

**13 May 2011 Friday 09:00-10:45**  
**Chairmen: Altıntaş A., Yöndemli F.**

## MİTOLOJİDEN MODERN BİLİME LAHANA

**Mevlüt Yaprak<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Assist. Prof., Trakya University Medical Faculty, Dept. of Physiology, mevlutyaprak@yahoo.com

Lahana; dünyanın hemen hemen her tarafında yetişen, yüzlerce çeşidi olan, vitamin ve mineralden zengin, anti-kanser ve antioksidan etkileri olduğu ileri sürülen, kalorisi düşük bir sebzedir. Cato'dan Pligny'ye, Diyojen'den Hipokrat'a birçok tarihi kişilik lahananın önem ve faydalarından söz etmiştir. Cato, lahananın doktorları ülkesinden uzak tuttuğunu söylerken, Doktor Çehov'un lahanaya doktorlardan çok inandığı yazılmıştır.

Lahana, günümüzde de yoğun olarak tartışılan ve araştırılan bir bitkidir. Tarihsel metinlerde lahananın oral yolla ya da haricen kullanımından söz edilmektedir. Günümüzde özellikle suyu, çorbası ve tozu çeşitli medikal amaçlarla kullanılan lahananın en önemli tıbbi özelliklerinden biri anti-tiroit etkisidir.

İnternette lahanadan söz eden, çeşitli lahana ürünleri satan binlerce site ve blog; Pub Med'de lahana ile ilgili on bine yakın makale mevcuttur. Tarihsel bilgilerin aksine bilimsel makalelerde lahananın yararları kadar lahana ve lahana ürünleri merkezli diyetlerin sakıncalarından da söz edilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Lahana; Pubmed; Brassia oleracea

## CABBAGE: FROM MYTHOLOGY TO MODERN SCIENCE

Cabbage is grow everywhere and it has a lot of species. In addition to be a calory poor and vitamin and mineral rich vegetable it is suggested that cabbage has antioxidant and anticancer effects. In history, there are many famous persons whose talked about important and advantages of cabbage from Cato and Pliny to Hippocrates and Dionysos. According to Cato, cabbage had sended away the doctors from his country. It was written that Doktor Chekhov was beliving cabbages than doctors.

Cabbage is a vegetable discussed and investigated in many ways today too. According to the historical writings; cabbage can be used orally or externally. There are water, soap and powder forms of cabbage which have been used for some medical purposes. Its antithyroid effect is the most widely known medical aspect of cabbage.

In addition to lots of pages and sites about cabbage in the Internet, there are approximately ten thousands of articles in PubMed. On the contrary of historically knowledge there are the side effects of cabbage and cabbage products besides its potential good effects in these articles.

**Keywords:** Cabbage, Pubmed, Brassia oleracea