

Bitkiler ve İnsanlar 1

Dr. Nezh Hekim

Antropolojik bilgilerimiz bize ilk insanın ortaya çıkışının en az 2,5 milyon yıl önce olduğunu ortaya koymaktadır. Taş devrinin henüz 7 bin yıl önce bittiğine inanılmaktadır. Dolayısı ile 7 bin yıl öncesine kadar, insanların yaklaşık 2,5 milyon yıl doğada bulunduğu her tür bitkiden yararlanma yollarını öğrenmiş olmaları beklenir. Antropologlar avcılık döneminden önce çok uzun süre insanların sadece bitkilerden yararlanarak beslendiklerini ifade etmektedirler.

Ebu Reyhan El Biruni *Kitab-ül-Saydalâ fi l-tıbb*'ta yediğimiz içtiğimiz şeyleri ikiye ayırmıştır:

"İnsanların yiyip içtikleri ikiye ayrılır:

- 1 - Yiyecekler,
- 2 - Zehirli maddeler.

Bu ikisi arasında ilaçlar bulunur. Devalar orta durumdadır. Gıdalara nispetle bedeni fesada verirlerse de, zehirlere nispetle vücuda iyilik getirirler. Devaların tesirlerinin ortaya çıkabilmesi için, bunların maharet, dikkat ve teenni ile hareket eden bir hekim tarafından tertip edilmesi ve hazırlanması şarttır. Çünkü bunların gıdalar ve zehirler arasında muhtelif dereceleri vardır. Bu ilaçların bazıları da zehir olmakla beraber aynı zamanda deva olduğundan bunlara semmi deva denilmiştir. İlaçların kuvvetlerini ve hepsinin ayrı ayrı hassalarını bilmek gerekir. Bu hususlarda uzun zaman tecrübe ve mukayese ile uğraşmak lâzımdır."

Bu sözlerin sahibi El Biruni, insanların doğada bitkilerle içiçe yaşadığı milyonlarca yıl boyunca nasıl davranabileceğini açıkça anlatmaktadır. Bitkilerle bu denli içiçe yaşayan ve onları yiyerek yaşamını milyonlarca yıl sürdüren insan, hiç şüphe yok ki, bazı bitkileri yiyecek olarak seçerken kendine zarar verenleri seçip atarak yaşamını sürdürdü. Bazı bitkilerin de ona keyif verdiği, uyuttuğu ya da ağrılarını iyi gelerek tekrar kullanıldığı beklenir. Yazılı tarihin 5 bin yıl önce başlamasıyla derhal karşımıza bir çok hastalık için uzun uzun yazılmış, bitkilerden yapılan reçeteler çıkmaktadır. Mısır, Hint, Çin, Sümer tıbbi, ilk yazılı belgelerle bu denli geniş reçete, bitkisel drog ismi ve kullanma yöntemi verirken, milyonlarca yıllık deneyimlerini yazıya döküyorlardı. Okunabilen en eski reçetelerden biri İ.Ö. 2000 Yıllarına ait Sümerce yazılmış bir metindir. Philadelphia Müzesinde bulunan bu en eski ilaç reçetesi III. Ur devrine ait olup, Sümerolog S.N. Kramer ve kimyager M. Levy tarafından okunmuştur. Tuğla üzerine yazılmış bu tabletin 3. reçetesinde *armut ağacının kabuğunu, ay nebatı kökünü döv, onları bira içinde hallet, adam içsin, der.*

Sadece Layard'ın Koyuncuk'ta Eski Ninva harabelerinde keşfettiği 850 tıp tableti olup, bunlar R. Campbel - Thomson tarafından okunmuş *Assyrian Medical* (Londres 1924)'te yayınlanmıştır. Daha başka binlerce tıp tableti okunmuş ve burada konumuz dışında olmakla beraber, kanın akciğer dolaşımı ve bunların alınan gıdaları taşıdığına dair bir çok anatomik bilgiye de yer verilmiştir.

Sümerlerin şifa bulamayan hastaları için uyguladıkları yöntemler, herhalde insanların daha önceleri de uyguladıkları yöntemlerden pek farklı değildi. Tek farkları yazıya dökülebilmiş olmalarından kaynaklanıyordu. Naşid Baylav'a (1968) göre:

"Sümerler şifa bulamayan hastalarını bir meydana yatırarak gelen geçenden hastalık hakkında fikir toplarlardı. Hastanın tedavisi bu toplanan fikirlerin en muvafıkı üzerinde karar verilerek yapılırdı. Bu fikirleri toplamak ve yeni tecrübelerle kontrol ve teyid etmek demektir. Sümerler bu suretle tedavi ettikleri hastaların akibetlerini ve elde ettikleri muvaffakiyetli neticeleri mabet duvarlarına hakkederler veya deriler üzerine yazarak yine mabet duvarlarına asarlardı."



"İlaçların kuvvetlerini ve hepsinin ayrı ayrı hassalarını bilmek gerekir. Bu hususlarda uzun zaman tecrübe ve mukayese ile uğraşmak lâzımdır."
Ebu Reyhan El Biruni
(973-1048)



Kedi otu (Valeriana officinalis)

Eski Mısır uygarlığı papirüslerinde, bize çok zengin bitkisel drog listelerini ve bunlarla hazırlanan reçeteleri bırakmıştır. Bunların en bilineni olan Ebers papirüsü, 1862'de Ebers tarafından okunmuştur. Gerek Londra müzesindeki Birch papirüsü, gerekse Ebers papirüsündeki en çok adı geçen bitkilerden bazıları Naşit Baylav'ın (1968) eserinde zikredilmiştir. Bunlar sarısabır, adasoğanı, acımarul, pelin otu, çiğdem, zambak ve tarçındır. Bunlardan çiğdem ve acı marula yazımız içinde ayrıca değineceğiz.

Hint ve Çin tıbbi da çok sayıda yazılı belge bırakmıştır. Bunlar İ.Ö. 3000 yıllarına kadar uzanmaktadır. Bitkileri reçetelerinde çok sık kullanılan Hint tıbbının en eski belgeleri "veda"lardır.

Çinilere gelince, bitkileri ilaç olarak kullanmada en yetenekli tabipleri yetiştirdiklerini söyleyebiliriz. Çok zengin bitkisel droglarla dolu reçetelerine İ.Ö. 3200 yıllarına rastlamaktayız. Burada İ.Ö. 3217 yılında yazılmış Shen Nung'un "Pen-Ysau-Tsin" eserini belirtmeden geçemeyiz. Bu eser Çin tıbbının en güzel örnekleri ile bezenmiştir. Çiniiler afyonun uyuşturucu ve uyutucu etkisini bildiklerinden bunu tedavide kullanmışlardır. Burada aktaramayacağımız kadar uzun bitkisel droglardan hazırlanmış reçeteler Çinlilerin ilk yazılı belgeleriyle ortaya çıkmıştır.

Görülüyor ki, insanlar milyonlarca yıldır bitkilerden ilaç olarak yararlanmış ve bunlar hakkında çok geniş bilgiler elde etmişlerdir. Biz bugün, bazı bitkileri yiyecek olarak emniyetle yiyebiliyoruz ve bunun, milyonlarca yıl önceki insanların bıraktığı bir bilgi olduğunu, onların deneyimleri sonucu yiyecek olarak seçildiğini aklımıza bile getirmiyoruz. Oysa nasıl yiyecek olarak seçilmiş bitkilerin bilgilerini insanlar

“(Çiğdem bitkisinin) içilme miktarı 1,5 dirhem olup eski urlara ve habis şişlere yakı yapılsa faydası görülür.” Hayatizade Mustafa Feyzi Efendi



Çiğdem (Colchicum autumnale)

KAYNAKLAR

- Hayatizade Mustafa Feyzi Efendi, *Yabancı Bitkilerin Tıpta İlaç Olarak Kullanılışları*, Cilt 2, Türkçeye kazandıran Hadiye Tuncer. Naşid Baylav, *Eczacılık Tarihi*, İstanbul 1968.
- Aydın Sayılı, *Mısırlılarda ve Mezopotomyalılarda Matematik, Astronomi ve Tıp*, Türk Tarih Kurumu Yayını, Ankara 1966.
- İbni Sina, *Türk Tarih Kurumu Yayını*, Ankara 1937.
- Beyruniye Armağan, *Türk Tarih Kurumu Yayını*, Ankara 1974.
- Nezih Hekim, *Türkiye'nin Tıbbi Bitkileri Farmakopisi*, hazırlanmakta.

birbirlerine aktarmışlarsa, aynı şekilde ilaç olarak seçilmiş bitkilerin bilgilerini de insanlar bugüne iletmislerdir. İlaç bitkilerinin bize ulaştırmış bilgilerinden çağdaş dünya ilaç endüstrisi gerçekte çok yararlanmış ve bitki kimyası ya da fitokimya (phytochemistry) son derece verimli bir bilim dalı haline gelmiştir. Fitokimyacılar ya da ilaç araştırmacıları daima folklorik tıp ve tıp tarihi arşivlerini çok zengin hazineler olarak benimsemiş ve yararlanmışlardır. Fitokimya ve farmakognozi ile uğraşanlar bazen bir bitkisel ilacın ayrı ayrı tarih ve yerlerde, değişik kişilerce aynı amaç için kullanıldığına tanık olmuşlardır. Adeta birkaç kez yeniden keşfedilirdesine... Çoğu kez bu yeni keşiflerin eski ile bağının ne ölçüde olduğunu bilmek güçtür. Örneğin Colchicum türleri... Türkçe ismi ile bu türlerden birisi de çiğdem. Çiğdem bitkisinden ilk söz açan yazılı kaynaklar İsa'dan önceki yıllarda yazılmış Mısır papirüsleri.

Dördüncü Sultan Mehmet zamanında kaleme alınmış Hayatizade Mustafa Feyzi Efendi'nin (1641-1693) tıp kitabında bakın ne yazıyor:

“ *Tabiatı ikinci derecede sıcak ve kuru. Guta, mafsal, diz ve oyluk ağrılarına faydalı, salgam sökücü, gazları ve solucanı düşürücüdür. Dalağa fazlası zarar verirse de müsluhi hindibağ, gebere ve şekerdir. İçilme miktarı 1,5 dirhem olup eski urlara ve habis şişlere yakı yapılsa faydası görülür. Zencefil ve kimyon karışımı yense şehveti artırır.*”

Hayatizade Mustafa Feyzi Efendi görüldüğü gibi çiğdem bitkisini kanser tedavisinde ve gut hastalığında kullanıyor.

Çiğdem bitkisinden elde edilebilen kolşisin maddesinin anti-mitotik etkisinin yüzyılımızda keşfi ile kolşinin yeniden kanser tedavisi için kullanılmıştır.

Tabii halen guta karşı da başarı ile kullanıldığını söylemeye gerek yoktur. Bir başka örnek Lactuca türleri. Gene Ebers ve Birch papirüslerinde sözü geçen acı marulu ele alalım. Söz gene Hayatizade Mustafa Feyzi Efendi'nin:

“*Üç cins marul vardır. Yabancı, ehli ve bir de dağlarda yetişen cebeli denilen çeşidi bulunur. Cebeli nev'ine eşek marulu, yabani sine has berri (kara hindibaotu) ve yabancı acı marul denir. En iyisi ehli sidir. Bu çeşidin yaprağı geniş olup tabiatı üçüncü derecede soğuk ve nemlidir. Bazı bilginler buna ikinci derecede derler. Mide yanmalarına çok iyi gelir. Uyku verir. İdrar sökür. Açılmamış urlara yakı yapılsa derhal işletir. Pişmiş veya pişmemiş de yense çok uyku verir. Gözde çıkan çıban ve arpacığa yakı yapılsa hemen geçirir. İhtilam illetinde ve adetinde olan kimseye tohumu yedirilirse faydası derhal görülür. Akrep veya kır örümceği sokmasına da faydalıdır. Yalnız fazla yenilirse cinsi iştihayı azaltır ve göz kararması yapar. Müsluhi nane, kereviz ve helile murabbasıdır... Yabancı marulun yaprağı da uyku verir... Sade yağı ile pişirilip yenilse meme ağrılarını geçirir. Bedeli ehli hindibağdır.*”

Lactuca türlerinin etki alanını, yan etkilerinin giderilmesi için kullanılacak ilaçları, diğer bitkisel droglarla olan geçimsizliğini açıklayan bu satırlarda Lactuca türleri için söylenecek her şey söylenmiş gibidir. Anadolu'da halen narkotik olarak kullanılan bu drog için Birleşmiş Milletler ve Türkiye arasında ortak çalışmalar sürmektedir.

Lactuca ile en çok ilgilenip araştırma yapanlardan biri yüzyılımızda A-G. Knoll firmasıdır ve araştırmalarını 1936 yılında Hitler Almanyasından aldığı patentte açıklamıştır. (Reichspatentamt, Nr. 671855 Klasse 30H, Gruppe 2). Hitler Almanyası bu drogla böylesine neden ilgilendi açık değil ama muhakkak ki yeni aneljezik ya da trankeşizantlar için iyi bir kaynak gözü ile bakılmıştır.

Alışkanlık yapmayan Valium gibi etkileri olan bir ilaç da dünya piyasasında son derece yoğun olarak işlenmektedir. Bu ilaç Valeriana türlerinden elde edilmektedir. Hem de Anadolumuzda bol bol yetişen kediotundan. Aktif maddesi Valepotriatlar olarak tanımlanmıştır. Türk tıp folklorunda yara tedavisi, histeri ve nevrastenî'ye kullanılmıştır.