

Lavantanın Tıbbi Kullanımı

The Medicinal Use of Lavender

Yusuf Üstü¹, Mehmet Uğurlu¹

¹Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı

Öz

Fitoterapide geniş kullanım alanı bulan lavanta Türkiye’de yaygın olarak yetişmektedir. Lavantanın major etkili bileşenleri linalil asetat ve linalool’dur. Bu derlemede lavantanın özellikleri ve kullanımı ele alınmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Fitoterapi, *Lavandula Angustifolia* Miller, Türkiye

Abstract

Lavender, which is used widely in phytotherapy is grown commonly in Turkey. The major potent components of lavender are linalyl acetate and linalool. In this review, the characteristics and usage areas of lavender are covered.

Key words: Phytotherapy, *Lavandula Angustifolia* Miller, Turkey

Yazışma Adresi / Correspondence:

Prof. Dr. Yusuf Üstü

e-posta: dryustu@gmail.com

Geliş Tarihi: 04.03.2019

Kabul Tarihi: 06.05.2019

Bitkilerin sağlıklı durumu sürdürme ve hastalıklarda kullanılması insanlık tarihi kadar eskidir.¹⁻³

Bitkilerin hastalıklarda kullanılabilmesi için, kalite (kontaminasyonun engellenmesi, kullanılan ürünün içeriğinin, daha doğrusu etken maddenin miktarının belirlenmesi yani standardizasyonu), güvenilirlik ve etkililik yönünden araştırılması ve kayıt altına alınması gerekir.³⁻⁶ Standardize edilen bitkisel ürünler, eczanelerde ve marketlerde kullanıma sunulmaktadır.⁴ EMA (European Medicines Agency), ESCOP (European Scientific Cooperative on Phytotherapy), komisyon E ve Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) gibi kuruluşlar tarafından oluşturulan monograf ve farmakopeler ile standartlar oluşturulmaktadır.¹⁻⁴

Yaygın kullanım alanı bulan ve suistimallere yol açan bitki kullanımının hekimler tarafından sahiplenilmesi zaruridir. Ülkemizde de yörelere özgü kullanılagelen bitkisel ürünlerin tespiti, standardize edilmesi ve monograflar ile kullanıma sunulması için çalışmaların yapılması gerekmektedir.^{3,5,7}

Bu derlemede monograflarda yer bulan ve fitoterapide yaygın kullanılan bitkilerden lavanta (*Lavandula Angustifolia* Miller) ile ilgili bilgi verilmektedir.

Lavanta (*Lavandula Angustifolia* Miller)

Bitkinin kullanılan kısmı, kurutulmuş çiçekleri (*Flos Lavandulae*) ve uçucu yağıdır (*Aetheroleum Lavandulae*).⁵

Etken maddeleri: % 1-3 uçucu yağ (% 30-55 linalil asetat, % 20-50 linalol major bileşenlerdir). β -osimen, 1,8-sineol, kafur ve karyofil oksit diğer bileşiklerdir.⁵

Dünyada ticareti en fazla yapılan 15 uçucu yağdan biri lavantadır. Kozmetik ve parfüm sanayinde sıklıkla kullanılmaktadır.⁸ Türkiye'deki lavanta üretiminin yaklaşık olarak %70 ila %80'i Isparta'dadır.⁹ Ege Adaları ve kuzeybatı, batı ve güneybatıda (İstanbul, Aydın, Bursa, İzmir ve Muğla yakınlarındaki iller) bol miktarda bulunur.¹⁰ Lavandula stoechas ve Lavandula angustifolia başlıca türlerdir.⁹

Klinik verilerle desteklenen tıbbi kullanımı

Bildirilmemiştir.⁵

Geleneksel kullanımı

Lavanta droglarının kullanımı "**geleneksel kullanım**" a dayanmaktadır.¹¹ Geleneksel kullanım; klinik çalışmalar ile ilgili yeterli kanıt olmamasına rağmen, bu bitkisel ilaçların güvenli bir şekilde uzun süre kullanıldığını (en az 30 yıl boyunca, "Avrupa Birliğinde bu süre en az 15 yıldır") ve etkin olduğunu gösteren kanıtlar olduğu anlamına gelir. Amaçlanan kullanım için ayrıca tıbbi gözetim gerektirmez.¹¹

Hafif stres, huzursuzluk, tükenmişlik durumları ve uykusuzluk için kullanılır.¹²

Önlemler

İlaç ve laboratuvar testi etkileşimleri, karsinojenik, mutajenik ve fertilitenin bozulması, pediatrik kullanım veya gebelik üzerindeki teratojenik etkiler hakkında bilgiye ulaşılamamaktadır.⁵ Gebelik veya emzirme döneminde lavanta preparatlarının güvenliği tespit edilememiştir. Gebelik ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır.¹²

Kontrendikasyonlar: Bitkiye karşı aşırı duyarlılık.⁵ Abortif olabilir, gebelikte kullanılmaz.⁵ Açık yaralarda ve ciddi deri enfeksiyonlarında banyo yapılması kontrendikedir.⁵

Makine kullanım kabiliyetini olumsuz etkileyebilir. Sürücüler ile ilgili yeterli veri yoktur.¹²

İstenmeyen etkiler:

Bilinen yan etkisi yoktur. Yan etki şüphesi halinde hekime başvurulmalıdır.¹²

Doz aşımı vakası rapor edilmemiştir.^{5, 12}

Doz: 12 yaş üstü çocuklar ve yetişkinlerde: 1-2 çay kaşığı kurutulmuş drog oral enfüzyon (*demleme*) olarak günde 3 kez içilebilir.⁵ 12 yaş altında kullanımı önerilmez.^{5, 12}

Demleme: Bakteriyel kontaminasyondan kaçınmak için, her seferinde taze hazırlanır.

- Genel olarak, %2 oranı (2 kısım kurutulmuş bitki organı + 100 kısım su) kullanılır.
- Kabaca 1-2 çay kaşığı kurutulmuş bitki çiçeği üzerine, bir bardak kaynar su (yaklaşık 150 ml) ilave edilir.
- Demlik ya da bardağın ağzı kapatılır ve 5-10 dk. bekletilir.
- Süzülür ve soğutulduktan sonra yudum yudum içilir. Şekersiz tüketilmelidir.^{3,13}

Uçucu yağ inhalasyon ile günde üç kez 0,06-0,2 ml veya oral olarak 20-80 mg/gün alınabilir.⁵

Tentür (1:5, % 60 etanol): 2-4 ml 3 kez/gün kullanılır.⁵

Kas-iskelet sistemi ağrılarında kullanılan uçucu yağ içeren pomadı, kombine prepatlar (Aetheroleum Thymi, Oleoresin Capsici, Aetheroleum Eucalyptus, Aetheroleum Lavandulae, Aetheroleum Terebinthinae,) halinde eczanelerde bulunmaktadır.⁶

Bitki banyosu

Banyo için yaklaşık 20-100 gram bitki, çay gibi 5-10 dakika (2-3 litre kaynatılmış suda) bekletilir ve 20 lt banyo suyuna katılır.^{5,14} Günde bir kez, 10-20 dakika boyunca önerilir. Önerilen banyo sıcaklığı: 35-38 ° C'dir.¹²

Dikkat edilecek hususlar

Kurutulmuş droglar (kök, kabuk, tohum, yaprak, çiçek vb.) tedavi özelliklerini genellikle 1 yıl muhafaza eder. Bu nedenle toplama tarihi üzerinden 1 yıl geçmiş droglar tedavi amacıyla kullanılmamalıdır. Yine özel olarak belirtilmedi ise, droglar 4-6 haftadan uzun süre kullanılmamalıdır.^{3,4}

Kaynaklar

1. Uğurlu M, Üstü Y, Dağcıoğlu B.F. Fitoterapide Soğan (Bulbus Allii Cepae) ve Sarımsak (Bulbus Allii Sativi) Kullanımı. Ankara Med J 2016,16(1):119-22.
2. Üstü Y, Uğurlu M. Aloe Vera and Centella Asiatica. Ankara Med J 2017;(2):127-31.
3. Üstü Y, Uğurlu M. Fitoterapide Bitkisel Çaylar. Ankara Med J 2018;(1):137-40.
4. Knöss W. Pflanzliche Arzneimittel, Monographien als Richtschnur, <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/index.php?id=51461>, Erişim tarihi: 30.05.2018.
5. WHO monographs on selected medicinal plants, Volume 3, Geneva: World Health Organization Library Cataloguing in Publication Data; 2007:219-34.
6. Süzgeç Selçuk S, Eyisan S. Türkiye'deki eczanelerde bulunan bitkisel ilaçlar Marmara Pharm J 2012;16:164-80.
7. European pharmacopoeia, <https://www.edqm.eu/en/european-pharmacopoeia-ph-eur-9th-edition>, Erişim tarihi: 20.01.2018.
8. Aslan H, Sarıbaş R. Lavanta Yetiştiriciliği, Meyvecilik Araştırma Enstitüsü Müdürlüğü, 2011: 41. S.1-4.
9. Akşap Y. Gastronomik Bir Değer Olarak Lavanta. Uluslararası Global Turizm Araştırmaları Dergisi. 2018; 2(1):s.32,39.
10. Sarıkaya A. G. Medicinal - Aromatic Use of Lavender in Turkey, International Journal of Sciences: Basic and Applied Research, 2014:(14); 1, pp 586-92.
11. Directive 2001/83/EC of The European Parliament and of The Council Of 6 November 2001, on The Community Code Relating To Medicinal Products for Human Use Official Journal L - 311, 28/11/2004, P. 67 -128. http://www.ema.europa.eu/docs/en_GB/document_library/Regulatory_and_procedural_guideline/2009/10/WC500004481.pdf, Erişim tarihi: 23.05.2018.
12. Community herbal monograph on Lavandula angustifolia Miller, aetheroleum. 27 March 2012 EMA/HMPC/143181/2010 Committee on Herbal Medicinal Products (HMPC). https://www.ema.europa.eu/documents/herbal-monograph/final-community-herbal-monograph-lavandula-angustifolia-miller-aetheroleum_en.pdf, Erişim tarihi: 12.02.2019.
13. Çekin MD. Zeytinburnu Tıbbi Bitkiler Bahçesi. İstanbul: Mega Basım; 2015:18-9.
14. Gaebler H. Gesundheit durch Heilkräuter. Deutsche Angestellten Krankenkasse, Wittingen: Neef&Stumme Rollenoffset; 2007:2.