

MELISSA OFFICINALIS (OĞUL OTU)'İN GELENEKSEL KULLANIMI
TRADITIONAL USAGE OF MELISSA OFFICINALIS

Gamze BAŞKAL¹, Esra KÖNGÜL¹, Gökçe Şeker KARATOPRAK^{1*}

¹Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Farmakognozi Anabilim Dalı, Kayseri

ÖZ

İlk çağlardan itibaren insanlar beslenmek ve sağlık sorunlarını gidermek amacıyla bitkilere başvurmuşlardır. Mitolojide de bitkiler tanrıların insana verdiği en değerli armağan olarak ele alınmıştır. Mitolojiden günümüze uzun bir hikayesi olan *Melissa officinalis* (Oğulotu, Melissa) bir Akdeniz bitkisi olup, yurdumuzda da yetiştirilen çok yıllık otsu bir türdür. Dioscorides, İbn-i Sina, Paracelsus ve John Evelyn tarafından çeşitli hastalıkların tedavisinde bitkisel ilaç olarak kullanılmıştır. Günümüzde ise özellikle yatıştırıcı, mideyi, gaz söktürücü, terletici ve antiseptik etkilerinden dolayı kullanımı bulunmaktadır.

Anahtar kelimeler: *Melissa officinalis*, geleneksel kullanım, oğulotu

GİRİŞ

Ballıbabagiller olarak da bilinen Lamiaceae familyası bitkileri, Kuzey Yarımküre'de ve özellikle Akdeniz bölgesinde yayılış gösteren bir, iki ve çok yıllık otsu bitkiler veya çalılardır (1). Lamiaceae familyası, yaklaşık olarak 200 cins ve 3200 türü içeren, dünyanın kutup bölgelerine yakın kısımları hariç tüm karasal ekosistemlerde bulunan kozmopolit yayılış gösteren bir familyadır (2). Lamiaceae familyası üyelerinden çok yıllık bir bitki olan oğulotu (*Melissa officinalis* L.)'nin yabani formları tüm Akdeniz ülkeleri ve Güney Alpler'de yayılış göstermekte, Türkiye'de de kıyı kesimlerde görülmektedir (3,4). *Melissa officinalis* türüne ait üç alt tür bulunmaktadır (subsp. *Inodora* Bornm., subsp. *Altissima* Arcangeli, subsp. *officinalis*) ve bunlardan sadece subsp. *officinalis* limon kokulu olup tedavi ve diğer amaçlarla kullanılmaktadır. Diğer iki alt tür kokusuz veya kötü kokulu olduklarından tedavi alanında kullanılmamaktadır (3,4). *Melissa officinalis*'in tıbbi kullanımı 2000 yıl öncesine dayanmaktadır. Bitkinin Latince adı *Melissa*, "arı yaprağı" anlamına gelmektedir. Ayrıca ismin kökeni "mel" in Latince karşılığı "bal" dır ve bitki nektarın zengin olduğu için genellikle arıları beslemek için kullanılmıştır (5). Yunan mitolojisinde ise Melissa isimli melek, balı keşfetmiş ve bebek Zeus'u beslemiştir. Arılara da dönüşebilirdi-

Makale Geliş Tarihi : 21.03.2017
Makale Kabul Tarihi: 15.11.2017

ABSTRACT

From the early ages people have resorted to the plants to get nutrition and solve health problems. In mythology, plants are considered to be the most valuable gift that gods have given to human. *Melissa officinalis* (balm, melisa) which has a long-time story of in mythology, is a mediterranean herb and is a perennial herbaceous species that grows in our country. It has been used by Dioscorides, Avicenna, Paracelsus and John Evelyn as herbal medicines in the treatment of various diseases. Today, it is used especially because of sedative, gastric, antitussive, diaphoretic and antiseptic effects.

Keywords: *Melissa officinalis*, traditional usage, lemonbalm

ği belirtilen bu meleklerin balla besledikleri Zeus güçlenmiş ve Tanrıların kralı olmuştur. Cinsin adı olan *Melissa*, Yunanca "balarısı" anlamına da gelmektedir (6). Farmakognozinin babası Dioscorides (MS 40 - 90), *Materia Medica* adlı eserinde bitkinin yapraklarından elde edilen dekoksyonu akrep ve örümcek sokmalarında veya köpek ısırıklarında etkili olduğunu belirtmiş ayrıca, banyo şeklinde menstrüel akışın düzenlenmesinde, gargara halinde diş ağrısı tedavisinde, supozituar veya enema şeklinde ise dizanteri tedavisinde kullanılabileceğini belirtmiştir. Yapraklarından hazırlanan dekoksyonunun potasyum nitratla birlikte mantar zehirlenmelerinde ve şiddetli karın ağrılarında, şurup şeklinde kullanıldığında ise nefes darlığında, tuzla birlikte uygulandığında sıracı ve ülser tedavilerinde kullanıldığı *Materia Medica*'da kayıtlıdır (7). Orta Çağ modern biliminin kurucusu, hekimlerin önderi olarak bilinen, tıp alanında yedi asır boyunca temel kaynak eser olarak kullanılan El-Kanun Fi't-Tıbb adlı eserin yazarı İbn-i Sina (980-1037), eserinde *M. officinalis* bitkisinin bütün balgam cinsi hastalıklar ve sevdavi hastalıkların tedavisinde etkili olduğunu kaydetmiştir. Ayrıca

Corresponding Author: Yrd.Doç.Dr. Gökçe Şeker KARATOPRAK, Erciyes Üniversitesi, Eczacılık Fakültesi, Farmakognozi Anabilim Dalı, Kayseri 38039
Tel: 0352 4380486
Fax: 0352 4379169
e-mail: gskaratoprak@erciyes.edu.tr

beyindeki tıkanıklığı ve nefes darlığını giderdiği, kalbi ferahlattığı ve ağız kokusuna olumlu etki ettiği eserde kayıtlı bilgiler arasındadır (8).

Yedinci yüzyılda Fas'taki kullanımının İspanya'ya tanıtılmasıyla hem kullanımı hem de kültüre alınması Avrupa'ya yayılmıştır. Tıbbi olarak kullanılmasında Paracelsus'un (1493-1541) bitki hakkında; bir insanı canlandırabileceği ve sinir sistemi bozukluklarından kaynaklı rahatsızlıklarda kullanılabilmesi önerisi de etkili olmuştur (9).

Orta Çağ'da ve Rönesans Dönemi'nde *Melissa*; uykusuzluk, diş ağrısı, menstrüel sorunlar, sindirim bozuklukları, baş ağrısı, iştahsızlık, ateş ve anksiyetenin de dâhil olduğu birçok rahatsızlık için reçete edilmiştir. Yatıştırıcı kokusu nedeniyle bitkiyi kiliselere serpiştirmek popüler hale gelmiş ve 19.yy'a kadar kilise zeminlerinde bulunmuştur (10).

M. officinalis geleneksel tıpta birçok alanda kullanılmıştır. Fransız rahipler, rahibeler ve Paracelsus "Hayat iksiri" olarak adlandırılan, limon balsamı olarak da bilinen *M. officinalis* içeren tonikler hazırlamış ve kullanmışlardır. İngiliz yazar John Evelyn (1620-1706) bu bitkiyi "beyin hükümdarı" olarak, zihin kuvvetlendirici ve melankoliyi giderici olarak tanımlamıştır. Uçucu yağı İbranice "yağların lideri" olarak adlandırılmıştır (11).

Tıbbi bir bitki olan *M. officinalis* farklı etno-medikal sistemlerde özellikle Avrupa ve İran geleneksel tedavilerinde birçok hastalığın tedavisinde kullanılmıştır (11). İran geleneksel tıbbında limon balsamı alınganlık ve genç bayanlarda çekingenlik durumlarında, isteksizliği azaltmak, enerjiyi artırmak ve depresyonu yatıştırmak amacıyla kullanılmıştır (12).

Danimarka halk tıbbında, *M. officinalis*, kalp kırıklığı, melankoli ve hüznün neden olduğu uykusuzluğun tedavisinde, Avusturya halk hekimliğinde çay olarak ve uçucu yağı haricen gastrointestinal ve sinir sistemi rahatsızlıklarında, Hırvatistan'da boğaz ağrısı tedavisinde ve öksürük giderici olarak, Lübnan'da halk arasında migren ve mide problemlerinin tedavisinde ayrıca kalp fonksiyonlarını düzenleyici ve hafızayı artırıcı olarak kullanılmaktadır (11).

Türkiye'de halk arasında limon nanesi, limon otu, tatamba, temre otu olarak da bilinen *M. officinalis* yaprakları infüzyon (%2-5) şeklinde, yatıştırıcı, mideyi, gaz söktürücü, terletici ve antiseptik etkilerinden dolayı kullanılmaktadır. Bu drogun yatıştırıcı olarak kullanılan en bilindik preparatı "Mürekkep melisa alkolası"dır (3,13).

Bu kullanımların dışında bitkinin toprak üstü kısımlarının Sakarya yöresinde halk hekimliğinde, depresyon ve migren tedavisinde, Kırklareli yöresinde ise astım, kalp rahatsızlıkları, diyabet, bronşit ve kanser tedavisinde kullanıldığı bilgileri mevcuttur (14,15). Balıkesir, İzmir, Denizli, Uşak, Kütahya illerinde mide rahatsızlığı, kalp ve damar hastalıkları, astım, karaciğer rahatsızlıkları, psikolojik rahatsızlıklar, hafıza kaybı, uyku verici, sinir sistemini yatıştırıcı, zihin açıcı, kalbi takviye edici, kalp damarlarını açıcı, kanı temizleyici, şeker hastalığı, farenjit, ağrılara (baş, diş, kulak) ve kulak çınlamasına karşı kullanıldığı kayıtlıdır (16-18). Antalya ve İstanbul'da genel olarak kalp ve damar rahatsızlıklarında kullanılırken Çanakkale, Gaziantep ve Giresun'da kan şekerini düşürmek amacıyla kullanımı

daha yaygındır. Ayrıca Çanakkale'nin Ezine ilçesinde toprak üstü kısımlarından hazırlanan infüzyonun, sabahları aç karnına içilmek suretiyle kadınlarda yumurtalık hastalıkları tedavisinde kullanımına rastlanmıştır (16).

Halk arasında kalp ve damar rahatsızlıklarını tedavi etmek amacıyla bitkinin toprak üstü kısımlarından hazırlanan infüzyonun içine dilimlenmiş limon katıldıktan sonra kullanımı, bitkinin toprak üstü kısımları kurutulup toz edildikten sonra balla karıştırarak kullanımı veya *M. officinalis*'in yaprakları ve *Thymus longicaulis* subsp. *Longicaulis* var. *subisophyllus*'un toprak üstü kısımları ile birlikte hazırlanan infüzyonun kullanımı gibi farklı uygulamalar bulunmaktadır (16).

M. officinalis'in bilişsel performansı ve ruh halini iyileştirdiği; anksiyete ve buna bağlı uykusuzluk, Alzheimer, demans, düşük doz radyasyon maruziyetine bağlı oksidatif stres, benign palpitasyon, dismenore gibi durumlarda kullanımının faydalı olduğu çeşitli klinik çalışmalarla ortaya konulmuştur (19-25). Ayrıca çeşitli *in vivo* çalışmalarla da bitkinin antioksidan, analjezik ve anti-enflamatuvar aktivitelere sahip olduğu bu nedenle diyabetik nöropatinin tedavisinde kullanımının yararlı olabileceği bildirilmiştir (26-28).

Bugün, *M. officinalis* sanayinin çeşitli dallarında (ilaç, parfüm ve kozmetik, gıda vb.) dünyanın birçok ülkesinde kullanılmaktadır (29). Bitkinin piyasada dâhilen ya da haricen kullanılan *Gastrovegetalin*®, *Kneipp Melissa Pflanzensaft*®, *Lomaherman Krem*®, *ME-Sabona kapsül*®, *Melila damla*® gibi çeşitli preparatları mevcuttur (30).

SONUÇ

Bu çalışmada *Melissa officinalis* bitkisinin geçmişten günümüze kadar birçok kullanımına değinilmiştir. Köklü bir geçmişe sahip olan, tıbbi özellikleri ile insanoğlunun hayatında yer tutmuş ve tarih boyunca önemini korumuş olan *M. officinalis* günümüzde de birçok hastalığın tedavisinde halk ilacı olarak kullanılmaktadır. Gastrointestinal sistem rahatsızlıklarından sinir sistemi rahatsızlıklarına, kalp ve damar hastalıklarından astıma kadar birçok hastalığın tedavisinde kullanılan *M. officinalis* gerek modern tıpta standardize ekstreleri şeklinde gerekse halk hekimliğinde yaygın olarak kullanıla gelen bir bitkidir.

KAYNAKLAR

1. Mill RR. *Melissa* L. In: Davis PH (ed) Flora of Turkey and the East Aegean Islands, Vol. 7. Edinburgh University Press, Edinburgh 1982; pp 262-264.
2. Hedge IC. A global survey of the biogeography of the Labiatae. In: Harleyand RM, Reynolds T (eds), Advances in Labiatae Science. Royal Botanic Gardens, Kew 1992; pp 7-17.
3. Baytop T. Türkiye'de Bitkiler İle Tedavi, Geçmişte ve Bugün (2nd ed). Nobel Tıp Kitapevleri, İstanbul 1999; ss 550.
4. Ceylan A. Tıbbi Bitkiler-II (Uçucu Yağ İçerenler). Ege Üniv. Ziraat Fakültesi Yayın No:481, Ders Kitabı 1997; ss 306.
5. Charles DJ. Lemon Balm. In: Charles DJ (eds),

- Antioxidant Properties of Spices, Herbs and Other Sources. Springer, Norway, IA, USA 2013; pp 371-376.
6. Blumenthal M, Riggins CW. Popular herbs in the U.S. market: Therapeutic monographs. American Botanical Council, Austin, TX, 1997.
 7. Osbaldeston TA. Dioscorides. İbıdıs Press, Johannesburg South Africa 2000; pp 503.
 8. Kâhya E. İbn-i Sina El-Kanun Fi't-Tıbb, İkinci kitap (1st ed). Atatürk Kültür Merkezi Yayını, Ankara 2003; ss 138.
 9. Kennedy DO, Scholey AB, Tildesley NTJ, Perry EK, Wesnes KA. Modulation of mood and cognitive performance following acute administration of *Melissa officinalis* (lemonbalm). Pharmacol Biochem Behav 2002; 72:953-964.
 10. Johnson RL, Foster S, Dog TL, Kiefer D. National Geographic guide to medicinal herbs: The world's most effective healing plants. National Geographic, Washington D.C. 2010; pp 14-34.
 11. Shakeri A, Sahebkar A, Javadi B. *Melissa officinalis* L. A review of its traditional uses, phytochemistry and pharmacology. J Ethnopharmacol 2016; 188:204-228.
 12. Taherpour A, Maroofi H, Rafie Z, Larijani K. Chemical composition analysis of the essential oil of *Melissa officinalis* L. from Kurdistan, Iran by HS/SPME method and calculation of the biophysicochemical coefficients of the components. Nat Prod Res 2012; 26:152-160.
 13. Baytop T. Türkçe bitki adları sözlüğü. Türk Dil Kurumu, Öncü Basımevi, Ankara 2007; ss: 217.
 14. Şaşkara C, Hürkul MM, Güvenç A. Aktarlarda satılan *Melissa officinalis* L.(Oğulotu, Melisa) üzerinde morfolojik ve anatomik çalışmalar. Ankara Ecz Fak Derg 2010; 39:123-143.
 15. Tuzlacı E. Türkiye'nin Bitkisel Halk İlaçları, Alfa Basımevi, İstanbul 2006; ss: 195-198.
 16. Sarı AO, Oğuz B, Bilgiç A, Tort N, Güvensen A, Şenol SG. Ege ve Güney Marmara bölgelerinde halk ilacı olarak kullanılan bitkiler. J of AARI 2010; 20:1-21.
 17. Kalankan G, Özkan ZC, Akbulut S. Medicinal and aromatic wild plants and traditional usage of them in Mount Ida (Balıkesir/Turkey). JABS 2015; 9:25-33.
 18. Leblebici S, Bahtiyar SD, Özyurt MS. Kütahya aktarlarında satılan bazı tıbbi bitkilerin ağır metal miktarlarının incelenmesi. DPÜ Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi 2012; 29:1-6.
 19. Kennedy DO, Wake G, Savelev S, et al. Modulation of mood and cognitive performance following acute administration of single doses of *Melissa officinalis* (Lemon balm) with human CNS nicotinic and muscarinic receptor-binding properties. Neuropsychopharmacol 2003; 28:1871-1881.
 20. Cases J, Ibarra A, Feuillere N, Roller M, Sukkar SG. Pilot trial of *Melissa officinalis* L. leaf extract in the treatment of volunteers suffering from mild-to-moderate anxiety disorders and sleep disturbances. Med J Nutrition Metab 2011; 4:211-218.
 21. Akhondzadeh S, Noroozian M, Mohammadi M, et al. *Melissa officinalis* extract in the treatment of patients with mild to moderate Alzheimer's disease: a double blind, randomised, placebo controlled trial. J Neurol Neurosurg Psychiatry 2003; 74:863-866.
 22. Ballard CG, O'Brien JT, Reichelt K, Perry EK. Aromatherapy as a safe and effective treatment for the management of agitation in severe dementia: the results of a double-blind, placebo-controlled trial with Melissa. J Clin Psychiatry 2002; 63:553-558.
 23. Zeraatpishe A, Oryan S, Bagheri MH, et al. Effects of *Melissa officinalis* L. on oxidative status and DNA damage in subjects exposed to long-term low-dose ionizing radiation. Toxicol Ind Health, 2011; 27:205-212.
 24. Alijaniha F, Naseri M, Afsharypuor S, et al. Heart palpitation relief with *Melissa officinalis* leaf extract: double blind, randomized, placebo controlled trial of efficacy and safety. J Ethnopharmacol 2015; 164:378-384.
 25. Safdari-Dehcheshmehi F, Parvin N. The effect of mefenamic acid and *Melissa officinalis* on primary dysmenorrhea: A randomized clinical trial study. IJPPR 2016; 8:1286-1292.
 26. Hasanein P, Riahi H. Antinociceptive and antihyperglycemic effects of *Melissa officinalis* essential oil in an experimental model of diabetes. Med Princ Pract 2015; 24:47-52.
 27. Bounihi A, Hajjaj G, Alnamer R, Cherrah Y, Zellou A. *In vivo* potential anti-inflammatory activity of *Melissa officinalis* L. essential oil. Adv Pharmacol Sci 2013; doi: 10.1155/2013/101759.
 28. Birdane YO, Buyukokuroglu ME, Birdane FM, Cemek M, Yavuz H. Anti-inflammatory and antinociceptive effects of *Melissa officinalis* L. in rodents. Rev Med Vet 2007; 158:75-81.
 29. Bahtiyarca Bağdat R, Coşge B. The essential oil of lemon balm (*Melissa officinalis* L.), its components and using fields. J of Fac of Agric 2006; 21:116-121.
 30. Baykan Erel Ş. *Melissa officinalis* L. In: Demirezer Ö, Ersöz T, Saraçoğlu D, Şener B (Eds.), FFD Monografaları "Tedavide Kullanılan Bitkiler" (2nd ed). MN Medical & Nobel Tıp Kitabevi, Ankara 2011; ss: 383-390.