



## Hipertansiyon hastalarında bitkisel ürün kullanımı

### Herbal product use in hypertension patients

Cem Biçen<sup>a</sup>, Özde Elver<sup>a</sup>, Emre Erdem<sup>a,b</sup>, Coşkun Kaya<sup>b</sup>, Ahmet Karataş<sup>b</sup>, Melda Dilek<sup>b</sup>, Tekin Akpolat<sup>b</sup>

<sup>a</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi, İç Hastalıkları Anabilim Dalı, Samsun, Türkiye

<sup>b</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi, Nefroloji Bilim Dalı, Samsun, Türkiye

#### MAKALE BİLGİLERİ

##### Makale geçmişi

Geliş tarihi : 23 / 08 / 2011

Kabul tarihi : 30 / 09 / 2011

##### \* Yazışma Adresi:

Emre Erdem  
Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi,  
Nefroloji Bilim Dalı,  
Samsun, Türkiye  
e-posta: emredlk@yahoo.com

##### Anahtar Kelimeler:

Hipertansiyon  
Bitkisel ürün  
Toplum sağlığı  
Anket

##### Key words:

Hypertension  
Herbal product  
Public health  
Questionnaire

#### ÖZET

Günümüzde hastalıkların tanı ve tedavisinde sağlanan gelişmelere rağmen, kronik hastalığa sahip bireyler, bitkisel ürünleri daha sık kullanmaktadırlar. Çalışmamızın amacı bölgemizde hipertansiyon hastalarının bitkisel ürün kullanım oranını, kullanılan ürünleri, bilgi kaynaklarını, doktorlarına bu konuda bilgi verip vermediklerini, kullanılan ürünlerin maliyetini araştırmaktır. Araştırma, polikliniğimize kontrole gelen 100 hipertansiyon hastası ile yapılmıştır. Hastalarla ilgili veriler 9 sorudan oluşan bir anket formu kullanılarak toplanmıştır. Çalışmamızda hipertansiyon hastalarında bitkisel ürün kullanım oranının % 53 olduğunu saptadık. En sık kullanılan bitkisel ürünler limon ve sarımsaktı. Hastaların büyük bir kısmı (% 83) kullandığı bitkisel ürün hakkında bilgi kaynağını komşu, akraba, arkadaş ya da televizyon, radyo olarak belirtmişti. Hastaların % 28'i ürünü hergün düzenli olarak alırken, % 34'u sadece kan basınçları yükseldiği zaman bitkisel ürün kullanıyorlardı. Ürün kullanan hastaların 46'sı (% 87) ise kullandığı bitkisel ürün hakkında doktoruna bilgi vermemişti. Hastaların % 87'si kullandıkları ürünün maliyetinin aylık 50 TL'nin altında olduğunu belirttiler. Hipertansiyon hastalarının önemli bir kısmı bitkisel ürün kullanmaktadır ve bu konuda doktorlarına bilgi vermemektedirler. Hastaların bitkisel ürünlerin etkilerini ve yan etkilerini bilmeden kullanmaları istenmeyen sonuçlara yol açabilir.

*J. Exp. Clin. Med., 2012; 29:109-112*

#### ABSTRACT

Despite recent developments in diagnosis and treatment of diseases, individuals with chronic disease use herbal products much more than others. Our study aims to examine the rates of herbal product use, the kinds of used products, source of information, whether the doctors are being informed and cost of the products used in patients with hypertension in our region. The study has been performed with 100 hypertension patients referred to our outpatient clinic. A questionnaire consisted of 9 questions has been used to gather the data about the patients. In our study, the herbal product use in hypertension patients was 53%. The most frequently used herbal products were lemon and garlic. Majority of the patients (83%) reported the source of information about the product as neighbours, relatives, friends or television and radio. While 28% of the patients were using the herbal product regularly everyday, 34% of them were only using these products if their blood pressure increased. Forty six (87%) patients used these products did not give information to the clinician about the product. Eighty seven per cent of the patients told that the monthly cost of the product they used was less than 50 TL. A significant proportion of the patients with hypertension uses herbal product and they do not give information to the clinicians about the subject. The use of these kind of products without knowing the effects and side-effects may cause undesirable results.

*J. Exp. Clin. Med., 2012; 29:109-112*

### 1. Giriş

Tamamlayıcı ve alternatif tıp (TAT) uygulamaları günümüzde giderek yaygınlaşmaya başlamıştır. TAT oldukça

geniş bir alanı kapsar ve sürekli değişmektedir. Geleneksel tıp uygulamaları dışında kalan bütün sağlık hizmetlerini, yöntemlerini, uygulamalarını ve bunlara eşlik eden teori ve

inançları kapsayan geniş bir sağlık alanıdır. Tamamlayıcı ve alternatif tıp değişik sınıflara ayrılmıştır. Bu sınıflandırma içerisinde; doğal ürünler (bitkiler, vitaminler, mineraller, balık yağı...), zihin ve bedene dayalı uygulamalar (meditasyon, akupunktur), el ve bedene dayalı uygulamalar (masaj), diğer TAT tipleri (Çin tıbbı, nöropati, hemopati, pilates, terapötik dokunma) vardır. Bunlar arasında hastalar tarafından en sık tercih edilen, bitkisel ürünlerdir.

Hipertansiyon en önemli kardiyovasküler risk faktörlerinden biridir. Sistolik kan basıncında 5 mmHg'lık bir azalma tüm nedenlere bağlı mortalitede % 7 oranında bir azalma yapar. Hipertansiyon hastalarına yaşam tarzı değişikliği olarak, tuz alımını azaltmaları, egzersiz yapmaları, az miktarda alkol tüketmeleri, kilo vermeleri ve DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) diyetine uymaları önerilir. Bunların dışında hastalar kan basınçlarını kontrol altına almak için bitkisel ürünleri daha sık kullanmaya başlamışlardır (Nahas, 2008).

Çalışmamızın amacı bölgemizde hipertansiyon hastalarının bitkisel ürün kullanım oranını, kullanılan ürünleri, kullanım sıklığını, kullanım süresini, bilgi kaynaklarını, hekimlerine bu konuda bilgi verip vermediklerini, kullanılan bitkisel ürünlerin hastalığına olumlu ya da olumsuz etkilerini, kullanılan ürünlerin maliyetini araştırmaktır.

## 2. Gereç ve yöntem

Araştırma Nefroloji polikliniğine kontrole gelen 100 hipertansiyon hastası ile yapılmıştır. Hastalarla ilgili veri toplanmasında 9 sorudan oluşan bir anket formu kullanılmıştır (Tablo 1). Veriler hastalarla yüz yüze görüşme yoluyla elde edilmiştir.

**Tablo 1.** Hipertansiyon hastalarında bitkisel ürün kullanımı ile ilgili anket soruları

Soru	Bitkisel ürün kullanımı ile ilgili anket soruları
1	Hastalığınızda iyi geldiğini düşündüğünüz bitkisel ürün veya gıda kullandınız mı? EVET cevabı verildi ise;
2	Hastalığa iyi geldiğini düşünüp kullandığınız ürünler nelerdir?
3	Hastalığınıza iyi geldiğini düşündüğünüz bitkisel ürün ve gıda kullanılmasını size kim tavsiye etti?
4	Hastalığınıza iyi geldiğini düşündüğünüz bitkisel ürün ve gıdaları kim araştırdı?
5	Kullandığınız yöntem ile ilgili bilgileri nereden aldınız?
6	Hastalığınıza iyi geldiğini düşündüğünüz bitkisel ürün ve gıdaları kullanma sıklığınız nedir?
7	Hastalığınıza iyi geldiğini düşündüğünüz ve kullandığınız bitkisel ürün ve gıdaları doktorunuzla paylaştınız mı?
8	Bitkisel ürün veya gıdaları ne zamandır kullanıyorsunuz?
9	Sürekli kullanıyorsanız bitkisel ürün veya gıda kullanımının size aylık maliyeti nedir?

Araştırmamızda tanımlayıcı istatistik kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler, sürekli değişkenlerde aritmetik ortalama  $\pm$  standart sapma olarak, kesikli değişkenler ise yüzde (%) olarak ifade edilmiştir.

## 3. Bulgular

Yüz hastanın 61'i kadın, 39'u erkekti. Hastalarımızın yaş ortalaması 57,6 $\pm$ 10,1 (33-87) yıl idi. Hasta grubunun demografik özellikleri Tablo 2'de belirtilmiştir. Hastaların

**Tablo 2.** Hipertansiyon hastalarının demografik özellikleri

Medeni Durumu	Sayı	Yüzde
Evli	83	83
Bekar	5	5
Boşanmış	3	3
Eşi ölmüş	9	9
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>
Öğrenim durumu		
Okur- Yazar değil, Okur-Yazar	11	11
İlkokulu bitirmiş, Ortaokul veya dengini bitirmiş, Lise veya dengini bitirmiş	67	67
Yüksekokul bitirmiş	22	22
<b>Toplam</b>	<b>100</b>	<b>100</b>

53'ü bitkisel tedavi yöntemlerinden birini ya da birkaçını kullandıklarını belirtti. Hastalarının 61'i bitkisel tedaviye inandıklarını, 39'u ise inanmadıklarını söylediler. Bitkisel tedavi kullanan 53 hastanın 49'u (% 92) bitkisel ürünleri kendisi öğrenmiş veya bir yakınının tavsiyesi üzerine kullanmaya başlamıştı. Yine bitkisel tedavi kullanan hastaların % 83'ü ürünle ilgili herhangi bir araştırma yapmadan kullanmaya başlamışlardı. Bitkisel ürün kullanan hastaların büyük bir kısmı (% 83) kullandığı bitkisel ürün hakkında bilgi kaynağını komşu, akraba, arkadaş ya da televizyon, radyo olarak belirtmişti. Hipertansiyon için bitkisel ürün kullanan hastaların % 28'i ürünü hergün düzenli olarak alırken, % 34'ü ise sadece kan basınçları yükseldiği zaman bitkisel ürün kullanıyordu.

Bitkisel ürün kullanan hastaların % 87'si kullandıkları ürünün maliyetinin aylık 50 TL'nin altında olduğunu belirttiler. Hipertansiyon hastalarının bitkisel ürün kullanımı ile ilgili bilgiler Tablo 3'de gösterilmiştir. Bitkisel ürün kullanan hastaların 7'si (% 13) kullandığı bitkisel ürün hakkında doktoruna bilgi verdiklerini, 46'sı (% 87) ise kullandığı bitkisel ürün hakkında doktoruna bilgi vermediklerini belirtmişlerdir. Bitkisel ürün kullanan hastaların 38'i (% 72) kullandığı bitkisel ürünün yararı olduğunu belirtirken, 15'i (% 28) herhangi bir yararının olmadığını belirtmişlerdir. Hipertansiyon hastalarının kullandığı en sık bitkisel ürün limon idi. Sarımsak tansiyonu kontrol altına almak için sık kullanılan diğer bitkisel üründü (Tablo 4).

## 4. Tartışma

Hipertansiyon çok sık görülen, önemli morbidite ve mortalite nedeni olan toplumsal bir sorundur. Hastaların azımsanmayacak bir kısmının kan basıncı yüksekliğinin farkında olmaması hipertansiyonun morbidite ve mortalitesini arttırmaktadır. Türk Hipertansiyon Prevalans Çalışmasına (Patent: Prevalence awareness and treatment of hypertension in Turkey) (2003) göre ülkemizde yaklaşık 15 milyon hipertansiyon hastası bulunmaktadır (Altun ve ark., 2005). Bu 15 milyon hastanın sadece % 40'ı hastalığının farkındadır, % 31'i tedavi almakta ve sadece % 8 hastanın kan basıncı kontrol altındadır (Altun ve ark., 2005). Hipertansiyonun tipik tedavisi yaşam tarzı değişikliği ve farmakolojik tedavi ile olur. Bu geleneksel tedavi yöntemlerine ilave olarak hastaların bir kısmı TAT kullanmaktadır. İki bin iki yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılan bir çalışmada kardiyovasküler hastalığı olanların % 36'sı TAT yöntemlerinden birini kullanmaktadır,

**Tablo 3.** Hipertansiyon hastalarının bitkisel ürün kullanımı ile ilgili özellikleri

Bitkisel Ürün Kullanımını Tavsiye Eden	Sayı (n)	Yüzde (%)
Yakınım	26	49
Kendim	23	43
Doktorum	3	6
Diğer	1	2
<b>Toplam</b>	<b>53</b>	<b>100</b>
<b>Bitkisel Ürün Hakkında Araştırma</b>		
Araştırma yapmadım	44	83
Kendim araştırma yaptım	8	15
Yakınım araştırma yaptı	1	2
<b>Toplam</b>	<b>53</b>	<b>100</b>
<b>Bitkisel Ürün Hakkında Bilgi Kaynağı</b>		
Komşu, akraba, arkadaş	33	62
Televizyon, radyo	11	21
Doktor	4	7
Gazete, dergi, kitap	3	6
Diğer hastalar	1	2
Diğer	1	2
<b>Toplam</b>	<b>53</b>	<b>100</b>
<b>Bitkisel Ürün Kullanma Sıklığı</b>		
Her gün	15	28
Haftada iki üç defa	12	23
Haftada bir defa	5	9
On beş günde bir defa	2	4
Ayda bir defa	1	2
Kan basıncımı yüksek hissettiğimde	18	34
<b>Toplam</b>	<b>53</b>	<b>100</b>
<b>Bitkisel Ürün Kullanma Süresi</b>		
Bir aydan az	5	9
Bir-üç ay	2	4
Üç-on iki ay	2	4
Bir yıldan fazla	44	83
<b>Toplam</b>	<b>53</b>	<b>100</b>
<b>Aylık Maliyet</b>		
0-50 TL	46	87
50-250 TL	7	13
<b>Toplam</b>	<b>53</b>	<b>100</b>

bunlardan en sık tercih edilenlerden biri de bitkisel ürünlerdir (Walsh ve ark., 2011).

Halk arasında özellikle limon ve sarımsağın hipertansiyon iyi geldiği şeklinde yaygın bir inanış mevcuttur. Bizde çalışmamızda hipertansiyon hastalarında limon ve sarımsak kullanımını yüksek oranda saptadık. Günümüzde sarımsak (*Allium sativum L*); antihipertansif, antilipidemik, antikanser, antimikrobiyal, antiplatelet etkileri olduğuna inanılan bu nedenlerle dünyada en yaygın kullanılan bitkiler arasında yer almaktadır. Ancak, sarımsağın bu özelliklerinin etkinlik ve güvenilirliği tam olarak gösterilememiştir. Yapılan bazı hayvan deneylerinde, sarımsağın antihipertansif etki gösterdiği bulunmuştur. İnsanlar üzerinde yapılan çalışmalarda da sarımsağın hafif hipertansiyonda kısmen etkili

olduğu saptanmıştır. Bununla birlikte, bu verilerin sarımsağın kan basıncı üzerine etkisiyle ilgili kesin bir sonuç çıkarmak için yetersiz olduğu belirtilmektedir. Bu nedenle, sarımsağın hafif hipertansiyonda klinik faydaları olabileceği ama rutin bir antihipertansif tedavi seçeneği olarak önerilemeyeceği açıklanmıştır (Edwards ve ark., 2005). Bölgemizde yapılan bir çalışmada da sarımsağın akut kan basıncı düşürücü etkisi bulunmamıştır (Çapraz ve ark., 2005).

Limon, vitamin C (askorbik asit) içerir. Vitamin C preparatlarının kan basıncı üzerine etkisini araştıran çalışmalarda, hafif hipertansiyonu olan hastalarda etkili olabileceğini gösterenler olduğu gibi (Hajjar, 2002), bir etkisini bulmayan çalışmalar da vardır (Kim ve ark., 2002). Bölgemizde 2009 yılında limonun kan basıncı üzerine etkisini inceleyen çalışmada, limonun kan basıncını düşürücü etkisi bulunmamıştır (Sarı, 2009).

**Tablo 4.** Hipertansiyon hastalarının kullandığı bitkisel ürünler

	Hasta Sayısı (n:53)
Limon + sarımsak	21
Limon	16
Maydanoz + sarımsak	5
Maydanoz	2
Sarımsak	2
Isırgan otu	1
Ökse otu	1
Domates	1
Brokoli	1
Limon + maydanoz	1
Isırgan otu + maydanoz	1
Limon + sarımsak + adaçayı + kekik	1

Çalışmamızda bitkisel ürün kullanan hastaların % 72'si bu ürünlerden fayda gördüğünü söyledi. Bu bitkilerin kullanımını hastalarda olumlu yönde psikolojik etki yapmış olabilir ve kişide genel bir kendini iyi hissetme hali ortaya çıkarabilirler. Hipertansiyon hastalarımızın % 34'u bitkisel ürünleri kan basınçları yükselince aldıklarını belirtmişti. Psikolojik rahatlama dışında başka etkisi olmayan bitkisel ürünlerin bu durumlarda alınması hastalığın tedavisinde gecikmeye ve hasta için tehlikeli sonuçlara yol açabilir.

Hastaların büyük çoğunluğu (% 87) kullandığı bitkisel ürün ile ilgili doktoruna bilgi vermemiştir. Bu da istenmeyen sonuçlara neden olabilir (yan etki, ilaç etkileşimi gibi), dolayısıyla doktorların anamnez alırken bu tür TAT yöntemlerinin kullanımını mutlaka sorgulaması gerekmektedir. Ülkemizde yapılan bir çalışmada hekimlerin sadece % 28,2'sinin anamnez alırken ve reçete yazarken hastalarına bitkisel ürün kullanıp kullanmadıklarını sordukları görülmüştür (Gamsızkan ve ark., 2011). Ayrıca bitkisel ürün kullanan hastaların asıl medikal tedavilerini aksatabileceğini de göz ardı etmemek gerekir. Doktorlar hastasının bitkisel ürün kullanıp kullanmadığını da sorgulamalıdır. Hastaların aldığı ilaçlar varsa bitkisel ürünlerin bunlarla etkileşebilecekleri ve bunların etkinliklerini azaltma ya da çoğaltma şeklinde değiştirebilecekleri unutulmamalıdır (Meisel ve ark., 2003; Van Bremen ve ark., 2008). Bu konuda *Ginkgo biloba*'nın bazı ilaçlarla etkileşimi örnek olarak verilebilir. Trazodon ile

birlikte *Ginkgo biloba* ekstraktı alan yaşlı bir hastada koma gelişmiştir (Galluzi ve ark., 2000). *Ginkgo* ekstraktının yüksek dozları antikonvülzanların etkinliğini azaltabildiğinden epileptik atakların kontrolünü zorlaştırır (Manocha ve ark., 1996). Selektif serotonin geri alım inhibitörleri ile birlikte *Ginkgo* tüketimi rijidite, taşikardi, hipertermi, terleme belirtileriyle seyreden 'serotonin sendromu' na yol açar (Cupp, 1999; Aruna ve Naidu, 2006). Yine "*Ginkgo biloba*" bitkisi, antikoagülan ilaçların (aspirin, varfarin gibi) etkisini arttırarak, kanamaya yatkınlık yapmaktadır (Niggemann ve Gruber, 2003). Ayrıca "*Glycyrrhize glabra*" adlı madde, meyan kökü (licorice) bitkisinde bulunmakta ve yüksek dozlarda veya uzun süre kullanıldığında pseudohiperaldosteronizme yol açıp hipokalemi, hipertansiyon gibi sorunlara neden olabilir (Dahl, 2001).

Çalışmamızda, halen bitkisel ürün kullanan hastaların % 87'si ürünün aylık maliyetinin 0-50 TL arasında olduğunu

söylemişti. Bitkisel ürün kullanan hastalarımızın çoğunun sıklıkla kolay ulaşılabilir veya evde günlük olarak temin edilen ürünleri (limon, sarımsak gibi) kullanılıyor olması maliyeti azaltmaktadır. Son zamanlarda yazılı ve görsel medyada bitkisel ilaçlar ile ilgili birçok tartışma olmasına rağmen bizim çalışmamızda bitkisel ürün kullanımı masum gibi durmaktadır ve hastalara fazla maliyeti olmamıştır. Sonuç olarak hastalıklarda bitkisel ürün kullanımı önemli bir toplumsal sağlığı sorunudur. Hipertansiyon hastalarının yaklaşık yarısı bitkisel ürün kullanmakta ve bu ürünleri kullanan hastaların çoğu bu konuda doktorlarına bilgi vermemektedir. Bitkisel ürünlerin bilinçsiz bir şekilde sık kullanılması hastanın asıl tedavisini aksatmasına ve bu ürünlerle ilgili yan etkilere yol açabilmektedir. Toplumun doğru şekilde yönlendirilmesi için Sağlık Bakanlığı, doktorlar ve medyaya önemli görevler düşmektedir.

#### KAYNAKLAR

- Altun, B., Arici, M., Nergizoğlu, G., Derici, U., Karatan, O., Turgan, C., Sindel, S., Erbay, B., Hasanoğlu, E., Çağlar, S., Türk Hipertansiyon ve Böbrek Hastalıkları Derneği., 2005. Prevalence, awareness, treatment and control of hypertension in Turkey (the Patent study) in 2003. *J. Hypertens.* 23, 1817-1823.
- Aruna, D., Naidu, M.U., 2006. Pharmacodynamic interaction studies of *G. biloba* with cilastazol and clopidogrel in healthy human subjects. *Brit. J. Clin. Pharmacol.* 63, 333-338.
- Cupp, M.J., 1999. Herbal remedies: Adverse effects and drug interactions. *Am. Fam. Physician.* 59, 1239-1244.
- Çapraz, M., Dilek, M., Akpolat, T., 2007. Garlic, hypertension and patient education. *Int. J. Cardiol.* 14, 130-131.
- Dahl, N.V., 2001. Herbs and supplements in dialysis patients: Panacea or poison. *Semin. Dialysis* 14, 186-192.
- Edwards, Q.T., Colquist, S., Maradiegue, A., 2005. What's cooking with garlic: Is this complementary and alternative medicine for hypertension? *J. Am. Acad. Nurse Pract.* 17, 381-385.
- Galluzi, S., Zanetti, O., Binetti, G., Trabucchi, M., Frisoni, G.B., 2000. Coma in a patient with Alzheimer's disease taking low dose trazodone and *G. biloba*. *J. Neurol. Neurosurg. Ps.* 68, 679-683.
- Gamsızkan, Z., Kurt, A.E., Yücel, A., Kartal, M., 2011. Hekimlerin fitoterapi ürünlerine bakış açısı. *J. Clin. Anal. Med.* 2, 1-3.
- Hajjar, I.M., George, V., Sasse, E.A., Kochar, M.S., 2002. A randomized, double-blind, controlled trial of vitamin C in the management of hypertension and lipids. *Am. J. Ther.* 9, 289-293.
- Kim, M.K., Sasaki, S., Sasazuki, S., Okubo, S., Hayashi, M., Tsugane, S., 2002. Lack of long-term effect of vitamin C supplementation on blood pressure. *Hypertension.* 40, 797-803.
- Manocha, A., Pillai, K.K., Husain, S.Z., 1996. Influence of *G. biloba* on the effect of anticonvulsants. *Indian J. Pharmacol.* 28, 84-87.
- Meisel, C., Johne, A., Roots, I., 2003. Fatal intracerebral mass bleeding associated with *G. biloba* and ibuprofen. *Atherosclerosis.* 167, 367.
- Nahas, R., 2008. Complementary and alternative medicine approaches to blood pressure reduction: An evidence-based review. *Can. Fam. Physician* 54, 1529-1533.
- Niggemann, B., Grüber, C., 2003. Side-effects of complementary and alternative medicine. *Allergy* 5, 707-716.
- Sarı, A. 2009. Hipertansif hastalarda limon kullanımının kan basıncı üzerine akut ve kronik etkilerinin araştırılması. Uzmanlık Tezi, Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi, İç Hastalıkları.
- Van Bremen, R.B., Fong, H.H., Farnsworth, N.R., 2008. Ensuring the safety of botanical dietary supplements. *Am. J. Clin. Nutr.* 87, 509-513.
- Walsh, M.E., Reis, D., Jones, T., 2011. Integrating complementary and alternative medicine: Use of essential oils in hypertension management. *J. Cardiovas. Nurs.* 29, 87-88.