek verelim:

Hititlerin başkenti olan Hattuşaş (Boğazköy)'da yapılan kazılarda o devirde kullanılan tıbbi bitkiler hakkında da önemli kayıtlar bulunan tabletler ele geçirilmiştir. Bu tabletlerde bugün bilinen ve ilaç olarak kullanılan pek çok bitki hakkında bilgiler bulunmaktadır. Meselâ, meyan kökü, adamotu, badem, banotu, defne, hardal, mazi, mersin, sarımsak, üzelik, haşhaş. Bu tabletlerden haşhaş bitkisine Hitit dilinde "haşıka" dendiğini öğreniyoruz. Halen kullanılan isim ile hititçe olanın benzerliğine dikkatinizi çekirim.

Bir başka örnek de Anadolu'da "cirtatan, cırlağan, acıdülek, eşek hıyan" diye bilinen *Ecbalium elaterium* bitkisidir. Şöyle ki, bu bitkinin meyvelerinden elde edilen usare, Anadolu'da halk ilacı olarak buruna damlatılmak suretiyle sinüzit ve sarılığa karşı kullanılmaktadır. Bu kullanım Kozan civarında doğmuş olan meşhur Grek Hekim-Eczacı Dioscorides'in (MS 20-79) *Materia Medica* adlı kitabında da, Anadolu'da kullanılmasından dolayı, kayıtlıdır.

Meşhur "Lokman Hekim" in Anadolu'da yaşadığı kabul edilmektedir. Efsaneye göre, Lokman Hekim, bitkilerin dilinden anlar ve bitkiler ona hangi dertlere devâ olduklarını söylerlerdi. Ölümüzlük ilacını bile bulduğu ve bunu Çukurova'da birbiriyle konuşan



Mürver (*Sambucus nigra*) ve kelebekler.

çiçeklerden nasıl yapıldığını öğrendiği söylenir. Fakat öğrendiklerini yazdığı kâğıt Ceyhan nehri üzerindeki Misis Köprüsü'nde elinden uçar ve böylece ölüm, çare bulunmaz olarak kalır. Lokman Hekim efsanesinin Anadolu'da geçmesi, Anadolu'da yetişen bazı bitkilerin ölüme bile çare olacak kadar değerli olduğunu göstermesi, Anadolu yarımadasının bitkisel ilaç bakımından ne kadar önemli olduğunu belirtmeye yeter sanırım.

Bu yazımda, kökü binlerce yıllık folklorik bilgileri dayanan "Anadolu'da bitkilerle tedavi"nin şimdiki durumunu kısaca inceleyeceğim. Kısaca; çünkü bu konu, tarafımızdan büyük bir araştırma projesi olarak yürütülmektedir. Bu projede, Anadolu'da halk ilacı olarak kullanılan bitkiler, bunların kullanışları, etkileri vd. hususlar tespit edilmektedir.

## KIRSAL KESİMDE BİTKİLERLE TEDAVİ

Halen Anadolu'da bitkiler, tedavi amacı ile yaygın olarak kullanılmaktadır. Konu kırsal bölgeler ve büyük şehirler olmak üzere 2 ayrı başlık altında toplanabilir. Tablo-1'de genel durum görülmektedir. Büyük şehirlerdeki bitkilerle tedaviyi bir sonraki yazımıza bırakalım ve bu yazımda kırsal bölgelerdeki bitkilerle tedavi hakkındaki bilgileri Tablo 1'deki başlıklar altında özetleyelim.



Tablo 1. Anadolu'da bitkilerin ilaç olarak kullanım şeması.

## KENDİ BİLGİLERİYLE

Köylerde, köylüler genellikle basit veya günlük rahatsızlıklarını çevrede yetişen uygun bitkileri toplayıp kullanarak tedavi ederler.

Günlük rahatsızlıklar ishal, mide ağrısı, hazımsızlık, soğuk algınlığı, vücudun değişik bölgelerindeki ağrılar, kesikler, yaralanmalar, el, kol veya vücudun bir başka kısmında gözle görülen iltihaplar ve benzeri hastalıklar olarak düşünülmelidir. Çevrede yetişen bitkilerin değişik kısımları (kök, yaprak, çiçek) taze veya kurutulmuş halde yukarıda belirtilen amaçlarla kullanılır. Köylerde, bitkilerin kullanılış şekli son derece basittir ve genellikle çay halinde içilirler. Bazı örnekler verelim: Doğu Anadolu'da, havacı otunun (*Alkanna orientalis*) kökleri, ezilir, bir tavada eritilmiş ve kızdırılmış tereyağı içinde bir süre karıştırılarak tutulur. Daha sonra renklenen tereyağı soğutulur, alınır, yaraların iyileşmesini sağlamak üzere, merhem gibi kullanılır.

Doğu Anadolu'da mahalli adı "kriz" olan *Arctium minus* bitkisinin çiçeklerinin kırmızı kısımları ezilir ve suyu göz hastalıklarında damla olarak kullanılır.

Hemen hemen Anadolu'nun her bölgesinde, sinir otu, beşdamar otu gibi isimler verilen *Plantago lanceolata* veya *P. major* bitkisinin dövülmüş taze yaprakları, iltihaplı fakat patlamamış enfeksiyonlar üzerine sarılır ve iltihapların dışı akması sağlanır.

Doğu Anadolu'da güneş çarpmış kişiler, soyulur söğüt ağacının taze yapraklarından yapılan bir yatağa yatırılır, üzeri taze yapraklarla örtülür. Bazı yerlerde yaprakların üstüne bol miktarda yoğurt da dökülür(!). Bu tedavide yapılan, güneş çarpmış şahsın vücut sıcaklığının düşmesini sağlamaktır. Söğüt yapraklarının aspirine benzeyen salisin adlı bir maddeyi de taşıması, henüz cevabını aradığımız bir husustur.

Toros dağlarındaki köylerde, *Asparagus acutifolius* (zaparna) bitkisinin kökleri su ile kaynatılır; elde edilen ekstre, soğutulur ve kanlı ishale karşı aç karnına içilir.

G.Anadolu'da, dam koruğu dediğimiz *Sedum* türlerinden biri (*S.pallidum*) son derece değişik bir



Şifalı bitkiler uzmanının(?) ilaçları.



*Cirtlatan, eşek hıyarı (Ecbalium elaterium) sinüzitte kullanılıyor. DİKKAT!*

şekilde kullanılmaktadır. Bitki etli bir bitkidir. Ayağında mantar hastalığı olanlar, bu bitkiyi ayakkabılarının içine taze iken koyar ve bu şekilde bir süre giyerler. Ayrıca bitkiyi su ile kaynatıp, ayaklar bu su ile pansuman yapılır.

Mersin civarında, *Paranichia argentea* bitkisinin toprak üstü kısımları su ile kaynatılır; elde edilen çay, soğutulur ve her sabah aç karnına böbrek taşı düşürmek amacı ile içilir. G.Anadolu'da *Helichrysum türlerinin* (Antakya civarında kudama çiçeği, daz çiçeği gibi isimler verilmektedir.) sarı renkli çiçekleri de, çay gibi içilerek böbrek taşlarına karşı kullanılmaktadır.

Kuzey Anadolu'da, *Sambucus nigra* (mürver) bitkisinin taze toprak üstü kısımlarından hazırlanan banyo, romatizma ağrıları olanlar tarafından kullanılmaktadır. Örnekleri artırmak mümkündür.

## YAŞLILARIN TAVSİYESİ İLE

Bazen köylüler köylerinde veya yakın köylerde oturan yaşlılara (kocakarı, teyze, nine, amca...) bitkisel ilaçlar konusunda danışmaktadırlar. Köylüler yaşlılara günlük rahatsızlıklarının yanında iyileşmesi gecikmiş veya bir türlü iyileştiremedikleri hastalıklarını da danışmaktadırlar. Hemen her köyde veya bölgede bitkilerle tedaviyi diğer köylülerden daha iyi bilen yaşlı bir teyze bulmak mümkündür. Bu yaşlılar bilgilerini annelerinden, babalarından veya bu işi bilen büyüklerinden öğrenmişlerdir. Bu yaşlıların kullandıkları bitkiler çevrede yetişir. Hazırladıkları ilaçlar basit ilaç formlarıdır. Bitkileri kendi bilgileri ile kullanan köylüler gibi genellikle tedavide karışım yapmazlar.

## ŞEYH VEYA ŞIHLAR

Doğu ve Güneydoğu Anadolu'da "şeyh veya şih" nitelikte kişiler bulunmaktadır. Bu kişilere çevrelerinde dinî konuların yanında diğer konularda da danışılır. Çevrelerinde önemli etkileri vardır. İşte, bu kişiler de, bitkileri ilaç olarak kullanmaktadırlar. Şeyh veya şihlar bilgilerini kendileri gibi şih olan baba veya



Köy kahvesinde halk ilâci araştırması.



Alıç (*Crataegus spec.*), çiçek, yaprak ve meyveleri halk ilâci.

amca gibi yakınlarından almışlardır. Arapça ve eski yazıyı bildikleri için, eski İslamî Tıp kitaplarını okuyup tedavilerini bu kitaplardaki ilâç formüllerini kullanarak yapmaktadırlar. Bu yüzden, tedavilerinde kullandıkları formüllerde sadece çevrede yetişen bitkiler değil, çoğunlukla yurt dışından getirilmiş olanlar (sinameki, ravend, sarısabır, tarçın, mirha, şeytantsi, sakız, sarı halile, zencefil...) bulunmaktadır. Hazırladıkları ilâç formları da basit değildir, genellikle merhem, hap gibi gelişmiş ilâç şekilleri çoğunluktadır. Tedavilerini ilâcin yanında "okuma-üfleme" gibi yöntemlerle de desteklemektedirler.

## HALK HEKİMLERİ

Güneydoğu, Kuzey ve bilhassa Doğu Anadolu'da halk hekimleri (halk doktorları) bulunmaktadır. Halk hekimleri, hastalarını genellikle evlerinde kabul ederler; ama gerektiğinde hastanın evine veya bulunduğu yere de giderler. Herhangi bir dinî nitelikleri yoktur. Günlük ve kronik hastalıkların tedavisinin yanında bazı basit ameliyatları ve ortopedik müdahaleleri de (kırık, çıkık, yaradeşilmesi vs.) yaparlar. Tedavilerinde kullandıkları bitkiler çevrede yetişenlerdir. Bilgilerini halk hekimi olan bir kişi veya yakınının yanında uzun yıllar çalışma suretiyle elde etmişlerdir. Yani yetişmeleri usta-çırak yöntemi iledir. Kullandıkları ilâç formları içinde "lapa" diyebileceğimiz şekil önde gelmektedir. Hastalardan tedavileri karşılığı bilinen bir ücret alırlar.

## "OCAK" LAR

Ocak kelimesinin, Türkçe genel kullanımının yanında "iyi tanınan, geniş bir aile veya bu ailenin bir ferdine verilen isim" olarak da kullanıldığını belirtelim. "Ocak" olan kişinin atalarından gelen gizli bir güce sahip olduğuna inanılmaktadır. Ocakların bu güçleri sayesinde, bazı hastalıkları hiçbir ilâç kullanmadan elini o bölge üzerinde gezdirerek veya buna benzer şekillerde tedavi edebildiklerine inanılmaktadır. İşte bu kişiler de bitkileri gerektiğinde tedavi amacı ile kullanılmaktadırlar. Kullandıkları bitkiler çevrede yetişenlerdir. Basit ilâç formlarını (lapa, infusyon vs.) kullanılmaktadırlar.

## DİĞERLERİ

Bu başlık altında ana gruplara girmeyenlerden birkaçını göreceğiz.

Anadolu'da son yıllarda köylerde bile bitkileri ilâç olarak satan, bitkilerle tedavi yapan kişilere rastlanmaktadır. Son yıllarda bitkisel ilâçlara ilginin artması, daha çok ticarî amaca yönelik bu tip kişilerin sayılarının hızla artmasına sebep olmuştur. Gazetelerde "ot doktoru" "çoban doktor" "Lokman Hekim" gibi sıfatlarla zaman zaman bu kişiler ve yaptıkları tedaviler yayınlanmaktadır.

Bunlar, bilgilerinin kaynaklarını değişik şekillerde açıklamaktadırlar. Bazıları Arap üniversitelerinde uzun süre eğitim gördüklerini ve tedavilerinde bu bilgiler ile kendi buluşlarını kullandıklarını belirtmektedirler. Bazıları ise bu bilgilerin kendilerine özel bir şekilde öğretildiğini söylemekte, ama öğreten kişinin kim olduğunu saklamaktadırlar. Bu grubun içinde, bilgilerin "Allah vergisi" olduğunu söyleyenler bile bulunmaktadır. Hepsinin formülleri gizlidir. Ancak, bazıları kullandıkları bazı bitkileri söylemekte, daha fazla bilgi vermemetedirler. Bir kısmının her türlü hastalığa iyi gelen veya başka bir deyişle her derde devâ ilâçları vardır. Bu ilâcin hastalığa göre, sadece miktarı ve kullanılış şekli değişmektedir. Genellikle ilâçları kokulu bir sıvıdır ve değişik bitkilerin ekstrelerini taşımaktadır.

Bu grubu, bitkilerle tedavi içinde değerlendirmek mümkün değildir. Çünkü kullandıkları ilâçların formülleri belli değildir. Genellikle kâr amacına yöneliktirler.



Kudama çiçeği (*Helichrysum spec.*). Çiçekleri halk ilâci böbrek taşı düşürücü.

## DEV OPTİK TELESKOP

Dünyanın en büyük optik teleskobu olması planlanan Keck teleskobu, Hawai'deki Mauna Kea Adası'nda bazı parçalarının bir araya getirilmesiyle şekillenmeye başladı. Teleskop, altıgen şekilli 36 adet dev optik aynadan oluşacak. Bugüne kadar bu parçalardan 9 tanesinin yapımı tamamlandı ve monte edildi. Uzmanlar bu aşamada bile deneme amacıyla teleskobu çalıştırmayı ve bazı görüntüleri kaydetmeyi umuyorlar. Tabii bu denemenin sonuçları, çok yakın bir gelecekte tamamlanması planlanan teleskobun çalışıp çalışmayacağı, ek-sik kalan yönleri hakkında uzmanlara genel bir fikir verecektir.

Şimdiye kadar planlanmış ilk dev optik teleskop olan Keck teleskobunun yapımı California Üniversitesi ve California Teknoloji Enstitüsü'nün ortak çabalarıyla gerçekleştiriliyor.

Her bir aynanın köşegen uzunluğu 1.8 metre olacak ve aynalar monte edildiği zaman teleskop yüzeyinin tek bir ayna gibi davranmasını sağlamak amacıyla özel bir kontrol sistemi aynaların görüntülerini düzenleyecek.

Yapımı tamamlanmış parçaların yüzeylerine Hawai'de yansıtıcı bir tabaka ile son şekli verilir.



İşçiler yapımı tamamlanmış 3 ayna kompleksini yerleştiriyorlar.

ken, diğer parçaların yapımına Massachusetts'te devam ediyor.

Teleskobun bazı parçalarının fonksiyonunu kaybetmesi ihtimaline karşılık 6 tane ekstra ayna yapımı da planlanmış durumda. Herşey yolunda giderse teleskop bu yılın sonunda hizmete girmiş olacak.

New Scientist'ten çev.:  
Süleyman Murat TAĞIL

Buraya kadar verdiğimiz bilgiler Anadolu'da bitkilerin ilaç olarak ne kadar yaygın bir şekilde kullanıldığını göstermeye yeter sanırım.

### BU TEDAVİLERE GÜVENMELİ Mİ?

Acaba kullanmak gerektiğinde ne yapmalı? Zararlı olabilirler mi? Bunlardan gelecekte yeni ilaçlar çıkarılır mı? Şeklindeki soruların cevaplarını da kısaca vererek yazımızı bitirelim.

Köylülerin kendi bilgileri veya yaşlıların tavsiyesi ile ve halk hekimlerinin ilaç olarak kullandığı bitkiler genellikle zehirli değildir. Kullanılan bitkiler ve kullanış şekilleri hakkındaki bilgiler, atalardan gelen, yani folklorik bilgilere dayanmaktadır. Ayrıca, kullandıkları hastalıklar genellikle günlük rahatsızlıklar veya çok ciddi olmayanlardır. Yani kanser ve benzeri hastalıklar gibi hekimin hızla müdahalesini gerektiren hastalıklar değildir. Bu konuda bir başka önemli husus da, halk ilaçları üzerinde yapılan araştırmalar sonucu pek çok ilacın keşfedilmesi ve tedavi alanına girmiş olmasıdır. Anadolu'da kullanılan halk ilaçları üzerinde yaptığımız araştırmalar, bazı kullanışların yerinde olabileceğini göstermiştir. Tabii daha çok araştırma yapılması gerektiği unutulmamalıdır. Diğer taraftan, köylüler halk ilacı olarak hangi bitkileri kullandıklarını, kullanış şekillerini hiçbir hususu saklamadan açıklamaktadırlar. Dolayısıyla zararlı olabilecek bitkilerin kullanılıp kullanılmadığı hakkında kesin bir yargıya varmak mümkündür. Bu halk ilaçları yüzlerce yıldır bu amaçlarla kullanılmadığı için daha ümitvar olarak düşünülmemelidir.

Kırsal kesimde en büyük tehlike kendilerine "ot doktoru" "Lokman Hekim" gibi ünvanlar veren kişilerin hazırladıkları karışımlardır. Bu kişiler, hazır-

ladıkları karışımları her derde devâ ilaçlar olarak takdim etmektedirler. Karışımlarına hangi bitkileri hangi oranlarda koyduklarını söylememekte, büyük bir sır olarak saklamaktadırlar. Diğer taraftan hazırladıkları karışımları yüksek fiyatlarla satmakta; yani bir çeşit ticaret yapmaktadırlar. Bu tip karışımların bazıları incelenmiş ve zararlı maddeler, zehirli bitkiler taşıdığı tespit edilmiştir. Hazırladıkları karışımlar, genellikle kanser gibi gecikmeye tahammülü olmayan hastalıklar içindir. Bu yüzden de bu tip karışımlarla tedaviye başlanmasın, esas tedaviyi geciktirmektedir. Bu husus gözden uzak tutulmalıdır.

Sonuç olarak, bitkisel ilaçların da hekim ve eczacılar tavsiyesi ile kullanılması gereklidir. Kendilerine "ot doktoru", "Lokman Hekim" gibi ünvanlar veren, tedavi ve ilaç konularında hiçbir eğitimi olmayan kişilerin bitkisel ilaçlarla yaptıkları sözüm ona tedavilere güvenilmemesi ve bunların önlenmesi gereklidir.

Gelecek yazımızda bitkilerle tedavinin şehirlerdeki durumunu inceleyeceğiz. □

\* Etnofarmakognozi: Biyolojik asıllı ilaç ve ilaç hammaddeleri ile uğraşan eczacılık biliminin (Farmakognozi) halk ilaçlarını ve bunların folklorik bilgilerle ilişkisini inceleyen dalı.

İlim ilim bilmektir

İlim kendin bilmektir

Sen kendini bilmezsen

Ya nice okumaktır.

Yunus Emre