



ORTA ASYA TÜRK TIBBINİN ANADOLU'YA BIRAKTIĞI MİRAS

H. Volkan ACAR¹

ÖZET

Türk tıbbı binlerce yıllık bir geçmişe dayanmaktadır. Bu kadar uzun bir tarihi dönem, birbirinden farklılık gösteren çeşitli dönemlere ayrılabilir. Çünkü Türklerin, halen yaşadıkları Anadolu topraklarına toplu olarak göç etme tarihleri 1071'dir ve onun öncesinde temel yaşam alanları Orta Asya olmuştur. Ancak hem Türklerin Orta Asya dışında, Batı Asya, Karadeniz'in kuzeyi, Hindistan, Avrupa, Irak ve Mısır gibi bölgelerde de devletler kurmuş olmaları, hem de Orta Asya adı verilen bölgenin çok geniş bir coğrafi alanı kaplaması, Türk tıbbındaki uygulamaların da farklılık göstermesi sonucunu doğurmuştur. Yaşanılan bölgeye ve döneme göre farklı tıp geleneklerinin etkisi altında kalan Türk tıbbı, bu sayede zengin bir birikim edinmiştir. Bu kapsamda Anadolu Türk tıbbının etkilendiği ana kaynağın Orta Asya Türk tıbbı olduğu söylenebilir. Orta Asya Türk tıbbıyla ilgili yazılı kaynakların sayısı sınırlı olsa da, bunların ayrıntılı bir şekilde incelenmesi araştırmacılara çok değerli bilgiler sunar. Bu çalışmada, Orta Asya Türk tıbbının genel özellikleri, buna dair temel metinler, uygulamalar ve etkilendiği kaynaklar bir araya getirilmiştir. Ayrıca Orta Asya Türk tıbbı ile Anadolu'daki tıp uygulamaları arasındaki benzerlikler ortaya konularak, Türk tıp tarihindeki devamlılık gösterilmeye çalışılmıştır.

Anahtar Kelimeler; Geleneksel Tıp; Halk Tıbbı; Şamanizm; Akupunktur; Müzik Terapisi

¹Doç. Dr., Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Anesteziyoloji ve Reanimasyon Kliniği, Ankara-Türkiye, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Tıp Tarihi ve Etik Anabilim Dalı, Ankara-Türkiye.

ORCID No: 0000-0002-0603-3896

e-mail: hvacar@yahoo.com

Geliş Tarihi: 14/09/2021

Kabul Tarihi: 15/11/2021

GİRİŞ

Binlerce yıllık bir geçmişe dayanan Orta Asya Türk tıbbı, zaman içinde büyük değişikliklere uğramış, toplumsal ve siyasi olayların etkisi altında kalarak birbirinden çok farklı özellikler göstermiştir. Ama inceleme kolaylığı açısından Orta Asya Türk tıbbı, İslamiyet öncesi dönem ve İslamiyet sonrası dönem olarak iki ana döneme ayrılabilir.

İSLAMİYET ÖNCESİ DÖNEM

OCAKLAR VE KAMLAR

Varlığını Orta Asya'dan Anadolu'ya kadar sürdüren ocaklar, Türk halk hekimliğinin temel kurumudur. Ocak sözcüğü, halk hekimliğinde "dedelerden beri belirli bir hastalığı iyi ettiğine inanılan aile" ya da "halk hekimliğinde bir önceki kuşaktan el verme suretiyle aktarılan bilgileri kullanarak belirli bir şikâyeti veya hastalığı iyileştirdiğine inanılan aile" şeklinde tanımlanır (1). Halkbilimci Orhan Acıpayamalı "Türk halkının hakiki doktoru olan ocaklılar, Orta Asya şamanının bugüne ulaşmış şeklidir" görüşünü dile getirir (2).

Ocakların bazı özellikleri şöyle sıralanabilir: Büyük çoğunluğu kadın olan ocaklılar hastalardan para almazlar. Ocaklılık, el verme ya da nefes verme yoluyla kuşaktan kuşağa geçer. Ocaklı, eline güvendiği ve kendisinden sonra bu işi sürdürebileceğine inandığı kişiye el verir. Ocaklılar tanısız, tedaviye yönelik ve sağlığı koruyucu uygulamalar gerçekleştirirler (3).

Anadolu'daki ocaklı uygulamaları ile İslamiyet öncesi Orta Asya Türk toplumlarındaki kamcılık (Şamanizm) uygulamaları arasında büyük benzerlikler vardır. Batı ülkelerinde şaman olarak bilinen bu insanlar Türk dillerinde kam, ham, baksı, bahşi ya da ozan olarak bilinir ve bu kişilerin özel güçleri olduğuna inanılır. Sahip oldukları bu güç nedeniyle kamlar, hastaların bedenlerindeki kötü ruhları kovarak hastaları iyileştirebilirler (4).

Orta Asya'yı ziyaret eden İslam coğrafyacılarının eserlerinde, Türk kamlarının gerçekleştirdiği törenler anlatılır. Bu törenlerde kamlar, toplum açısından önemli olaylar (hastalıklar, kıtlıklar, doğa olayları, sefere çıkmak için doğru zaman vb.) hakkında geleceğe yönelik öngörülerde bulunurlar. Mes'udi'nin (ö.956) yazdığı *Acaibü'd-dünya* adlı eserde bu tür bir tören şu şekilde anlatılır (5):

Türkler sihir, şiddet ve kin sahibi insanlardır. Hükümdarlarının senede muayyen bir günü vardır. Bugün hükümdar adına büyük bir ateş yakılır. Hükümdar yüksek bir yerden ateşe doğru eğilmiş bakarken ateşe karşı bir şeyler söylerler. Bunun üzerine ateşten yukarı doğru bir çehre yükselir. Eğer bu çehre mavi ise (yeşil anlamına da gelebilir) yağmura ve bolluğa, beyaz ise kuraklığa, kırmızı ise kan dökülmesine, sarı ise hastalıklara ve vebaya, siyah ise hükümdarın ölümüne veya uzak yolculuğa delalet eder. Son renk olursa hükümdar yola veya gazaya çıkma-ya acele eder.

Bunun dışında *Kitabü'l-Bed ve't-târih* (Makdisi, 966), *Zeyn el-ahbar* (Gerdizi, ö. 1053 civarı), *Asar el-bilad* (Kazvini, ö. 1283) adlı eserlerde de benzer bilgiler bulunur (5).

Türklerin Müslümanlığı kabul etmesiyle kamların dini yönünü din adamları devralmış, tıbbi işlevleri ise ocaklılar tarafından yürütülmeye devam etmiştir (6).

HALK HEKİMLİĞİ

Dünyanın farklı bölgelerinde yaşayan toplumlar da halk hekimliği, binlerce yıl boyunca hastalıkları tedavi etmenin başlıca yolu olmuştur. Halk hekimliğinde tedavi yanında, tanıya yönelik uygulamalar ile koruyucu hekimlik uygulamaları da kullanılır. Araştırmacı Pertev Naili Boratav'ın tanımıyla, halk hekimliği "Halkın, olanakları bulunmadığı için ya da başka sebeplerle doktora gidemeyince veya gitmek istemeyince, hastalıklarını tanılama ve sağaltma amacı ile başvurduğu yöntem ve işlemlerin tümü'dür (7).

Anadolu'da da farklı kaynaklardan beslenmiş olan bir halk hekimliği geleneği vardır. Bu farklı kaynaklardan iki tanesi ön plana çıkar. Bunlardan ilki, Türklerden önce Anadolu topraklarında yaşamış olan çeşitli uygarlıkların hekimlik uygulamaları, diğeri ise Orta Asya'dan getirilen mirastır. Tarihin erken dönemlerinden itibaren Orta Asya'yı kendilerine yurt edinmiş olan çeşitli Türk boyları ve bunların kurdukları devletler, diğer alanlarda olduğu gibi tıp alanında da günümüze, çok eski ve zengin bir kültürel miras bırakmışlardır. Orta Asya döneminde yazılmış olan bu tıbbi mirasın izleri, Anadolu topraklarında yazılmış olan çok sayıda tıbbi eserde kendisini gösterir (8).

Halkbilimci Orhan Acıpayamalı halk hekimliğinde uygulanan tedavi yöntemlerini altı maddeye ayırır (9):

1. İrvasa (irasa, urasa, uğrasa, oğrasa): Hastayı psikolojik olarak etkilemeyi amaçlayan, doğrudan

doğruya vücutla ilgili olmayan psişik nitelikli sağaltmalar.

2. Parpılama (parpılma, parpilma, darpılama, parpullama, parpulma): Hastalığa neden olan kötülüğü dışarı atmak için vücudu keserek, dağlayarak, delerek veya vurarak gerçekleştirilen uygulamalar.
3. Kutsal sayılan yer ve zamanlarda okunarak, dini boyut kazandırılarak yapılan sağaltmalar.
4. Bitki kökenli ilaçlar.
5. Hayvan kökenli ilaçlar.
6. Madensel ilaçlar.

Halk hekimliği çalışmalarına göre, bu başlıklar altındaki uygulamaların hemen hepsi Anadolu'da halen görülmeye devam etmektedir. Bu uygulamaların birçoğu ise, aşağıda ayrıntılı bir şekilde açıklanacak olan Uygur ve Çağatay Türkçesi tıp metinlerinde yer alan uygulamalardır.

UYGUR TÜRKÇESİ TIP METİNLERİ

Orta Asya'nın en eski topluluklarından olan Uygurlar, 1000 yıldan uzun süredir varlıklarını sürdürmektedirler. Uygurlar, Ötüken bölgesindeki Uygur Kağanlığı (744-840) yıkıldıktan sonra Turfan bölgesine göç edip yeni devletler kurmuşlar ve arkalarında, bazıları günümüze kadar ulaşan zengin yazılı kültür ürünleri bırakmışlardır. Başta Uygurlar olmak üzere, çok sayıda etnik topluluğun yaşamış olduğu Turfan bölgesi, XIX. yüzyılın sonlarından itibaren bilim adamlarının ilgisini çekmeye başlamıştır (10).

Dünyanın farklı ülkelerinden araştırmacıların kazı ve keşif çalışması yürüttüğü Turfan bölgesindeki en önemli araştırmacı grubu Almanlardır. Dört ayrı seferde 1902 ile 1914 arasında yapılan keşif gezilerinde yaklaşık 40.000 parça yazılı metin ile binlerce parça eşya gün yüzüne çıkarılmıştır. Tümü Almanya'ya götürülen bu binlerce parça metin, Turfan bölgesindeki zengin kültür birikimini yansıtmaktadır ve 20'den fazla alfabe ve dilde yazılmış haldedir. Bu metinlerin büyük çoğunluğu dini içeriklidir, ancak içlerinde tıp, astronomi, diplomasi, hukuk, ticaret ve gündelik hayatla ilgili de çok sayıda belge bulunur (10).

Turfan bölgesinde bulunan belgeler arasında, Uygur Türkçesiyle yazılmış yaklaşık 60 parça tıbbi metin de vardır. XIV. yüzyıl öncesine tarihlenen bu metinlerde Hint tıbbının etkisi açıkça görülmektedir. İlgili metinler, Yunan-İslam tıbbında olduğu gibi dört humorlu (kan, balgam, sarı safra, sevda) tıbbi anlayışın değil, Hint tıbbındaki üç humorlu (yel, safra, balgam) tıbbi anlayışın etkisi altında yazılmışlardır.

Zaten bu metinlerden bazılarının Hint tıp klasiklerinin çevirisi olduğu saptanmıştır (11).

Bu metinlerdeki reçetelerde en sık kullanılan maddeler bitkisel ve hayvansal ürünlerdir, ayrıca az sayıda madensel ürün de ilaç olarak kullanılmıştır. Bitkisel ürünler arasında ardıç, yıldız anason, üzüm, susam, meyan, erik, zencefil ve tarçın; hayvansal ürünler arasında bal, eşek sütü, domuz dışkısı, tavşan safrası, kurt safrası, keçi sidiki ve yılan derisi; madensel ürünler arasında da tuz, nişadır ve amonyak dikkat çeker (11).

Bu tıbbi metinlerden alınma bazı bilgiler ve örnek reçeteler aşağıda sıralanmıştır:

Eğer bir kadın çocuk düşürmek isterse it sütü içmeli. Böylece çocuk derhal düşer. Eğer eşi düşmezse, o zaman kısırın çekirdeği iki bacağı arasında tütürülürse, (çocuk) derhal düşer.

Hekim ayrıca balgam ve yelden kaynaklanan (hastalıklarda) mayalanmış (bira vs.); safradan kaynaklanan (hastalıklarda) ise süt ve tatlı su içeren bir sıvı içecek hazırlamalıdır.

Göz hastalıklarına karşı ilaç: insan safrası, domuz safrası, keçi safrası veya tavşan safrası (bu dördünden hangisi olursa) alınır ve karaağaç kabuğu yakılarak, külü su ile karıştırılır ve göze sürülürse, hemen iyi olur.

Kimin koltuk altı fena şekilde kokarsa, akciğeri küçük parça halinde doğrayıp üç gün devamlı koltuk altına sürsün, kötü koku kaybolur.

Eğer biri kulunç ağrısı çekiyorsa ve iyi olmuyorsa, sarımsağın kabukları ve kökü yoğurtla karıştırılıp içirilmeli, geçer.

Zerdali çekirdeği dövülür ve üzüm sirkesi ile ağızda tutulursa, diş ağrısı geçer.

Eğer keklik safrası alınır, kurutulur ve şaraba ve bira ya ilâve edilirse, sonradan ne kadar çok şarap veya bira içilse de, sarhoş olunmaz.

Eğer birinin böğrü ağrıyorsa, güvercin pisliğini kara un ile kaynatıp, üç gece orasını bununla ovsun, ağrıları kaybolur.

Kan işeyen kişi, soğanı pişirip bal ile yerse, geçer.

Keklik safrası aynı miktarda şeker ile karıştırılıp, göze sürülürse, görmeyen göz yine görür, iyi olur.

İSLAMİYET SONRASI DÖNEM

KARAHANLILARDA TIP

Karahanlı Devleti (840-1212) döneminin tıbbıyla ilgili elimizdeki kaynaklar oldukça sınırlıdır. Ancak az sayıda olması karşın, bu kaynaklardan da Orta Asya Türk Tıbbı hakkında bazı bilgiler edinmek mümkündür. Elimizdeki bu kaynaklardan bazıları bir hastane vakfiyesi, bir siyasetname ve bir sözlüktür.

Darülmerza Vakfiyesi

Bu kaynaklardan birisi, Tamgaç Buğra Karahan'ın Semerkand'da 1065-1066 yıllarında kurduğu hastanenin vakfiyesidir. Buradaki bilgiler, vakfiyesi düzenlenmiş hastanenin adını Darülmerza olarak bildirir. Vakfiyede, bu hastaneden daha önce kurulmuş olan ve adı Nimek Bimaristanı olan bir başka Karahanlı hastanesinden daha söz edilir. Dolayısıyla o dönemde Karahanlılar da kurumsallaşmış bir hasta bakım kültürünün olduğu söylenebilir.

Darülmerza'nın vakfiyesindeki bilgilere göre hastanenin kadrosunda tabipler, hacamatçılar, hizmetçiler ve aşçılar yer alır. Yattıkları sürece hastaların yatış, tedavi, yeme-içme ve diğer tüm masrafları vakfedilen malların gelirlerinden karşılanır (12).

Kutadgu Bilig

Yusuf Has Hacib'in XI. yüzyılda yazdığı Kutadgu Bilig (Kut/Mutluluk Veren Bilgi), siyasetname tarzında bir eserdir. Karahanlı Türkçesiyle yazılmış olan eser, Türk-İslam edebiyatının ilk örneğidir. Kutadgu Bilig'de hükümdarlara ve üst düzey yöneticilere, devleti yönetirken dikkat etmeleri gereken konular manzum tarzda anlatılır. Eser aslında bir siyasetname olmakla birlikte, içinde tıbbi konulara ilişkin değerli bilgiler de barındırır (13).

Eserde sözü edilen konulardan bazıları şunlardır: Mithridates macunu, tıpla ilgili meslekler (emçi, otacı, afsuncu), yeme-içme ile sağlık arasındaki ilişki, hasta tedavilerinde kullanılan yöntemler ve nabız muayenesi.

Kutadgu Bilig'in birçok yerinde beslenme ile ilgili öneriler bulunur. Buna göre sağlıklı yaşamın temel koşulu az miktarda ve sağlıklı beslenmedir. Ayrıca beslenirken yaşa ve mevsime uygun beslenmek gerekmektedir. Bu konuyla ilgili örnek beyitler şunlardır (13):

Sıcaklık fazlalaşırsa, üzerine derhâl soğuk bir şey içmeli; soğukluk fazlalaşırsa, onu sıcak ile tâdil etmelidir.

Yaşın genç ve ömrün bahar yıllarında ise, soğuk şeyler kullan, kanın bunları ısıtır.

Yaşın kırktan fazla ve mevsim son bahar ise, tabiatını sıcak şeyler ile tanzim et.

Yaşın altmış ve vaktin de kış ise, sıcak şeyler kullan; soğuk şeyler ile arkadaşlık etme.

Kuruluk ve soğukluk fazlalaşırsa, sıcak ve yaş şeyleri hazır tut; bu ikisi onlara karşı koyar.

Bu yaşlık ve soğukluk fazlalaşır ve sana zarar verirse, sıcak ve kuru şeyler ile onları karşıla.

Tabiatın soğuk ise, onu sıcakla kuvvetlendir; sıcak ise soğuk şeyler ye ve soğuk şeyler iç.

Eğer tabiatın kat'i olarak ılık ise, onu, sırasına göre, sıcak ve soğuk şeyler ile besle.

Tabiatını bu şekilde tanzim et, hayatın huzur ve sıhhat içinde geçesin.

Eserde gezegenler, burçlar, mevsimler ve elementler arasında bir ilişki kurulur. Buna göre 12 burç üçerli gruplar halinde dörde ayrılır ve her bir grup bir mevsime ve bir elemente karşılık gelir:

Bil ki bunlardan üçü bahar yıldızı, üçü yaz, üçü son bahar ve üçü de kış yıldızıdır.

Bunların üçü ateş, üçü su, üçü yel ve üçü topraktır; bunlardan dünya ve memleketler meydana gelir.

Kutadgu Bilig'de dünyanın yapısı anlatılırken dünyanın dört elementten (toprak, su, yel, ateş) var olduğu belirtilir:

Bu kubbe evin içi balçıktan yapılmıştır ve karanlıktır; onun hâkim kudreti bunu güneş ile aydınlattı.

Mavi göğü yarattı ve yükseklerle çıkardı; güneş, ay ve yıldızlar ile üzerini süsledi.

Altı kara toprak ile mavi sudur; üstü süzülmiş yel ile ateştir.

Sıcak ile soğuğu, kuru ile yaşı birbirine yaraştırdı ve halka kısmetini verdi.

Eserin rüyalarla ilgili bölümünde, humorların (-kan, safra, sevda, balgam) mevsimlerle, yaşla ve renklerle ilişkisiyle ilgili bilgi verilir:

Birçok rüyalar vardır ki, yemek ve içmekten gelir; yaramayan yemekler yenilmiş ise, rüya da uygunsuz olur.

Bazı rüyalar vardır ki, yılın mevsimlerine bağlıdır; ah-lattan biri kuvvetlenerek, rüyayı kendi aslına çeker.

Yılın mevsimi bahar ve insan da çok genç ise, her şeyi kızıl ve yeri kara görürse, Belli ki, onun kanı kuvvetlenmiştir, ona bir miktar kan aldırması tavsiye edilir.

Yılın mevsimi yaz ve rüya gören delikanlı ise, rüyasında sarı, penbe renklerle safran veya öğütülmüş bir şey görürse, Ey hakim, onun safrası kuvvetlenmiş olur; midasını boşaltması ve kudret halvası yemesi lazımdır.

Yılın mevsimi güz ve insan da geçkin bir yaşta ise, rüyasında siyah, dağ, kuyu veya çukur görürse, Ey kardeş, onun sevdası kuvvetlenmiştir; ey dostum, o ilaç içmeli ve beynini temizlemelidir.

Mevsim kış ve rüya gören de ihtiyar ise, rüyasında akar su veya buz, kar ve dolu görürse, Onun balgamı kuvvetlenmiş olur; bunun ilacı ona sıcak şeyler yedirmek ve içirmektir.

Dîvânü Lûgati't-Türk

Kaşgarlı Mahmud tarafından XI. yüzyılda yazılan *Dîvânü Lûgati't-Türk*, Türkçe'nin ilk sözlüğüdür. Ancak Karahanlı döneminin bu kapsamlı eseri, yalnızca bir sözlük olmakla kalmaz ve bize XI. yüzyıl Orta Asya Türkleriyle ilgili çok değerli bilgiler sunar. Yaşamın her alanını ilgilendiren bilgiler içeren *Dîvânü Lûgati't-Türk*, tıp açısından da önemli bir kaynaktır. Eserde sağlıkla ve hekimlikle ilgili çok sayıda sözcük yer alır. Bu sözcüklerden bazıları hiç değişmeden ya da küçük değişikliklerle günümüzde de varlığını sürdürmekteyken, bazı sözcükler ise artık kullanımında değildir. Bu sözcükler ve örnek cümleler yardımıyla, o dönemde Türklerin sağlık alanında kendilerini nasıl ifade ettiklerini, tanı ya da tedavide hangi yöntemleri uyguladıklarını öğreniriz (15).

Eserdeki sözcükler arasında organ adları (bağır-karaciğer, bağırsuk-bağırsak, köküz-göğüs, oğulçuk-uterus, *öpke*-akciğer, öt-safra kesesi), hastalık ve rahatsızlık adları (anımu-cüzzam, baş-yara, bukuk-guatr, enüç-katarakt, ernek-parmak, kabargan-kabartı, sivilce, kızlamuk-kızamık, sarıgık-sarılık, tumagu-nezle) ve tedavi için kullanılan bitki adları (awılku, ilrük, topulgak) bulunur.

Eserde, sağlık konusuyla ilgili başka sözcükler de vardır: atasagun (hekim), egit (nazar değmesinde kullanılan bir ilaç), em (ilaç), emçi (hekim, eczacı), otaçı (hekim), ig (hastalık), özek (damar), sağ (sağlık), toga (hastalık), vb.

Dîvânü Lûgati't-Türk'te, sözcüklerin anlamını açıklamak için verilen örnek cümleler de bize o dönem hakkında tıbbi bilgiler sunarlar. Bu cümlelerden bazıları şunlardır (15): *Kam arwaş arwadı* (Kam, yani Türk şamanı efsunlama yaptı); *Otaçı közüğ enüçledi* (otaçı göze inen perdeye ilaç koydu); *Er isitti* (adam sıtmaya tutuldu); *Sükel onğultı* (hasta iyileşti); *Ot içtim* (ilaç içtim); *Anğar ötük tuttu* (onu kusma tuttu); *Ol kaniğ sorturdu* (o ondan emme suretiyle kan aldırttı); *Baş tersindi* (yara azdı, yara kapanmışken yeniden azdı); *Bu ot anğar tusuldu* (bu ilaç ona yaradı, fayda verdi).

Ayrıca, sözlükte yer verilen bilgilerden anlaşıldığına göre, Türkler atların hastalıklarında tedavi amacıyla dağlama yapmakta ve kan almaktadır.

Çağatay Türkçesi Tıp Eserleri

Çağatay Türkçesi (Doğu Türkçesi, Çağatayca); Karadeniz, Kafkaslar ve İran'ın kuzeyinde ve doğusunda kalan ve Müslüman olan Türklerin XV. ile XX. yüzyıl arasında kullandıkları yazı diline verilen addır (16). Çağatay Türkçesiyle yazılmış eserlerin büyük çoğunluğu edebi eserler olmakla birlikte, içlerinde az sayı da tıbbi eser de bulunmaktadır. Bunlar arasında *İbn-i Kutluk Molla Toh Niyaz Ahond-Ning Tıbb Kitabı*, *Tabîblik Kitâbi*, *Tabîbcılık* ve *Tıb-Nâme-i Türkî* sayılabilir (17-20).

Çağatay Türkçesi tıbbi eserlerinin genel yapısı Anadolu sahasında yazılmış tıp eserleriyle benzerlik gösterir. Bu eserlerde tıpla ilgili olmayan bir giriş bölümünden sonra, tıbbi içeriğe geçilir. Önce hıtlar, mizaçlar, organlar gibi Galenik anatomi ve fizyoloji bilgileri ile nabız ve idrar muayenesi anlatılır. Sonrasında da çeşitli hastalık ve rahatsızlıklar, belirti-bulguları ve tedavi reçeteleriyle birlikte sıralanır. Bu eserlerde yalnızca hastalıklar için reçeteler verilmez, sağlıklı kalmak için nelerin yapılması gerektiği de aktarılır (17-20).

Bu eserlerde tedavide ön planda olan ilaçlar bitkisel içerikli olanlardır. Ancak bitkisel ürünler dışında hayvansal ürünler, madensel ürünler, cerrahi, kan akıtma, hacamat, hamam ve beslenme önerileri gibi uygulamalar da önerilen tedavi seçenekleri arasında yer alır.

Reçetelerde çok sayıda bitkisel ürün bulunmakla birlikte, bunlardan başlıcaları zencefil, gül, üzüm, meyan, sarımsak, erik, anason, limon ve karanfildir. Hayvansal ürünler arasında geyik safrası, kurt safrası, eşek kanı, eşek sütü, keçi idrarı, yılan derisi ve maymun eti gibi ürünler vardır.

Çağatay Türkçesi tıp yazmalarında baskın tıbbi anlayış, dört humor teorisi (ahlat-ı erbaa) olmakla birlikte, halk tıbbi ile Tıbb-ı Nebevi olarak adlandırılan uygulamalara ait örneklere de rastlanır. Bazı hastalıklarda ise dört humor teorisiyle ilgili bilgi yoktur, yalnızca kaynağı ve nedeni belirtilmemiş tedavi önerileri sunulur.

Bu eserlerde gerek Eski Yunan, gerekse de İslam tıbbının hekim ve filozoflarının adlarına atıflar yapılır. Bunlar arasında *Ersitus* (Aristoteles), *Bokrat/Bukrat* (Hipokrat), *Sokrat* (Sokrates), *Calinus* (Galenos), *Eflatun* (Platon), *Ebu 'Ali Sina* (*İbn-i Sina*) ve *Muhammed Zekeriyya'nın* (Razi) adları sayılabilir. Bu durum, yazarların hem kendi deneyimlerini hem de kendilerinden önceki hekimlerin bilgilerini aktarma çabası olarak görülebilir.

Çağatay Türkçesiyle yazılmış tıbbi eserlerden bazıları aşağıda sıralanmıştır.

İbn-i Kutluk Molla Toh Niyaz Ahond-Ning Tıbb Kitabı (XVIII.-XIX. yüzyıl)

Eserdeki bazı bölümler şunlardır (17):

Eğer kişinin midesinde safradan kaynaklanan ağrısı olsa, çok susar, ağzı acı (kekre) olur.

(Blefarit) Tavuk yumurtasının akını, semiz otu yaprağı, gül yaprağı yağı. Bu ilaçları merhem yapıp üzerine koysa def olur.

Göz ağrısına yumurtanın sarısını alıp susam yağı ile karıştırıp pamuğun arasına alıp keten beziyle sarıp, gözün üstüne konsa ağrı def olur.

Eğer bir kişinin gözünde ters kirpik çıksa kesmek gerek.

Tabîlik kitabı (XVII. yüzyıl)

Bu eserde, yukarıda belirtilen tıbbi konular yanında kayıp eşyaların bulunması, hırsızların bulunması ve sivrisineklerin uzaklaştırılması gibi tıp dışı konulara da yer verilmiştir. Eserden bazı bölümler şunlardır (18):

Az konuşmak şu nedenle iyidir ki, çok konuşanın (söz söyleyenin) beyninde (zihninde) eksiklik olur, sevdaya (kara safraya) neden olur ve hızlı yaşlanır.

Derler ki; kimin karaciğeri güçlüyse yüzünün rengi kırmızıdır ve sağlıklı olur. Kimin karaciğeri zayıf olsa yüzü sararır. Kimin safra kesesi güçlüyse neşeli olur ki, kulak safra kesesinden, sırt (arka) karaciğerden, göz mideden, sakal penisten su içer (beslenir).

Kim yemeği iyi çiğnemedi yatsa midesi zayıflar, sindirimi yavaşlar, midesinde şişlik olur ve eklemeleri zayıflar.

Kişinin sesi kısıldığında bir miktar nişadır, kereviz suyunda eritilip gargara yapıldığında iyi olur, düzelir. Bu tedavi balgam için de yararlıdır.

Hekimlerin söylediğine göre, bir kadının rahminde hastalık varsa çocuk sahibi olamaz. Yele, safraya, ete, rahimde sıcaklık artışına, kana ya da büyüye bağlı hastalıklar rahimde yetersizliğe neden olur. Hastalığın nedeni yelse, erkeğiyle cinsel ilişkiye girdikten sonra kadının kulağı ağrır. Hastalığın nedeni safraysa, erkeğiyle cinsel ilişkiye girdikten sonra kadında terleme olur. Hastalığın nedeni etse, erkeğiyle cinsel ilişkiye girdikten sonra kadında yan ağrısı olur.

Hastalığın nedeni kurtsa, erkeğiyle cinsel ilişkiye girdikten sonra kadında baş ağrısı olur. Hastalığın nedeni kansa, erkeğiyle cinsel ilişkiye girdikten sonra kadının bedeninde ağrı olur ve bundan dolayı sarı su gelir. Hastalığın nedeni büyüyse, erkeğiyle cinsel ilişkiye girdikten sonra kadının kalbinde ağrı olur.

Tabîcılık (XX. yüzyıl)

Bu eserde de tıbbi bilgiler yanında, köpek ısırma- larında okunması gereken dua, hırsızlığa karşı alınması gereken önlemler gibi bölümler bulunur. Eserden bazı bölümler şunlardır (19):

Eğer kişinin ağzında her zaman tatlılık varsa, bu kan fazlalığını gösterir. Eğer kişinin ağzında acı ve tuzlu bir tat varsa, bu safra fazlalığını gösterir. Eğer kişinin ağzında ekşilik ve tatsız tuzsuz bir acılık varsa, bu balgam fazlalığını gösterir. Eğer kişinin başı ağrıyor, ağzı sulanıyor ise, bu kan fazlalığını gösterir.

Midede kuru-sıcak kaynaklı bir ağrı olduğunda, koyun sütü ile tarçın pişirilerek içilmelidir.

Maymun eti şekerle birlikte güneşte kurutulup yenirse, gönülde hiç gam kasavet kalmaz, balgam görülmez, mideye çok kuvvet verir.

Turp gündüz yenirse mide için yararlı olur, (midedeki) tüm balgamı temizleyerek mideyi çok kuvvetlendirir.

Deve safrası, Basra balı ile birlikte karıştırılıp içilirse tüm yeli uzaklaştırır.

Kulakta yel biriktiğinde kulağa keçinin idrarı damlatılırsa, yel ortadan kalkar.

Tıb-Nâme-i Türkî

Tabîbçılık ile aralarında büyük benzerlikler vardır. *Tabîbçılık*'ten biraz daha uzundur (20).

ORTA ASYA İLE ANADOLU ARASINDAKİ DİĞER ORTAK NOKTALAR SAĞLIKLI BESLENME

Binlerce yıl boyunca göçebe bir hayat tarzı sürdüren Türklerin başlıca gıda kaynakları et ile süt ve süt ürünleriydi. Yerleşik hayata geçtikten sonra ise beslenme tarzları değişti, hayvansal gıdaların yanında bitkisel gıdaları da tüketmeye başladılar.

Hem Karahanlı dönemi eserlerinde hem de Çağatay Türkçesi eserlerinde sağlıklı beslenmeye ilişkin çok sayıda öneri yer alır.

Karahanlı döneminin eserlerinden Kutadgu Bilig'de yeme-içme düzeni ve sağlıklı beslenmeye ilişkin çok sayıda bilgi bulunur. Bu bilgiler şu şekilde özetlenebilir (13):

Yeme miktarı az olmalıdır.

Yemekler hızlı değil yavaş pişirilmelidir.

Yemekler hızlı değil yavaş yenmelidir.

Uyumsuz bir beslenme düzeni hastalıklara neden olur.

Sindirilmemiş yiyecekler hastalıklara neden olur.

Yemek yerken nefesine hakim olmak gerekir.

Karın doyduğunda yemeye devam etmemek gerekir.

Çağatay Türkçesiyle yazılmış tıp eserlerindeki birçok hastalık reçetesinde, ilaçlardan sonra beslenme önerilerine yer verilir (17):

(Öksürük) *Gıdasına maş, badem sütü ile vermek gerek. Soğuk su, acı nesnelere perhiz etmek gerek.*

(Kuru öksürük) *Gıdasına civciv eti, mercimek, kişniş otu kaynatıp, ekşimiş süt ile, haşhaş başının suyunu (kabuğunu) karıştırıp içmeli.*

(Felç) *Gıdasına genç güvercin, nohut suyu, kimyon, safran. Bunları yemeli.*

(Mide ağrısı) *Gıda olarak tarçın (suyu) içmek gerek.*

Anadolu'da Sağlıklı Beslenme

Osmanlı tıbbında yiyecek ve içecekler yalnızca beslenme amacıyla tüketilmezdi, aynı zamanda ilaç olarak da görülürdü. Dolayısıyla hem koruyucu hekimlik için hem de tedavi edici hekimlik için yiyeceklerden ve içeceklerden yararlanılırdı. Bu konuda Osmanlı hekimlerinin en çok yararlandığı kaynaklar İbn-i Sina ve İbn-i Baytar'dı (21).

AKUPUNKTUR, MOKSA

Binlerce yıllık bir geçmişe sahip olan akupunktur, tedavi amacıyla vücuttaki belirli bölgelerin uyarılması yöntemidir. Uyarılma için en sık uygulanan teknik iğnelemedir, ancak bu noktalar ya da meridyenler dağlama, moksa, kan akıtma ve kupa çekme gibi tekniklerle de uyarılabilir. Zaten akupunktur ifade etmek için kullanılan 針灸 (zhenjiu) sözcüğünün ilk işareti akupunktur (zhen), ikinci işareti de moksibüsyon (jiu) anlamlarını taşır. İğnelemede çok küçük çaplı iğneler vücuda saplanarak belli bir süre bırakılırlar. Moksibüsyon ya da moksa olarak bilinen uygulamada, kurutulmuş pelinotu (*Artemisia vulgaris*) kullanılır. Kurutulup tütün gibi kıyılan bu yapraklar, cilt üzerine ya doğrudan ya da tuz, zencefil, sarımsak gibi nesnelere üzerinde konularak tutuşturulur. Cilt üzerine doğrudan uygulanan moksa, aslında bir tür dağlama yöntemidir. Çünkü günümüzde kullanılmayan moksa yöntemlerinden birisi skarlaştırıcı moksa'dır ve bunda ciltte skar oluşturulması amaçlanır. Başka bir yöntemde ise, sarılıp puro gibi kalın çubuklar haline getirilen moksa tomarları noktalar/meridyenler üzerinde yakılarak ısısından ve duman etkisinden yararlanılmaya çalışılır. Modern bilimsel araştırmalar, belirli endikasyonlarda etkili bir tedavi yöntemi olduğu bilinen akupunkturun ve moksibüsyonun olası etki mekanizmalarını ortaya koymuş durumdadır (22, 23).

Türk tıbbındaki, akupunkturla ilgili Türkçe yazılmış ilk belgeler Uygur tıp metinlerinde karşımıza çıkar. Turfan bölgesinde XX. yüzyılın başlarında bulunan bu metinler arasındaki üç adet çizimde, üç ayrı insan figürü bulunur. Bu figürlerdeki insan vücutlarının belirli yerleri noktalar şeklinde işaretlenmiş, yanlarına da açıklamalar yapılmıştır. Bu akupunktur/moksa reçetelerinde, hangi endikasyonda hangi noktaların seçilmesi gerektiğiyle ilgili bilgi bulunur. Bütünlüğü bozulduğu için metnin tümünün okunmadığı bu belgelerdeki bazı cümleler şunlardır (11): *Başta, dizde, göğüste, elde, inçkitte ... Yüreğin iki tsuun (cun) altında olan yerde, yana altında ... safra damarı bulunur.*

Yukarıdaki ilk cümlede ve ikinci cümlede girişinde, kullanılması gereken noktaların yerlerinin ifade edildiği anlaşılmaktadır. *Cun*, noktaların lokalizasyonu için kullanılan Çince bir ölçü birimidir ve başparmağın eni uzunluğundadır. Sondaki "safra damarı" ifadesi ile safra kesesi meridyeni/kanalı kast edilmektedir.

Eski Uygur Türkçesiyle yazılmış ve XIV. Yüzyıl öncesine tarihlenen bu belgeler bize, Eski Türklerin akupunktur bilip uyguladıklarını ve hatta bu konuda eserler vermiş olduğunu göstermektedir.

Anadolu'da Akupunktur-Moksa

Anadolu sahasında yazılmış tıp yazmalarının bir bölümünde, akupunktur ya da moksa/dağlama uygulamalarını akla getiren bazı ifadeler bulunmaktadır. Ancak bunlar arasında en değerlisi, *Cerrâhiyye-i İlhâniyye*'dir. Türk ve İslam tıbbının ilk renkli resimli tıp eğitimi kitabı olan *Cerrâhiyye-i İlhâniyye*'nin yazarı Sabuncuoğlu Şerefeddin'dir (1385- 1468?). Sabuncuoğlu, Amasya Darüşşifası'nda uzun süre hekimlik yapmıştır ve toplamda üç tıbbi eserin yazarıdır (24).

Cerrâhiyye-i İlhâniyye'nin büyük bölümü, X.-XI. yüzyıl Endülüslü Arap hekimi Zehravi'nin yazdığı et-Tasrif adlı eserin çevirisidir. Bu çevirinin üzerine Sabuncuoğlu hem başka kaynaklardan edindiği bilgileri hem de kendi deneyimlerini ekleyerek bu önemli eseri oluşturmuştur (24).

Arap harfleriyle Türkçe yazılmış olan *Cerrâhiyye-i İlhâniyye*; dağlamalar, cerrahi tedaviler ve kırık-çıkıklar olmak üzere üç bölümden oluşur. Eserin dağlamalar bölümünde yer alan dört maddedeki (diş ağrısı, hemoroid, dermatit ve dermatofitozis) bilgiler, Sabuncuoğlu'nun akupunkturla ilgili teorik ve pratik bilgilere sahip olduğunun göstergesi olarak kabul edilebilir. Sabuncuoğlu diş ağrısında çapraz taraftaki LI 4 noktasını, hemoroidde göbek üzerindeki CV 8 (Ren 8) noktasını, dermatitte bilateral PC 6 noktasını ve dermatofitoziste PC 6 ve SP 6 noktalarını tarif etmektedir. *Cerrâhiyye-i İlhâniyye*'de aktarılan tüm bu bilgiler klasik akupunktur bilgileriyle uyumlu noktalar ve endikasyonlardır (24).

Bizim görüşümüze göre, Şerefeddin Sabuncuoğlu'nun bu bilgiye sahip olmasını açıklayabilecek iki olasılık vardır. Sabuncuoğlu ya Türklerin Orta Asya'dan göçlerle gelirken beraberlerinde getirdikleri tıbbi bilgiler nedeniyle akupunktur bilmekteydi, ya da Anadolu'daki Tansukname-i İlhan ya da benzeri bir eserden bu bilgileri edinmişti. İran Moğolları olarak da bilinen İlhanlı Devleti'nde uzun süre vezirlik

yapmış olan hekim Reşidüddin Fazlallah'ın yazdığı Tansukname-i İlhan, Asya tıbbını İran, Azerbaycan ve Anadolu topraklarına aktaran bir eserdir (25).

Akupunktur-moksa Türk halk hekimliğinde de uygulanan bir yöntemdir. Anadolu'nun bazı yörelerinde ocaklıların çeşitli rahatsızlıklarda iğneleme, kesme, çizme yaptığı bilinmektedir (26).

HAMAM

Çağatay Türkçesi ile yazılmış tıp eserlerinden birindeki bir bölüm, hamam konusuna ayrılmıştır. Bu bölümde Galenos'a atfedilen bir bilgiye göre, hamamda çok uzun süre oturup baştan aşağı sıcak su dökmenin gözlere zararı olduğu, şehveti azalttığı ve vücudu zayıflattığı belirtilir. Ayrıca vücudu güçlendiren dört şey olduğu, bunlardan birisinin de ılıman (mutedil) bir hamama girmek olduğu ifade edilir (18). Bir başka Çağatayca eserde de uyuzlu hastaların hamama gitmesi gerektiği ifade edilir (17).

Anadolu'da Hamam

Hamamın Anadolu kültüründe ayrı bir yeri vardır. Anadolu'ya zengin bir miras bırakmış olan Roma kültüründe de banyoların ve havuzların bulunduğu ve insanların buralarda yıkanarak biliniyor, ancak bunlar, Türklerin hamam kültüründen farklıdır. Roma hamamları ile Türk hamamları arasındaki en büyük fark, temiz olmadığı gerekçesiyle Türklerin durgun suda yıkanmaktan uzak durmaları ve hamamlardaki kurnaların başına geçerek, akan su ile yıkanmayı adet haline getirmiş olmalarıdır (27).

Anadolu sahasında yazılmış tıbbi eserlerin birçoğunda hamam konusuna ayrı bir başlık ayrılmıştır. Hatta konusu yalnızca hamam olan eserler de vardır. Örneğin, XVI. yüzyılda yaşamış Antakyalı bir hekim olan Davud bin Ömer el-Antaki, hamamları ve yıkanmanın insan sağlığı üzerindeki etkilerini anlatan bir eser kaleme almıştır. Eserin içinde; hamamın mimari özellikleri, yapımında kullanılan malzemeler, anasırı erbaa ile uyumlu olarak hamamın suyunun, ateşinin, toprağının ve havasının nasıl olması gerektiği, hamamın insan sağlığı üzerindeki yararları ve zararları, hamama girerken, yıkanırken ve çıkarken nasıl davranılması gerektiği, kimlerin hangi dönemlerde hamama girmemesi gerektiği, soğuk suyla yıkanmanın yararları ve zararları ile hamamda kullanılması ve kullanılmaması önerilen ilaçlar konusunda bilgiler bulunur (28).

Bu tür bilgiler, Osmanlı döneminde yazılmış diğer tıp eserlerinde de yer alır. Buna göre hamamların içi ferah ve geniş olmalı, suyu ise tatlı ve mu'tedil olmalıdır (27). Yine, uyuzlu hastaların hamama gitmesi gerektiğine dair öneri de Osmanlı dönemi tıp eserlerinde yinelenmektedir (27).

MESİR MACUNU

Çağlar boyunca birçok toplumda farklı isimler altında kullanılmış olan mesir macunu, aslında Anadolu topraklarının tıp tarihine armağan ettiği değerlerden bir tanesidir. Adını, Karadeniz'in kuzeyindeki Pontus Krallığı'nın hükümdarı Mithridates VI'dan (MÖ 134-63) alan mesir macunu, yüzyıllar boyunca birçok hekimin ilgisini çekmiş ve kendisine çok farklı durumlarda kullanım alanı bulmuştur (29).

Deneysel toksikolojinin öncüsü kabul edilen Mithridates, neredeyse tüm yaşamını her tür zehire karşı etkili olabilecek bir karışım hazırlama çabası içinde geçiren bir kişidir. Çünkü Mithridates'in babası düşmanlarınca zehirlenmiş, bu ölümün ardından tahta çıktıktan sonra da birkaç kez annesi tarafından zehirlenme girişimine maruz kalmıştır. Kaynaklar, kendisinin de krallığı döneminde rakiplerini zehirleyerek alt etme yoluna gittiğini kaydediyor. Çocukluk çağlarından itibaren toksinlere ve antidotlara meraklı olan Mithridates'in dedesi de her derde deva olacak bir ilacın peşindeydi (29).

Her türlü zehre karşı etkisi olan bir karışımı oluşturmaya çalışan Mithridates'in yararlandığı kaynaklardan birisi zengin kütüphanesi iken diğeri de yaşadığı coğrafyaydı. Çünkü Karadeniz hem faydalı hem de zehirli bitkiler ve hayvanlar açısından zengin bir ortamdır ve bölgedeki zehirli yılanların, zehirli balıkların ve zehirli balın varlığı antik dönemlerden itibaren biliniyor.

İçeceklerini, içindeki zehirle temas edince rengi değişen kaplarda içen, komutanlarına ve akrabalarına yüzüklerde ve kolyelerde muhafaza edilebilen zehirler dağıtan Mithridates, bu karışımı oluşturmadan önce yüzlerce farklı toksin ve antidotla denemeler yapmıştı (29).

Mithridates'in hazırladığı karışımın içinde hem yararlı maddeler hem de toksik maddeler bulunmaktaydı. Kendi oluşturduğu bu karışımı düzenli bir şekilde kullanmış olan Mithridates, ortalama yaşam süresinin 45 olduğu bir dönemde 70'li yaşlarına kadar sağlıklı bir şekilde yaşamıştır. Bu karışımın immün sistemi güçlendirdiği, her gün düşük dozda alınan toksik maddelerin de belli toksinlere karşı ko-

ruyucu etki gösterdiği kabul ediliyor. Mithridates'in karışımının özgün formülü tam olarak bilinmemekle birlikte içinde tarçın, bal, misk, sarımsak, zencefil, havuç, anason, afyon, fındık, incir, maydanoz, akasya ve safran gibi maddelerin olduğu düşünüyor (29).

Zaman içinde Mithridates'in özgün formülünde birçok değişiklik yapılmış, içine eklenen ve çıkarılan maddeler olmuş, hatta bazı formüllerin içeriğindeki madde sayısı 200'e yaklaşmıştır. Hazırlanan bu macunların içinde bitkisel ürünler, hayvansal ürünler ve mineraller yer almaktaydı.

Yüzyıllar boyunca farklı kültürlerde kullanılan bu karışım, birçok hekime de esin kaynağı olmuştur. Ünlü Romalı hekimler Celcius ve Galen de Mithridatium macunları hazırlamışlardır.

Mithridates macununun, başta Sabuncuoğlu Şerefeddin olmak üzere çok sayıda Osmanlı hekiminin eserlerinde de yer aldığı görülür (24). Bu eserlerde bu macunun adı, farklı şekillerde yazılmıştır: Mithridates, misridates, misridius, misrûditû, misrititûs, misir ve mesir vb.

Mesir macununun Osmanlı sarayında da yapıldığı biliniyor. Macun, saraya ait Helvahane Defteri'nde, "macun-i Mesrutitus (Antidotum Mitkridaticum)" adıyla geçer ve içinde 68 farklı madde bulunur (30).

Orta Asya'da Mithridates Macunu

Mesir macunu yalnızca Anadolu'ya ve Avrupa'ya yayılmakla kalmamış, Orta Asya'ya kadar da uzanmıştır. Karahanlılar döneminde 1069 yılında Yusuf Has Hacib tarafından yazılmış olan Kutadgu Bilig, bu açıdan önemli bir kaynaktır. Kutadgu Bilig'in 1064. beyitin de geçen "matridus" sözcüğü, aynı kökten gelen ve bu macunu ifade etmek için kullanılan bir sözcüktür (13).

Kerek kat şelişe, kerek tiryâk et, kerek matridus kat, ya çurnı ögit

Kerek tut otaçı, kerek erse kam, ölüglıke hergiz asığ kılmaz em

(İster selise kat, ister tiryak yap; ister matridus karıştır, ister müşhil ver.

(İster tabip getir, ister kam; ölmekte olana hiçbir ilaç fayda vermez.)

Mithridates macununun Orta Asya'ya nasıl ve ne zaman gittiği tam olarak bilinmiyor. Ancak eserde yer alan bazı tıbbi bilgilerin İbn-i Sina'dan alınmış olduğu iddiası, dikkate değer bir görüş olarak kabul

edilebilir. Çünkü İbn-i Sina'nın (980-1037) *El-Kanun fi't-Tıbb* adlı eserinde Mithridates macunundan söz edilip ayrıntılı bilgi veriliyor (31):

el-Masruditus- Masruditus denen seçkin bir hekim tarafından yapılmış bir macundur. O özellikle zehirlere ve çeşitli ortak hastalıklara karşı kullanıldı. Böylece o dönemde kullanılan tek antidot idi. Andromachus engerek yılanı etinin yararlı olduğunu öğrenince, ona engerek yılanı haplarını da ilave etti. O ilacın terkiibindeki bazı drogları azalttı ve bazı başka yeni droglar ilave ederek formülü biraz değiştirdi. Böylece o özellikle de yılan ısırmasına yararlı olan el-tiryakü'l-kebir olarak adlandırıldı. Başka olaylarda da masruditus macunu, el-tiryakü'l-kebirden daha az etkili değildi, fakat bazı durumlarda o el-kebirden daha faydalıdır.

İbn-i Sina'nın reçetesi safran, sarımsabır, zencefil, tarçın, karanfil, lavanta, çörekotu ve anason gibi elliye yakın madde içermektedir.

Ancak Kutadgu Bilig'de bu sözcük yalnızca bir defa geçtiği için, ayrıca ne macunun içeriğinden ne de kullanım endikasyonlarından söz edilmemiş olduğu için, macun hakkında daha fazla fikir yürütmek mümkün olmamaktadır.

KUPA ÇEKME, KAN AKITMA, HACAMAT

Humoral patoloji teorisine göre hastalıkları tedavi etmenin ya da sağlıklı bir yaşam sürmenin yollarından birisi de vücuttaki zararlı maddelerin dışarı atılmasıdır (evacuation). Bunun için uygulanan başlıca yöntemler kan akıtma, terletme, müshil kullanma ve lavmandır. Kan akıtma uygulaması üç yolla yapılır; hacamat (bardak çekme, cupping therapy), kan alma (fasd, phlebotomy) ve sülük tedavisi (leeching). Türkiye'de kupa çekme, bardak çekme ya da şişe çekme olarak bilinen yöntem de, yaş kupa ve kuru kupa olarak ikiye ayrılır. Uygulamanın asıl amacı, oluşturulan vakum etkisiyle kan dolaşımını artırmaktır. Kupa çekme için cam, metal, ahşap kupalar ya da boynuzlar kullanılır. Yaş kupada ilave olarak, cilt üzerine çizikler atılarak kanatma yapılır ve "zararlı" kanın vücuttan atılması amaçlanır. Günümüzde yalnızca yaş kupayı tanımlamak için kullanılan hacamat, Arapçadaki "hacm" yani emme, vakumlama sözcüğünden kaynaklanır (32).

Kupa çekme dünyanın en eski tedavi yöntemlerinden birisidir. Araştırmalar bu yöntemin Orta Asya, Güney Amerika, Afrika, Mezopotamya ve Mısır gibi bölgelerde binlerce yıldır kullanıldığını ortaya koymaktadır. Hipokrat, Celsus ve Galen gibi Eski Yunan

ve Roma hekimlerinin eserlerinde yöntemin yararları anlatılır (33).

Güncel araştırmalar kupa çekmenin esas olarak lokal kan akımını artırdığını, bunun ardından da mikrosirkülasyonun düzeldiğini, kapiller endotel hücre tamirinin arttığını ve bölgesel anjiyogenezisin hızlandığını göstermektedir (34).

Hem Uygur tıp metinlerinde hem de Çağatayca tıp eserlerinde bu yöntem, önerilen tedavi uygulamaları arasında yer alır:

Eğer idrar bozukluğu ilerlerse kan almalı. Kan alınmasına rağmen idrar yapamaz ve irinlenirse keskin bir bıçakla yarılmalı (11).

Metinlerde ayrıca, kan alınacak damarların isimleri ve lokalizasyonları ile işlem sırasında dikkat edilmesi gereken hususlar da açıklanmıştır.

Eğer kişinin söçesi ağrırsa, eğer kandan ağrırsa onun işareti, ağrıyan yeri sıcak ve kızıl olur ve gözlerinin akı kızıl olur(kanlanır). Safan damarından kan almak gerek. Safan damarı diye bütün aşık kemiğinin üstündeki kalın damara denir ve bazı insanların aşık kemiğinin yanında olur. Heftend-am, nehru'l-beden, baselik, ekmel, kifal, habze'z-zira', aslim bu yedi çeşit damar insanın kolunda olur. Baselik adlı damarı ekmel-i nehru'l-beden diye bu üç kısma ad ile adlanmıştır. Bu damar hefte endam denilen damar ile kifal'ın arasında atarak durur. Altında şeriyen (şiryan atar) damarı vardır. Eğer kişinin vücudu kızıp (ateslenip) fazla kan hücumundan dolayı hasta olsa, bu damardan kan alınacak olsa neşteri damarın yanından saplamak gerek. Eğer düz saplayıp neşterin ucu atardamara girse, cerahat olur, ağrı yapar. Eğer atardamardan kan çıkacak olsa durmaz. Çünkü atardamarın kanı akıcıdır, ilaç ile durdurulamaz. Tehlikeli olur (16).

Anadolu'da Kupa Çekme ve Hacamat

Yukarıda adı geçen Çağatay Türkçesi eserlerinde scrofula (tüberküloz lenfadeniti), siyatik ağrısı, öksürük ve yüksek ateş gibi durumlarda, bir tedavi yöntemi olarak kupa çekme ve hacamat da önerilmiştir. Yöntemin Çağatay Türkçesindeki karşılığı "hacamat kılmak" ya da "hacamat etmek"tir (17, 18).

Kupa çekme uygulamaları (yaş-kuru ya da kanlı-kansız), Osmanlı tıbbının en önemli tedavi yöntemlerinden birisidir. Hem Osmanlı dönemi tıp yazmalarında hem de yabancı gözlemcilerin yazdığı seyahatnamelerde bu konuda çok sayıda örnek bulunur (35).

Kupa çekme, Türk halk hekimliğinde de yaygın olarak başvurulan bir yöntemdir. Anadolu'nun hemen her yöresinde rastlanan bu uygulamayı yalnızca ocaklılar değil, ocaklı olmayan kişiler de uygularlar. Bu uygulama için kupa vurma, kupa çekme, bardak çekme, bardak vurma, şişe vurma, şişe çekme, çömlek tutma, küp atma, kavanoz tutma, boynuz çekme ve vantuz çekme gibi farklı adlandırmalar yapılmaktadır. Anadolu'da kupanın kullanıldığı endikasyonlar arasında, Çağatay dönemi eserlerinde belirtildiği gibi öksürük, yüksek ateş, bel ağrısı ve romatizma da bulunur (26).

TIBBİ UYGULAMA HATASINDAN (MALPRAKTİS) KAÇINMA

Güncel biyoetikteki dört temel ilke hasta özerkliğine saygı, hastaya yararlı olma, hastaya zarar vermeme ile adil ve hakkaniyetli davranmadır (36). Bu kapsamda hem Orta Asya Türk tıbbında hem de Anadolu sahasında yazılmış tıbbi eserler incelendiğinde, benzer etik ilkelerin gözetilmiş olduğu söylenebilir.

Çağatay Türkçesi eserlerinde tıbbi uygulama hatalarından nasıl kaçınılması gerektiğiyle ilgili bazı ifadeler bulunur (17):

Eğer kişinin vücudu kızıp (ateşlenip) fazla kan hücumundan dolayı hasta olsa, bu damardan kan alınacak olsa neşteri damarın yanından saplamak gerek. Eğer düz saplayıp neşterin ucu atardamara girse, cerahat olur, ağrı yapar. Eğer atardamardan kan çıkacak olsa durmaz. Çünkü atardamarın kanı akıcıdır, ilaç ile durdurulamaz. Tehlikeli olur.

Uygur tıp metinlerinde ise tanı ve tedavi aşamalarında hastaya zarar vermektan kaçınarak yarar sağlayabilmeleri için, hekimlerin tüm bilgilerini dikkatli bir şekilde kullanmaları öğütlenir (11):

Otacı bakışlar bütün bu yaralara (dikkatlice) görüp, inceleyip, bilgilerini kullanıp ilaç vermelidir.

Anadolu'da Malpraktisten Kaçınma

Osmanlı döneminde uygulanan biyoetik ilkelerle ilgili çok sayıda örnek vardır. Edirne'deki Sultan II. Bayezid Darüşşifa'sındaki cerrahların uyması beklenen en önemli üç kuralın zarar vermeme, ihmalden kaçınma ve dakiklik olduğu belirtilmektedir (37). İbn-i Şerif'e göre hekim "hastaya verilecek şerbetlere, ilaçlara ve ona bakacak olanlara ihtiyat etmeli ... eğer verdiği ilaç hatalı ise o yoldan çabucak dönmeli" idi. Abbas Vesim ise hekimin özen yükümlülüğüne vur-

gu yaparak "Her hastaya ihtimamı, kendi hakkında olan ihtimamı gibi ola. Zira ihtimam bulunmadığı surette hastanın ölümüne sebep olmak muhtemeldir" der (38).

İçeriğinde hastaya zarar vermeme ilkesiyle ilgili ifadeler barındıran en bilinen Osmanlı tıp eseri *Cerrâhiyye-i İlhâniyye*'dir. Amasyalı hekim Sabuncuoğlu Şerefeddin tarafından 1465 yılında yazılmış olan eserde, tıpkı Orta Asya Türkçe metinlerde olduğu gibi hastaya zarar vermeme konusunun ön planda tutulduğu görülür (24). *Cerrâhiyye-i İlhâniyye*'de göz hastalıklarında dağlama konusu anlatılırken arterlerin (şerayin) ve venlerin (veride) cilt altında bulunduğundan söz edilerek bunların kanatılması riskine dikkat çekilir ve kanama oluşmaması için elle basılması önerilir: "elini teenniyle basasın, ta kim boşanmaya". Cümlenin devamında, aynı rahatsızlık için ensede iki yere daha dağlama yapılabileceği belirtilir ve bir başka tehlikeden daha söz edilerek "amma sinire degürmeyesin" denir. Plörezi karşılığı kullanılan "şavsı marazı" anlatılırken 5. kosta ile 6. kosta arasına dağlama yapılması gerektiği, ancak bu noktayı dağlamanın tehlikeli olabileceği belirtilir ve işlemin olası zararı için "alil (hasta) o saat ölür" ifadesi kullanılır (24).

MÜZİKOTERAPİ

Müzikoterapi, Türklerin Orta Asya dönemlerinden itibaren iyi bildikleri ve hastalıkların tedavisinde kullandıkları uygulamalar arasındadır. Eski Türklerde baksı ve kam adı verilen kişiler, kötü ruhları uzaklaştırırlar, iyi ruhları çağırırlar, fal bakarlar ve sihir yaparlardı. Bu kişilerin bir diğer önemli görevi ise hastaları tedavi etmektir. Tedaviye yönelik uygulamalarını müzik ve dans eşliğinde gerçekleştiren baksılar ve kamlar, müzik yapmak için kopuz çalarlar, tedavi ayinlerini ise vecd hali (trans) ile bitirirlerdi. Müzik araştırmacıları Eski Türklerin tedavi seanslarında çalınan bu müziklerin pentatonik (beşli) müzik formunda olduğunu belirtirler (39).

Türklerin Selçuklu ve Osmanlı döneminde kurdukları sağlık kurumlarında da, hastaların tedavisinde müzikten yararlandığı biliniyor. Osmanlı dönemindeki müzikoterapi uygulamaları için en önemli kaynaklardan birisi Evliya Çelebi'nin seyahatnamesidir. Evliya Çelebi'nin verdiği bilgilere göre İmparatorluğun İstanbul, Edirne ve Şam gibi farklı kentlerindeki darüşşifalarda müzik, hasta tedavisi için etkin bir şekilde kullanılmaktadır. Bu sağlık kurumlarına hanendeler ve sazandeler tahsis edilmiş, hastalara müzik dinletilerek tedavilerine katkı sağ-

lanmaya çalışılmıştır. Evliya Çelebi darüşşifalardaki müzik tedavisiyle ilgili şu bilgileri verir (40):

(Fatih Darüşşifası) *Hastalara ve divanelere, hastalığı def etmek için mutriban, hanendegan tayin olunmuştur.*

(Edirne Darüşşifası) *Bayezid Han hastalara deva, dertlilere şifa, divanelerin ruhuna gıda olması ve sevdâyı def etmesi için on adet hanende ve sazendelerden Gulam Şadi gibi üç hanende, bir neyzen, bir kemani, bir musikari, bir santuri, bir çengi ve santuri ve bir udi tayin etmişti ki, haftada üç kere gelip bu on adet hanende ve sazende üstadları hastalara ve deli biraderlere fasıl çalarlar.*

(Şam Nureddin Darüşşifası) *Deli biraderlere ve iyileşmesi mümkün olanların üzüntülerinin giderilmesi için üç vakitte güzel sesli hanende ve zühreye denk sazende gelip fasıl ettikçe deli biraderlemizin kimisi susar, bazıları savaş eder.*

SONUÇ

Türk tıbbının binlerce yıl öncesine dayanan köklü ve zengin bir geçmişi vardır. Bu zengin geçmişle ilgili birikimin çok büyük çoğunluğu Anadolu topraklarındaki yazılmış belgelere dayanır. Ancak bilindiği gibi, sayıca az olsalar da Orta Asya Türk tıbbıyla ilgili çok değerli bilgi ve belgeler de bulunmaktadır. Bu açıdan Orta Asya Türk tıbbına ait belgelerin gün yüzüne çıkarılıp değerlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Bu sayede, tıp alanında Orta Asya ile Anadolu arasındaki bağın daha güçlü bir şekilde kurulması sağlanabilir ve Türk tıbbındaki devamlılık ortaya konulmuş olabilir.

Çıkar Çatışması: Yoktur.

Finansal Destek: Yoktur.

KAYNAKLAR

1. http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_bts&arama=kelime&guid=TDK.GTS.586a85bf0455d3.23706161 (Erişim Tarihi: 11.09.2021)
2. Acıpayamlı O. Türkiye folklorunda halk hekimliği ve özellikleri. DTCF Dergisi, 1968; 26 (1-2): 1-9.
3. Acar HV. Türk halk hekimliğindeki ocak çeşitleri. Lokman Hekim Dergisi, 2017; 7 (2): 54-72.
4. İnan A. Tarihte ve Bugün Şamanizm. Materyaller ve Araştırmalar. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1986.
5. Şeşen R. İslam Coğrafyacılarına Göre Türkler ve Türk Ülkeleri. Ankara: Türk Tarih Kurumu, 2001.
6. İnan A. Müslüman Türklerde Şamanizm Kalıntıları. Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 1952; 1 (4): 19-30.
7. Boratav PN. 100 Soruda Türk Folkloru. İstanbul: Gerçek Yayınevi, 1994.
8. Yaylagül Ö. Anadolu'da yaşayan halk hekimliği uygulamalarının eski ve orta Türkçe tıp metinlerindeki temelleri. Milli Folklor, 2014; 26 (103): 48-58.
9. Acıpayamlı O. Türkiye Folklorunda Halk Hekimliğinin Morfolojik ve Fonksiyonel Yönden İncelenmesi. Halk Hekimliği Sempozyumu Bildirileri. Kasım 23-25, 1988, Ankara-Türkiye. Ankara: Kültür Bakanlığı Milli Folklor Araştırma Dairesi Yayınları, 1989.
10. Turfan Studies. Berlin-Brandenburg Academy of Sciences and Humanities, 2007. http://turfan.bbaw.de/bilder/Turfan_engl_07.pdf (Erişim tarihi: 15.08.2021)
11. Gürgan M. Orta Asya'daki Eski Türk tıbbının başlangıçtan 14. yüzyıla kadarki döneme ait bilinen Türkçe tıp metinlerinde, tıp tarihi açısından değerlendirilmesi. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2010.
12. Terzioğlu A. Yeni kaynaklar ışığında Karahanlı hastane ve tıp tarihine bir bakış. Uluslararası Osmanlı Öncesi Türk Kültürü Kongresi Bildirileri. Eylül, 4-7, Ankara-Türkiye. Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Atatürk Kültür Merkezi, 1989.
13. Hacıb YH. Kutadgu Bilig II: Tercüme. Trans, Arat RR. Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları, 1959.
14. Acar HV, Sarıtaş E, Örnek Büken N. Humoral pathology theory in the Kutadgu Bilig (Wisdom of Royal Glory): A Karakhanid Turkic work from the 11th century. Erciyes Med J, 2019; 41 (4): 462-6.
15. Atalay B. Divanü Lügati't-Türk. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi, 1985.
16. Ercilasun AB. Başlangıçtan Yirminci Yüzyıla Türk Dili Tarihi. Ankara: Akçağ Yayınları, 2004.
17. Gürgüz A. İbn-i Kutluk Molla Toh Niyaz Ahond-ning tıbb kitabı. Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2005.

18. Karoly L. A Turkic Medical Treatise from Islamic Central Asia. A Critical Edition of a Seventeenth-Century Chagatai Work by Subhān Quli Khan. Leiden: Brill, 2015.
19. Uysal İN. XX. Yüzyıl Başlarında Çağatay Türkçesiyle Yazılmış Bir Tıp Metni Tabibçılık. İstanbul: Kesit Yayınları, 2020.
20. Baydan B. Tıbname-i Türki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi, 1992.
21. Sarı N. Osmanlı Tıbbında Besinlerle Tedavi ve Sağlıklı Yaşam. In: Bilgin A, Samancı Ö, eds. Türk Mutfağı. Ankara: Kültür ve Turizm Bakanlığı, 2008: 137-51.
22. Zhang RX, Lao LX, Ren K, Berman BM. Mechanisms of acupuncture–electroacupuncture on persistent pain. *Anesthesiology*, 2014; 120 (2): 482-503.
23. Deng HY, Shen XY. The mechanism of moxibustion: Ancient theory and modern research. *Evid Based Complement Alternat Med*, 2013; 2013: 379291.
24. Uzel İ. Cerrahiyet'ül Haniyye. 1st ed. Ankara: Türk Tarih Kurumu Yayınları, 1992.
25. Acar HV. Acupuncture points in the book of Şerefeddin Sabuncuoğlu, a 15th century Turkish physician. *Acup in Med*, 2015; 33 (1): 72–6.
26. Acar HV. Türk halk hekimliğinde akupunktur ve bağlantılı teknikler. *Lokman Hekim Derg*, 2016; 6 (1): 10-8.
27. Sarı HN. Türkçe tıp yazmalarına göre hamam ve sağlığa etkisi. In: Sarı N, Yavuz J, Özen G, eds. Minyatür ve Beze-me Sanatıyla Türk Hamamı. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri, 2014: 77-85.
28. Kadioğlu FG, Nazik S, Kadioğlu NS. Antakyalı Bilge Hekimin Hamam Kitabı. Davud bin Ömer el-Antâkî ve et-Tuhfe el Bekriyye fi Ahkâm el-İstihmâm el-Küllîyye ve'l-Cüz'îyye. Antakya: Hatay Büyükşehir Belediyesi Yayınları, 2018.
29. Mayor A. Mithridates of Pontus and his universal antidote. In: Wexler P, ed. History of Toxicology and Environmental Health, Vol. I. Toxicology in Antiquity. Amsterdam: Academic Press, 2014: 21-34.
30. Terzioğlu A. Helvahane Defteri ve Topkapı Sarayı'nda Eczacılık. İstanbul: Arkeoloji ve Sanat Yayınları, 1992.
31. İbn-i Sînâ. El-Kânûn Fî't-Tıbb, Beşinci Kitap (Çev. Esin Kâhya). Ankara: Atatürk Kültür Merkezi, 2010.
32. Yıldırım B. Hz. Peygamber döneminde hacamat kültürü. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2019.
33. Bell T. A brief history of bloodletting. *J Lancaster Gen Hosp*, 2016; 11 (4): 119-23.
34. Mehta P, Dhapte V. Cupping therapy: A prudent remedy for a plethora of medical ailments. *J Tradit Complement Med*, 2015; 5 (3): 127-34.
35. Shefer-Mossensohn M. Ottoman Medicine: Healing and Medical Institutions, 1500-1700. Albany: State University of New York, 2009.
36. Beauchamp TL, Childress JF. Principles of Biomedical Ethics. New York: Oxford University Press, 2013.
37. Sarı N. Ethical aspects of Ottoman surgical practice. *Türkiye Klinikleri J Med Ethics*, 2000; 8 (1): 9-14.
38. Sarı N. Osmanlılarda Tıp Ahlakı. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Yayınları, 2015.
39. Güvenç RO. Eski Türklerde müzik ile tedavi. In: Güzel HC, Çiçek K, Koca S, eds. Türkler Ansiklopedisi, Cilt 3. Ankara: Yeni Türkiye Yayınları 2002: 460-467.(Erişim tarihi: 13.08.2021) <https://archive.org/details/TurklerAnsiklopedisi/Turkler-Cilt03/page/n829/mode/2up>
40. Evliyâ Çelebi. Günümüz Türkçesiyle Evliyâ Çelebi Seyahatnamesi. Haz. Kurşun Z, Kahraman SA, Dağlı Y. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları, 2013