

Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamalarında Fitoterapinin Yeri

Netice Dağlar, Hamdi Nezh Dağdeviren

Trakya Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Edirne

CORRESPONDENCE / İLETİŞİM İÇİN

Uzm. Dr. Netice Dağlar
Trakya Üniversitesi Tıp
Fakültesi Aile Hekimliği
Anabilim Dalı, Balkan
Yerleşkesi, 22030, Edirne
ntczkn_87@hotmail.com

ORCID iD

Netice Dağlar
0000-0001-6151-9437

Hamdi Nezh Dağdeviren
0000-0001-5428-4377

Date of submission
15.11.2018

Date of acceptance
12.12.2018

ÖZ

Günümüzde, giderek yaygınlaşmakta olan Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp uygulamaları arasında en sık kullanılan yöntem fitoterapidir. Basitçe hastalıkların önlenmesi ya da tedavisinde bitki kullanımı olarak tanımlanabilecek olan fitoterapinin tarihi, milattan önceye kadar dayanmaktadır. Bitkilerde bulunan çeşitli bileşikler insanlarda da bazı yararlı etkilere neden olmaktadır. Bu etkiler nedeniyle fitoterapi, her toplumda ve yaş grubunda, çeşitli hastalıkların tedavisinde yaygın olarak kullanılmaktadır. Fakat her ne kadar Türkiye’de ve dünya genelinde bu konuda çeşitli düzenlemeler yapılsa da bitkiler hala denetimsiz olarak kullanılmaktadır. Bu denetimsiz kullanım sonucunda, özellikle ilaçlarla beraber ya da birden fazla bitkinin aynı anda kullanımında ciddi yan etkiler hatta toksisite meydana gelebilmektedir. Bazen hastalar tıbbi bitki kullandıklarını, hekim sorgulasa dahi söylememektedir. Dahası tıbbi bitkiler gerek hastalar gerekse hekimler tarafından sıkça kullanılmasına rağmen, hekimler ve farmakologlar bitkisel ürünlerin etkileri ve yan etkileri hakkında yeteri kadar bilgiye sahip değildir. Dolayısıyla fitoterapiyle ilgili bilgi ve destek kaynağının, bu konuda gerekli eğitimleri almış ve kendini geliştirmiş sağlık profesyonelleri olması gerekmektedir.

Anahtar kelimeler: tamamlayıcı tıp, fitoterapi, bitkiler

The Place of Phytotherapy in Traditional and Complementary Medicine Applications

ABSTRACT

Nowadays, phytotherapy is the most commonly used method in Traditional and Complementary Medicine applications. The history of phytotherapy, which can be simply defined as the use of plants in the prevention or treatment of diseases, dates back before Christ. Various compounds in plants also cause some beneficial effects in humans. Due to these effects, phytotherapy is widely used in the treatment of various diseases in every population and age group. But although various regulations have been made in Turkey and around the world, plants are still used without supervision. As a result of this uncontrolled use, serious side effects and even toxicity can occur, especially in combination with drugs or in the simultaneous use of more than one plant. Sometimes patients do not say that they use medicinal plants, even if the physician questioned. Moreover, although medicinal plants are frequently used by both patients and physicians, physicians and pharmacologists do not know enough about the effects and side effects of herbal products. Therefore, information and support resources related to phytotherapy should be health professionals who have received the necessary training and have developed themselves in this area.

Keywords: complementary medicine, phytotherapy, herbals

How to cite / Atıf için: Dağlar N, Dağdeviren HN. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp uygulamalarında fitoterapinin yeri. Euras J Fam Med 2018;7(3):73-7.

Conflict of Interest: No conflict of interest was declared by the authors.

Financial Disclosure: No financial disclosure was declared by the authors.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından 2014'te yayınlanan "DSÖ Geleneksel Tıp Stratejisi 2014-2023" geleneksel ve tamamlayıcı tıp ürünü olarak kullanılan bitkileri tarif ederken; bitkilerin, diğer bitki materyallerinin veya bunların birleşimlerinin aktif muhteviyatlarını içeren bitkiler, bitkisel malzemeler, bitkisel preparatlar ve bitmiş bitkisel ürünler" tanımını kullanmıştır (3).

Geleneksel Bitkisel Tıbbi Ürünler Yönetmelik Taslağı'nda tıbbi bitkiler; bir veya daha fazla kısmı tedavi edici veya hastalıkları önleyici olabilen veya herhangi bir kimyasal farmasötik sentezin öncüsü olabilen bitkiler olarak tanımlanmıştır (4).

Fitoterapi; hastalıkların önlenmesinde veya tedavisinde bitkinin bütün olarak ya da yaprak, çiçek, tohum, kök gibi kısımlarının kullanımı olarak tanımlanabilir (5). Yunanca Phytos (Bitki) ve Therapeia (Tedavi) kelimelerinin birleşiminden oluşan fitoterapide bitkiler veya bitki kısımları, taze veya kurutulmuş halde, ya da doğal ekstraktları olarak kullanılabilir. Fitoterapide iki terimden bahsedilebilir: gemmoterapi ve oligoterapi. Gemmoterapi tomurcuklarla yapılan tedavi anlamına gelirken, oligoterapi sabit bitkisel yağlarla yapılan tedavi şekline verilen isimdir (6).

Fitoterapi teriminden ilk kez 1939 yılında Fransız Hekim Henri Leclerc (1870-1953), La Presse Medical dergisinde bahsetmiştir. Günümüzde bu terim "şifalı bitkiler ile tedavi" veya "bitkisel tedavi" anlamında kullanılmaktadır. Şifalı bitkiler hakkında yazılmış en eski belgeler ise MÖ 3000'de yazılmış Ninova Tabletleri ve MÖ 1550'de yazılmış Ebers Papirüsü'dür (5). Dahası Hititliler, Asurlular ve Mısırlılar zamanında kayıtlı olup kullanılan birçok bitki türü günümüzde hala benzer karışımlar halinde ve benzer amaçlar için kullanılmaktadır (6).

Fitoterapide oluşabilecek yan etkiler ve toksisiteyi engellemek amacıyla bitkilerin güvenilirlik, etkinlik ve kalite yönünden araştırılması gerekmektedir. Kalite ile kastedilen, kontaminasyonun engellenmesi ve bitkisel ürün içindeki etken madde miktarının standardizasyonudur. Bazı Avrupa ülkelerinde bitkisel ürünler; DSÖ, Avrupa Fitoterapi Bilimsel Kooperatifi (ESCOP) ve Komisyon E gibi kuruluşlar tarafından

oluşturulan monograflar ile standardize edilerek eczanelerde ve marketlerde satışa sunulmaktadır (7).

Türkiye'de Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve Orman ve Su İşleri Bakanlığı başta olmak üzere birçok kurum ve kuruluş, tıbbi ve aromatik bitkilerin düzenlenmesinde müdahil olmaktadır. Sağlık Bakanlığı bünyesinde ise; "Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu (TİTCK)" ve "Geleneksel Tamamlayıcı ve Alternatif Tıp Uygulamaları Daire Başkanlığı" konuyla ilgilenen birimlerdir. TİTCK tarafından yayınlanan Geleneksel Bitkisel Tıbbi Ürünler Yönetmeliğine göre, Sağlık Bakanlığınca onaylanan bitkilere ruhsatname düzenlenip sadece eczanelerde satılmak üzere piyasaya sunulmaktadır (8).

Dünyada yaklaşık 1.000.000 bitki türü bulunduğu tahmin edilmektedir. DSÖ'nün yaptığı bir çalışmaya göre ise dünya çapında yaklaşık 20.000 adet tedavi amacıyla kullanılan tıbbi bitki bulunmaktadır (6). Dünyada olduğu gibi ülkemizde de bazı bitkilerden tedavi amacıyla faydalanılmaktadır. Zengin bir floraya sahip olan Türkiye'de 3.700'ü endemik olan yaklaşık 12.000 bitki türü bulunmaktadır (8,9). Bu bitki türlerinden yaklaşık 500 tanesi ise tedavi amacıyla kullanılmaktadır (6). Çok çeşitli kullanım alanları olan bu bitkilerden dünya genelinde olduğu gibi ülkemizde de en sık ilaç, kozmetik, parfüm, baharat ve doğal pestisit gibi amaçlarla yararlanılmaktadır (8,9).

Bitkilerde primer ve sekonder olmak üzere birçok bileşik bulunmaktadır. Ayrıca, faydalı etkilerini ortaya koymak için sinerjik olarak hareket eden birçok sekonder bileşiğin karmaşık kombinasyonlarını içermektedirler ve bu kombinasyonlar her bitki çeşidi için farklı olduğundan bitkilerin tıbbi etkileri çok farklı olabilmektedir (10).

Sekonder bileşikler; fenolik bileşikler (fenilpropanoitler, flavonoidler, kateşinler, taninler gibi), terpenoitler (mono ve seskiterpenler, saponinler, iridoitler gibi) ve polisakkaritler gibi bileşiklerdir. Ayrıca ilaç yapımında kullanılan bazı alkaloidler (kolşisin, kinidin, morfin gibi), terpenoitler (digoksin, digitoksin gibi) ve bazı toksik bileşikler de bitkilerde bulunan sekonder bileşiklerdendir. Bu bileşiklerin çoğu nükleik asit, protein ve biomembranların

aktivitelerini spesifik olmayan bir yolla etkileyen ve çok sayıda hedefi olan ajanlardır (9).

Primer bileşikler ise karbonhidrat, lipit, protein, klorofil, nükleik asit ve hem gibi bileşiklerdir. Bu bileşikler tüm bitkilerde bulunmakla birlikte hücre üretimi ve korunmasında etkilidirler (10). Sekonder metabolitlerin ise ısı değişimi gibi abiyotik streslere karşı koruyucu, patojenlere karşı savunma, faydalı organizmalara karşı çekici rolü, ayrıca hücre düzeyinde sinyal iletimi ve gen ekspresyonu gibi daha karmaşık fonksiyonları bulunmaktadır (9,10).

Primer ve sekonder bileşiklerin tüm bu fonksiyonları insanlarda da bazı tıbbi etkiler oluşturabilmektedir. Antimikrobiyal, antidepresan, kas gevşetici ve sedatif etki bunlara örnek olarak verilebilir. Ayrıca sekonder metabolitler, patojen organizmaların fonksiyonlarını etkileyen moleküllerle etkileşime girebilmek için zamanla gelişme göstermektedirler. Böylece ligantlar, endojen metabolitler, hormonlar, nörotransmitterler ve sinyal iletim molekülleri gibi insanlarda da bulunabilen moleküllere benzerlik göstererek insanlarda faydalı etkilere neden olabilmektedirler (10).

Genellikle bitkinin kendisinden hazırlanan özütün kullanıldığı durumlarda, bitkideki aktif bileşiğin saflaştırılarak tek başına kullanımından daha fazla yarar sağlanabilmektedir (9,11). Bu durumun en önemli nedenlerinden biri; bitkide bulunan saponinler ya da polifenoller gibi bazı bileşenlerin kendileri etkili olmasa bile, bitkideki aktif bileşenin rezorpsiyon ya da çözünürlük oranını artırarak biyoyararlanımı arttırmasıdır (11). Ayrıca bitkilerdeki bileşikler aditif veya sinerjistik olarak etki ettiğinden, tek bir kimyasaldan elde edilen sentetik farmasötüğün gösterebileceği yan etkiler, bitkilerin kullanımında elimine edilebilir (10).

Günümüzde modern tıp yöntemlerinin getirdiği maliyet ve yan etkiler gibi sınırlamalar nedeniyle fitoterapi, her toplumda ve yaş grubunda, çeşitli hastalıkların tedavisinde yaygın olarak kullanılmaktadır (1,12). Bu doğrultuda bitkisel ilaçlara olan ilginin giderek artmasının nedenleri; kolay ulaşılabilir olmaları, ucuz olmaları ve zararsız kabul edilmeleri olarak sayılabilir (13).

Türkiye’de, yerel halk tarafından inanç ve geleneklerin doğrultusunda toplanıp hazırlanan bitkiler çeşitli hastalıkların tedavisinde geçmişten bugüne kadar kullanılmaya devam etmektedir. Bu doğrultuda yıllardır bitkilerin hazırlanıp kullanımında deneyimli olan aktarlardan tıbbi bitkiler elde edilebilmektedir (14).

Dünya Sağlık Örgütü, dünya nüfusunun yaklaşık %80’inin geleneksel ürünleri kullandığını ayrıca iki milyondan fazla insanın tıbbi bitkilere bağımlı olabileceğini öngörmüştür (15). Aynı zamanda insanların çoğu, bitkilerin ve bitkisel ürünlerin doğal, zararsız ve güvenilir olduğunu düşünmektedir. Oysa bazı bitkiler son derece toksik olabilmekte ve özellikle ilaçlar ya da diğer bitkisel ürünler ile birlikte kullanıldığında ya da yüksek dozda kullanıldığında beklenmedik ve ciddi yan etkilere neden olabilmektedir (6,12,16).

Bitkilerin ilaçlarla beraber kullanımında en önemli klinik sorunlardan biri bitki-ilaç etkileşimidir. Ayrıca birçok hastalıkta gerekli olan polifarmasi, bitki-ilaç etkileşimi riskini arttırmaktadır. Bağırsakta ve karaciğerde bulunan sitokrom P450 enzimleri sadece biyoyararlanımın azalmasından değil, aynı zamanda çok sayıda ilaç-ilaç ve bitki-ilaç etkileşiminden de sorumludur (17).

Fitoterapiyle ilgili sorun oluşturabilecek diğer konulardan bazıları şöyle sıralanabilir; bitkisel ürünlerin kaynağa ve pakete bağlı olarak bileşimlerinde önemli değişikliklerin olması, bitkinin yanlış tanımlanması, fazla seyreltilmesi, yanlış etiketleme, aktif madde dengesizliği, toplama prosedürlerinde değişiklik ve hastalara yapılan açıklamaların yetersizliği (18).

Birçok hasta, hekimleri sorgulasa dahi bitkisel ürün kullandığını söylememektedir (18). Ayrıca ülkemizde yapılan bir çalışmada bitki kullanan kişiler, bitki ve ilacın beraber kullanımının ayrı ayrı kullanımından daha etkili olduğunu düşündüklerini belirtmişlerdir. Fakat bu düşünce, son derece tehlikeli sonuçlar doğurabilecek bir durumu güvenli kılmakta ve hastaların kayıt dışı bitkileri ilaçlarla daha fazla oranda beraber kullanımını arttırmaktadır (19).

Ülkemizde gerek sağlık çalışanları gerekse

hastalar tarafından tıbbi bitkiler sıkça kullanılmakla beraber, bu durum tam olarak kurumsallaşmamış ya da sistematize edilmemiştir. Dahası artan bu sık kullanıma rağmen, hekimler ve farmakologlar bitkisel ürünlerin etkileri ve yan etkileri hakkında yeteri kadar bilgiye sahip değildirler. Fakat birçok tıbbi bitki özellikle ilaçlarla beraber kullanıldığında ciddi yan etkilere neden olduğu için hekimlerin hastaların

anamnezinde bu konuya dikkat etmeleri gerekmektedir (18,20).

Tüm bu bilgiler değerlendirildiğine bitkiler ve bitkisel ürünlerin güvenilirliği, etkinliği ve yan etkileri ile ilgili en önemli bilgi ve destek kaynağının, fitoterapi alanında kendini geliştirerek lider rolünü üstlenebilecek sağlık profesyonelleri olması gerektiği inkar edilemeyecek bir gerçek olmaktadır (5).

Kaynaklar

1. Pinar N, Topaloglu M, Ozer C, Alp H. Kardiyoloji hastalarında bitkisel ürün kullanımı. Turk Kardiyol Dern Ars 2017;45(7):614-22.
2. Bicen C, Erdem E, Kaya C, Karatas A, Elver Ö, Akpolat T. Herbal product use in patients with chronic kidney disease. Turkish Nephrology Dialysis Transplantation 2012;21(02):136-40.
3. World Health Organization. WHO traditional medicine strategy 2014–2023. Chine: WHO press; 2014:31-2.
4. T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu [internet]. Geleneksel bitkisel tıbbi ürünler yönetmelik taslağı [cited 2015 Apr 2]. Available from: <https://www.titck.gov.tr/Mevzuat/MevzuatGetir?id=3068>
5. Parildar H, Serter R, Yesilada E. Diabetes mellitus and phytotherapy in Turkey. J Pak Med Assoc 2011;61(11):1116-20.
6. Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı. 3. tıbbi ve aromatik bitkiler sempozyumu. Antalya: Batı Akdeniz Tarımsal Araştırma Enstitüsü; 2017:147-52.
7. Uğurlu M, Üstü Y, Dağcıoğlu BF. Fitoterapide soğan ve sarımsak kullanımı. Ankara Medical Journal 2016;16(1):119-22.
8. Atılabey MF, Yüksel B, Uzunoğlu TP, Oral E. Tıbbi ve aromatik bitkiler sektör raporu. Orta Anadolu Kalkınma Ajansı Kayseri; 2015. 16 p.
9. Wink M. Modes of action of herbal medicines and plant secondary metabolites. Medicines 2015;2(3):251-86.
10. Briskin DP. Medicinal plants and phytomedicines. Linking plant biochemistry and physiology to human health. Plant Physiol 2000;124(2):507-14.
11. Yeşilada E. Hekim ve bitkisel ilaç; bilmek ya da bilmemek. TAF Prev Med Bull 2009;8(3):259-62.
12. Sucaklı MH, Ölmez S, Ketten HS, Yenicesu C, Sarı N, Çelik M. Üniversite öğrencilerinin bitkisel ürünleri kullanım özelliklerinin değerlendirilmesi. Medicine Science 2014;3(3):1352-60.
13. Koçtürk OM, Kalafatçılar ÖA, Özbilgin N, Atabay H. Türkiye’de bitkisel ilaçlara bakış. Ege Üniv Ziraat Fak Derg 2009;46(3):209-14.
14. Akbulut S, Bayramoğlu MM. The trade and use of some medical and aromatic herbs in Turkey. Studies on Ethno-Medicine 2017;7(2):67-77.
15. Smith-Hall C, Larsen HO, Pouliot M. People, plants and health: a conceptual framework for assessing changes in medicinal plant consumption. J Ethnobiol Ethnomed 2012;8(43):1-11.
16. John LJ, Shantakumari N. Herbal medicines use during pregnancy: a review from the Middle East. Oman Med J 2015;30(4):229-36.
17. Quintieri L, Palatini P, Nassi A, Ruzza P, Floreani M. Flavonoids diosmetin and luteolin inhibit midazolam metabolism by human liver microsomes and recombinant CYP 3A4 and CYP3A5 enzymes. Biochem

- Pharmacol 2008;75(6):1426-37.
18. Fasinu PS, Bouic PJ, Rosenkranz B. An overview of the evidence and mechanisms of herb-drug interactions. *Front Pharmacol* 2012;3:69. doi: 10.3389/fphar.2012.00069
19. Nur N. Knowledge and behaviours related to herbal remedies: a cross-sectional epidemiological study in adults in Middle Anatolia, Turkey. *Health Soc Care Community* 2010;18(4):389-95.
20. Gamsızkan Z, Kurt AE, Yücel A, Kartal M. Physicians opinions of phytotherapy products. *Journal of Clinical and Analytical Medicine* 2011;2(2):1-3.