



Kadim Tıptan Modern Tıbbı Yünün Medikal Kullanımı

Nurefşan BULUT USLU 

Ankara Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı,
Felsefe Tarihi Bilim Dalı
Ankara, Türkiye

Sorumlu Yazar / Corresponding Author: Nurefşan BULUT USLU, e-mail: nurefsan@live.com

ÖZET

Geleneksel tıpta saf yün birçok hastalığın önlenmesinde ve tedavisinde kullanılmıştır. Kendi kültürümüzde kullanımı yaygın olan koyun yünü, teknolojinin de etkisi ile daha endüstriyel ve kullanım kolaylığı endişeleri barındırarak yerini sentetik liflere bırakmıştır. Fakat günümüzde yünün özellikle medikal anlamda öneminin tekrar anlaşılması onu daha ilgi çekici bir hale getirmiştir. Sentetik lifler ve kimyasalların günlük hayatımızda sıkça kullanımından doğan rahatsızlıkların karşısında doğamız ile uyumlu ve kadim kültürümüzün yüzyıllar süren deneyiminin bize sunduğu kanıtı dayalı bilgi neticesinde doğala ve doğa ile uyumlu olan “yün”e yönelmekteyiz. İbn Sînâ’nın El-Kânûn fi’l-Tıbb adlı eserindeki yün ile ilgili pratiklerin çoğu günümüzde hala uygulama imkanına sahiptir. Yün medikal olarak kas ve iskelet sistemi hastalıklarında, kalp ve damar rahatsızlıklarında, solunum yolları ile ilgili bazı akciğer rahatsızlıklarında ayrıca dolaşım rahatsızlıkları ve fizyoterapide gözle görünen bir hızda tedaviye olumlu yönde etki etmektedir. Bu makalenin amacı saf koyun yününün bazı medikal kullanım alanlarını göstererek yünün daha yaygın kullanımı konusunda farkındalık oluşturmaktır.

Anahtar Kelimeler: Yün, Saf yün, Koyun yünü, Geleneksel tıp, Yünün medikal kullanımı, İbn Sina



Medical Use of Wool from Traditional Medicine to Modern Medicine

ABSTRACT

In traditional medicine, pure wool has been used in the prevention and treatment of many diseases. The sheep wool, which is widely used in our own culture, has been replaced by synthetic fibers, with the effect of technology, with more industrial and ease of use concerns. But today, the importance of wool, especially in medical sense, has been understood again and this issue has made wool more interesting. We frequently use synthetic fibers and chemicals in our daily lives. In the face of the inconveniences caused by this reason, we turn to "wool" with our internal and in harmony with nature as a result of the evidence-based knowledge provided by us from the centuries-long experience of our ancient culture. Most of the practices related to wool in Avicenna's work named *Al-Qanun fit-Tibb* still have the opportunity to be applied today. Wool medically positively affects the recovery of musculoskeletal system diseases, heart and vascular diseases, some lung diseases related to respiratory tract, as well as circulatory disorders and physiotherapy. The aim of this article is to show some medical uses of pure sheep wool and to raise awareness about the widespread use of wool.

Keywords: Wool, Pure wool, Sheep wool, Traditional medicine, Medical use of wool, Avicenna



GİRİŞ

Kadim tıp dediğimizde, insanlık tarihi boyunca doğaldan sentetiğe, doğadan tekniğe dönüşüm geçirdiğimiz, teknolojinin bilime aktif bir biçimde etki etmeye başladığı ve on sekizinci yüzyılın sonlarına ve on dokuzuncu yüzyıla tekabül eden süreçle başlayan moderniteyi ve dolayısıyla modern tıpla biten, hastalıkları tedavi ve önlem amaçlı tüm uygulama ve teknikleri içeren süreci kastedilmektedir.

İbn Sînâ El-Ķānûn Fi't-tıbb'ı dördüncü yüzyılda yazmıştır. Hipokrat ve Galen'den sonra tıp ilmine yaptığı önemli katkılardan dolayı Ebû Bekir er-Râzî ve Huneyn b. İshak'ın çalışmaları tıp literatürü için önem arz etmektedir. İbn Sînâ'nın öğrencisi Ebü'l-Kâsım Abdurrahman b. Ali b. Ebü's-Sâdık, İbn Meymûn, Abdüllatif el-Bağdâdî, İbnü'l-Kuf, İbnü'n-Nefis gibi hekimler ve Abdülazîz b. Abdülcebbâr es-Sülemî'nin İmtihânü'l-elibbâ' li-kâffeti'l-eṭṭibbâ' adlı eseri ve Ali b. Abbas el-Mecûsî'nin Kâmilü's-şinâ'ati't-tıbbiyye kitabı, bu literatürün genişlemesine katkıda bulunmuştur (Pormann, 2012). Arap tıbbı alanında 3./9. yüzyıldan gelen Huneyn b. İshâk'ın değerli kitapları bulunmaktadır. Tıp tarihsel gelişimi bakımından Endülüslü hekim Ebü el-Ķâsım Halef b. 'Abbâz ez-Zehrâvî'nin daha 4./10. yüzyılın sonuna doğru yazdığı eserleri mevcuttur (Sezgin, 2007).

Tıp felsefesinin temel sorularından biri olan sağlığın ve hastalığın tanımı üzerine yapılan tartışmalar, kadim dönemden modern döneme tıp tarihi içerisinde incelendiğinde özellikle sağlıklı gıdaya ulaşma imkanının azalması ve ilaçların doğal içerikten sentetik veya kimyasal içeriğe doğru bir yer değiştirilmesiyle sağlığın ve hastalığın ne olduğunun tanımlanması konusunda zorluklar doğmuştur. Örneğin modern tıpta ateşe ateş düşürücü önerilmekte, bu kadim tıp açısından bedenün virüsü yenmesi konusunda beynin vücuttaki iyileştirici sinyalini kesen ve tedaviyi kesintiye uğratan bir süreç olarak görülmektedir. Böylelikle tıp felsefesi sıkıntı veren bir durumun hastalık sayılıp sayılmayacağı konusundaki tartışmalara da katılır. Bununla beraber genel

bilim felsefesine ve özellikle açıklama, nedensellik ve deney anlayışları ile birlikte bilimsel bilginin uygulamaları üzerindeki tartışmalara da önemli katkılarda bulunur. Ayrıca tıp felsefesi, tıp ve sağlık bilimlerinde hem araştırma hem de uygulama içindeki yöntemler ve hedefler üzerindeki tartışmalara katkıda bulunur (Reiss, 2016). Modern tıbbın indirgemeci ve branşlara ayrılarak uzmanlık alanlarını çeşitlendirmesi karşısında kadim tıp holistik teşhis ve tedavi yöntemini benimsemiştir.

Kadim Tıp Öğretilerinde Doğa-İnsan İlişkisi

Kadim Çin adetlerinde insanın vücudu doğa ile uyum halinde ve doğayı bir yap-bozun parçaları gibi bir bütüne uygun bir biçimde düzenleyen her bir işlevinin tamamını oluşturmaktadır. Bu sebeple Çin geleneksel tıbbında sağlığı kazanmak veya sağlıklı kalabilmek için doğa ile uyumlu olmak ve insanın kendi doğasını (vücudunun, iç organlarının işleyişini) bilip tabiatına uygun hareket etmesi gerekmektedir (Schiffeler, 2015). Sufi tıbbı da bu duruma benzer bir açıdan bakar: *“İnsan bedeninin her doğal eyleminin arkasında bedenün kendi kendisini sağaltmasına imkân tanyan bir mekanizma (doğal bir bilgelik) vardır.”* (Çiştî, 2019).

Eski Mısır'da tıp hekimi olmanın yolu “hayat evi” adını verdikleri yaşam okullarından geçmektedir. Aslında tıp okulu görevi gören bu hayat evlerinin hekimleri “yaşam evi öğretmeni” olarak adlandırılırdı (Sayılı, 1991). Eski Mısır ve Mezopotamya tıbbı, yüzen, gözden, elden, kokudan, deriden ve vücudun birçok yerinde bize rahatsızlığımızın hangi iç organların etkisi ile olduğunu tespit edebileceğimiz ipuçları içerir (Sayılı, 1991). Geleneksel Çin tıbbında insanın doğası (fitrat) ile uyumlu olma çabasının onun sağlığını koruyacağı bir çeşit koruyucu hekimlik bilgisinin garantörüdür. Mısırlılarda görülen tıp bilgisinin hayat bilgisi ile eşleşmesi tıpkı Çin tıbbındaki gibi insan sağlığının doğasına uygun yaşama ve dolayısıyla hayat ile bağlantısını göstermektedir.



İnsan ile doğa arasındaki bu bağlantıda doğanın içinden elde edilen ilaç türlerinin yeri büyüktür. Hayvanlardan medikal açıdan yararlanma konusunda onların kürkleri ve yünleri tarih boyunca büyük öneme sahip olmuştur. Sümerli hekimlerin bitkisel, hayvansal ve mineral kaynaklı ecza dolaplarında hayvansal ürünlerin en yaygın kullanımlarından biri yündür (Karaöz Arıhan, 2003).

Kadim Tıpta Yünün Medikal Kullanımı

İbn Sînâ'nın El-Kânûn Fi't-Tıbb'ına baktığımızda yünün farklı kelimelerde kullanıldığını görüyoruz. Bu kelimeler Anadolu'da bazı bölgelerde hala kullanılan kelimelerdir. Buna göre *hazz*; tiftik yün demektir. *Merguzâ*, merv işi yün anlamına gelir. *Şûf* veya *şûfe* de yün için kullanılır, çoğulu yünler, şûfâttır. *Veber* ise yine yün yerine kullanılmaktadır. *Zûfâ-i raḥb*; koyun kısmının kuyruğunda, uylukları aralığında ve karnı altında olan yününde toplanmış çakıldağa verilen isimdir (Tokadî, 2018). El-Kânûn fi't-Tıbb'ın Türkçe çevirisi olan Tokatlı Mustafa Efendi'nin Tahbüzü'l-Mathûn'un *El-faşlu el-evvelu fi tedbiri'l-mevlûdi kemâ yuvledu ilâ an yanhada* [Birinci bölüm: Doğumundan ayaklanana kadar süt çocuğunun tedbiri üzerine]'de yenidoğan bebek bakımında annenin yediği içtiklerinin yanı sıra kıyafetlerinin nasıl olacağına kadar ayrıntılı bir şekilde anlatır. Emziren anne kış günlerinde pamuktan ve tiftik yününden yapılmış veya samur benzeri kürkler giymesi gerektiğini söyler (Acıduman, 2014).

Emziren annenin ruh halinden, yediklerine, yattığı ortamın ısısından giydiği kıyafetin kumaş türüne kadar birçok ayrıntı anneyi ve bebeği etkilemektedir. Tokatlı Mustafa Efendi'nin bahsettiği yeni doğum yapan annenin yattığı yerin sıcaklığı konusunda kadim uygulamada yün yatak ve yorganlar kullanılmıştır. Bunun nedeni kırk

yaş üzeri veya vücut direnci daha düşük olan, ağrı eşiği düşük olan lohusa kadınlar gibi vücut sıcaklığının yeterince sağlanamadığı ortamlarda vücut ağrılarının hafifletilmesidir.

Geleneksel pratikte doğum yapan kadınlar için yün sadece kıyafette yahut yatak için kullanılmazdı. Doğumdan sonra bebeğin kordonu pak yünden elde edilen bir ip ile bağlanırdı. Bu uygulama Hazâ'inü's Saâdât'ta¹ doğumdan sonra bebeğin göbeği üzerinden dört parmak bırakılacak biçimde saf, temiz bir yün ile bağlamak gerektiği yazılıdır (Şafak, 2010).

Sivas yöresinde uygulanan geleneksel tıp uygulamasına göre romatizmal rahatsızlıklarda, iskelet ve kas sistemi hastalıklarında ağrıyan yere kirli yün bağlanmaktadır. Kirli yüne gerekli yağlar ve bitkiler sürerek tedavi desteklenmektedir (Koza, 2019). Ayrıca yün çorap giymek romatizma için faydalıdır (Salih, 2018). Yün çorap tırnak batması tedavisinde de kullanılır (Salih, 2018). Siyatik ağrıları için ise ağrıyan bölgeye pelinotu, yabani kekik, kükürt, çam sakızı ve defne yemişi öğütülerek acı kavun suyu ya da yağı ile karıştırılıp ağrıyan bölgeye sürülüp yıkanmamış yün bastırılarak bantlanır, akşamdan sabaha bekletilir (Salih, 2018). Tedavi açısından yıkanmamış yün yıkanmış yünden daha etkilidir.

Kalp damar hastalıklarında yardımcı bir araç olarak kullanılan yün, varis olan yere papatyaya yağı ile beraber uygulanır. Buna göre bir gece önceden ıslatılan papatyanın suyu süzülür. Elde kalan papatyaya posası zeytinyağı ile iki saat boyunca kaynatılıp süzülerek yün bez yardımıyla varisli bölgeye uygulanır (Değer, 1986). İbn Sînâ El-Kânûn Fi't-tıbb'ta yünü papatyaya yağı ile birlikte kullanarak, kas ve sinirlerdeki yaralar için papatyaya yağına batırılmış yün sürülmesini söyler (Tokadî, 2018).

¹ "Hazâ'inü's Saâdât: Yazarı Eşref B. Muhammed (?-?). Bilinen tek nüshası Topkapı Sarayı hazine 557'dedir. Eserinde yazar kitabı dört bölüme ayırdığını ve bunun ilk üç bölümünü koruyucu hekimlik bilgilerine ayırdığını

açıklamıştır. Ayrıca eserde embriyolojik ve deontolojik bilgiler de vardır. Eser Bedii Şehsuvaroğlu tarafından tıpkıbasım olarak hazırlanmış ve yayınlanmıştır" (Şafak, 2006).



Saf yünün fizyoterapideki kullanımı değerlendirildiğinde öncelikle ısı kaybının önlenmesi açısından önem arz etmektedir. Fizyoterapinin de konusuna dahil olan periferik vasküler, arteriyoskleroz gibi metabolik rahatsızlıklarda ısı terapisi önemlidir. Bu gibi rahatsızlıklarda kullanılan medikal korseler, omuz askıları, diz pedleri eğer yün tercih edilirse ısı konusunda tedaviye destek sağlanmış olunur. Yün veya doğal içerikler kullanılmayan bu gibi medikal ürünlerin içeriğindeki kimyasallardan dolayı tedaviye farklı açılardan olumsuz etkileri olabilmektedir. Küçük çocukların fizyoterapi seanslarında yün şilteler kullanılması yünün iyileştirici özelliğinin yanı sıra duyuşal dürtüleri uyandırarak motor becerileri geliştirmeye katkı sağlar. Bununla birlikte yün yatak örtülerinin, yorgan, yastık ve çarşaf altı yün yatakların uyku düzeni üzerinde olumlu etkisi gözlenmiştir. Yün yatak ürünlerinin termoizolasyon, termoregölasyon ve rejeneratif açıdan olumlu etkileri bulunmaktadır (Gieremek ve Ciesla, 2012).

Birincil dolaşım rahatsızlıklar, genellikle arterleri etkileyen periferik vasküler hastalıktan ve çoğunlukla aterosklerozdan kaynaklanır. Saf koyun yünü uygulamaları; kas rahatsızlıkları, kutanöz ve dolaşım bozuklukları, sinir sistemi hasarları, kronik ağrı yaşayan ve kas gerginliği olanlarda olumlu yönleri tespit edilmiştir. Bu nedenle, vücuda saf yün sarma gibi vücut ısıtıcılarının kullanımına ilişkin doktor ve fizyoterapistin önerileri tıbbi açıdan son derece tavsiye edilebilirdir. Saf yün sarmak, fizyoterapi uygulamalarındaki egzersizler sırasında artan terlemeye neden olmaz. Fizyoterapi masalarında veya zeminlerde kullanılan saf yün örtü çeşitleri cildi canlandırır ve böylece duyuşal entegrasyon terapisinin etkilerini -özellikle nörolojik kusurları olan çocuklarda- mükemmel bir şekilde geliştirir (Gieremek ve Ciesla, 2012).

Tarihte, koyun yünü, keçi yünü, tavşan yünü, deve yünü, köpek yünü gibi hayvan yünleri medikal amaçla kullanılmıştır (Tokadı, 2018). Anadolu'da koyun postu birçok hastalığın tedavisinde uygulanmış ve halen de uygulanmaktadır. Cilt hastalıkları, güneş çarpması, sarılık, damar tıkanıklığı, soğuk algınlığı, ateş, tifo, sıtma, yılan-akrep sokması, karın ağrısı, zayıflık ve verem, travma ve yaralanmalar, gelincik, zor doğumu hızlandırmak için, hemoroid, sırt ağrısı ve yaygın vücut ağrısı için kullanılır. Ayrıca romatizmanın tedavisinde deriye çekme yöntemi denilen yeni kesilmiş hayvanın postu tedavi amaçlı kullanılır. Anadolu'da "yün sarması" olarak bilinen özellikle romatizmalı hastaların tedavisinde kullanılan bir yöntem olarak yeni kesilmiş bir hayvanın derisinin içine girilir ve deri içinde bir süre yatılırdı. Koyun postunun romatizmalı hastaya sarılması Kars-Iğdır yöresinde uygulanmaktadır (Acar, 2018). Anonim rivayetlerde geçen bir olayda, uçurumdan yuvarlanan bir çobanın düşme haberi alınınca hemen bir hayvan kesilip onu posta sararlardı (Eyüboğlu, 2007).

Osmanlı hekimlerinden Şâbân-ı Şifâî'de² geçtiği üzere, kulaktaki yaraların tedavisi için kulağa bazı yağ veya bitkilerle uygulama yapılırken yün parçası kullanılır. Yünü hem tampon hem de fitil haliyle tedaviye dahil eder (Şafak, 2006). İbn Sînâ El-Ķânûn Fi't-ıbb' eserinin ikinci kitabında yakılmış yünün yaradaki ölü dokuları temizlemek için kullanıldığını söyler (Anlar, 2019).

Yünün yardımcı araç olarak kullanılması; idrar yolları tedavisinde sonda ile birlikte idrarın dışarı akıtılması görevinde kullanılmıştır (Sezgin, 2007). Yün, kadim tıpta tıbbi aletlerin ısıya karşı korunması ve onarılması için de kullanılmaktadır. Buna göre yüne farklı ilaveler yapılarak tıbbi aletlere sürülür ve cilalanır (Sarı Akdeniz, 1986).

² Şâbân-ı Şifâî (شعبان شفاى), İstanbul'da eğitim görmüş ve 1705 yılında Ankara'da vefat etmiştir. Ünlü eserlerinden olan *Tedbirü'l-Mevlûd*, doğum ve çocuk hastalıkları konusunda Türkçe olarak yazılmış ilk eserdir. Eser, yazarın kendi görüşleri ve klasik İslam tıbbi ekseninde ele alınmıştır.

Eserin konuları: üreme, gebelik, yalancı gebelik, fetüsün teşekkülü, gebeliğin süresi, gebelere ve yenidoğan çocuklara yönelik alınması gereken tedbirler, beşiğin ve sütün nitelikleri üzerine çeşitli bilgiler, meme hastalıkları, kızamık, çiçek ve suçiçeğidir (Okumuş, 2010).

Galen ve çağdaşları ameliyat ve yaralanmalarda dikiş malzemesi olarak yün kullanmıştır. Yünün dikiş ipi olarak kullanılması Galen öncesi ve sonrası dönemi de kapsamaktadır (Atıcı, 2010). Çünkü yün doğal, antimikrobiyal ve kolay şekil alabilir özelliği ile dikişli yaralar için ideal bir malzeme olmuştur.

Ali b. el-‘Abbas el-Mecusi’nin Kāmilu’ş-Şına‘atı’t-Tıbbiyye (Kitabu’l Meliki) adlı eserinde gebelerin rahatsızlıklarından bahsederken, ayakları şişen hamilelerin dereotunu sirke ile kaynatmasını ve bir yünü karışıma batırıp ayaklarına sarıp bağlamalarını söyler (Acıduman, 2017). Ayrıca çocuk hastalıkları konusunda yeni dişleri çıkmaya başlayan ve dişlerinin çıktığı hafif görünen bebeklerin kafası, boynu ve yanaklarının yumuşak bir yünle sarılması gerektiğini söyler. Dişleri çıkarken ishal olan bebeğin karnına bazı bitki ve yağlardan ilaç karışımı yapıp bir yün parçasına serpilip bebeğin karnına sıcak olarak uygulanır (Acıduman, 2017). Anadolu’da karın ağrılarında ısıtılan tuğla kirli yün ile beraber karna uygulanırdı (Eyüboğlu, 2007).

On beşinci yüzyıl hekimlerinden Şerefeddin Sabuncuoğlu'nun Cerrahiyet-ül Haniye adlı eserinde, göze inen su diye tabir edilen katarakt tedavisinde bazı cerrahi uygulamaları anlattıktan sonra gözün dışına gül yağı ve yumurta akı karışımının uygulanmasını ve bunun bir yün parçası ile bağlanması gerektiğini söyler (Keskinbora, 2013).

Saf hayvan yününün tıbbi ve cerrahi kullanımı ile ilgili Norman Porritt, saf yünün vücudu hem sıcak tutması hem de hava alması bakımından pnömoni (zatürre), akciğer rahatsızlıkları ve astım tedavisinde kullanıldığını söylemiştir. Cerrahi vakalar ve majör ameliyatlarda hastalara uygulanan yün destekli tedavide yünün iyileştirici etkisinin bulunduğunu göstermiştir. Ayrıca yünün bir pansuman aracı olarak kullanılmamasının sebebini yünün maliyetinin yüksekliğine bağlar. Ancak yünün bu iyileştirici özelliği karşısında bu fazladan maliyetin düşünmeye bile değmez olduğunu söyler (Porritt, 1907).

Yünün Tedavi Amaçlı Olarak Pratikte Kullanımı

Geleneksel kültürümüzde yünden örülen saf yün atletler yerine günümüzde yünden üretilen ve tedavi amaçlı kullanılan çocuk ve yetişkin atletleri üretilmektedir. Bu atletlerin pazarlamasında “astım, öksürük tedavisinde yararlıdır ve akciğerler için sağlıklıdır” ibaresi yer almaktadır. Günümüzde %100 yün atletlerin hava geçirebilmesi özelliği ile çocukların uyurken vücut sıcaklıkları korunur. Bu sebeple çocuklar için yünden üretilen uyku tulumları mevcuttur. Ayrıca koyun yünü kendini temizleyen bir yapıya sahiptir.



Şekil 1. Saf yün çocuk fanilas

Koyun yününün kendini temizleme ve yazın serin kışın sıcak tutma özellikleri sayesinde ve hazır bezlerin zararlarını (Boisits ve McCormack, 1982; Garg ve Sarkar, 2014) göz önüne alarak koyun yününden yıkanabilir bebek bezleri üretilmektedir. Doğal merinos koyun yününden üretilen bu bezlere sızdırmazlık özelliği

kazandırmak için lanolinde (yün yağı) bekletilmelidir. Bu işlemden sonra saf yün bebek bezi sıvı geçirmez olur. İç kısmına pamuk, keten vb. doğal ürünler eklenerek kullanılan saf yün yıkanabilir bebek bezleri, bebek idrarını yaptığıında tekrar yıkanmaz. Sadece havalandırılır ve üzerinde idrar kokusu kalmaz. Kötü kokunun olmaması yünün kendini temizleyebilme özelliği sayesinde. Ayrıca vücut ısısını koruması özelliğiyle yün donlar bebeklerde oluşabilecek gaz sancularına ve kolik bebeklere iyi gelebilmektedir.



Şekil 2. Saf merinos yün don



Şekil 3. Yenidoğan için kullanılan saf yün T bezler

³ Udi-hindi bitkisi bizzat Hz. Muhammed (s.a.v.) tavsiye etmiştir. Hadiste şu şekilde geçmektedir: "Ben küçük bir oğlumla birlikte Resulullah (sav)'in huzuruna girdim. (o sırada boğazındaki hastalığı sebebiyle çocuğa (i'lak denen) tedavi uygulamıştım. "Çocuklarınızın boğaz hastalığını niye i'lak usulüyle (elle sıkarak) tedavi ediyorsunuz? Size şu ud-u

Balgamlı öksürük tedavisinde, günlük ağacı bitkisi veya günlük sakızı diye de bilinen akgünlük bitkisinin dumanı (Kâhya, 2015) yüne çekilip göğse kapatılarak tedavi uygulanır. Uygulama şekli; akgünlük bitkisinden bir miktar alınıp tavada dumanı çıkana kadar yakılır, dumanın üzerine yıkanmamış yün tutulur ve yünün dumanı iyice içine çekmesi beklenir. Ardından hemen ön taraf göğüs bölgesine yün kapatılır ve öylece akşamdan sabaha bekletilir. Sabah ise tekrarlanan işlem bu sefer arka taraf göğüs bölgesine kapatılır ve sabahtan akşama bekletir. Böylece akgünlüğün etkisiyle balgamın atılması gözlenir. Uygulamadan sonra kusma veya ishal görülebilir. Akgünlük antibiyotik özelliği taşır. Bronşit ve astım tedavisinde kullanılmıştır (Kâhya, 2015). İbn Sînâ'nın El-Ķānūn Fi't-ṭıbb'ının ikinci cildinde akgünlük, *buhur-u meryem* olarak geçmektedir (Kâhya, 2015). Aynı eserde zeytinyağı ile günlük karıştırıldığında derideki çatlaklara iyi geldiği yazmaktadır. İbn Sînâ için "günlüğün en etkin olduğu hastalıklar solunum sistemi hastalıklarıdır. O edrumali ile karıştırılarak, balgam söktürücü olarak kullanılabilir." (Kâhya, 2015) der. Galen akgünlük bitkisini aynı şekilde öksürük tedavisinde kullanmıştır (Kâhya, 2015). Anadolu'da kullanılan halk ilaçları arasında yün, bademcik tedavisinde kirli yünün boğaza sarılıp bezle bağlanması ile uygulanır. Aynı zamanda udi-hindi kökü toz haline getirilip burna çekilir (Eyüboğlu, 2007). Günümüzde boğaz ve bademcik hastalıkları tedavisinde udi-hindi³ yağının kullanımı daha yaygındır. Göğüs hastalıkları tedavisinde Anadolu'da kirli koyun yünü göğse sarılır (Eyüboğlu, 2007).

Yeni oluşan eziklerde bir parça yün sirkeye batırılıp yeni oluşan eziğe uygulanırsa şişmeyi engeller veya şişliği indirir ayrıca ağrıyı dindirip kısa sürede iyileşme görülür. Bu işlem on beş-otuz dakika ara ile yenilenir (Salih, 2018).

hindi'yi (kust-u hindi) tavsiye ederim. Zira onda yedi türlü şifa vardır. Zatü'l-cenb'in ilacı ondadır. Boğaz hastalığına karşı burna damlatılır. Zatü'l-cenb'e karşı ağızdan verilir" (Buhari, Tıbb 10, 21, 26; Müslim, Selam 139, (1214); Ebu Davud, Tıbb 13, (3877)).



Eziklerde yağlı denilen kirli koyun yünü eziğe bastırılıp sıkıca sarılır (Eyüboğlu, 2007).

Vücut sıcaklığının düştüğü uyku esnasında adaleler ve eklemler sertleşir böylelikle daha da gerginleşen eklemlerde ve kaslarda ağrı oluşur. Bu ağrılarının tedavisi sıcak su banyosu ve harekettir fakat tek seansta ağrılar geçmeyebilir. İngiltere'de örneğini gördüğümüz şekilde felç geçiren veya uzun süre yatmak zorunda olan hastaların yataklarının altına saf koyun postu serilir. Bu vücudun ısınımsı yükseltip kronik vücut ve sırt ağrılarını azaltmaktadır (Efendigil Karatay, 2011). Geleneksel tıbbımızda yöremize göre, koyun postu, yünü, tiftik yünü gibi farklı yün malzemelerin yaşama dahil edilmesinden hiç vazgeçilmemiştir. Ancak son zamanlarda Türkiye'de de yaygınlaşan medikal koyun postu kullanımı bize teknoloji ile sağlığı etkileyen durumları tekrar düşünme imkânı sağlamıştır. Siirt bölgemizde üretilen el yapımı saf tiftik yünden yapılan battaniyelerin yatak altında kullanılması kas, adale, bel, eklem ve romatizma kaynaklı vücut ağrılarını hafifletebilir (Efendigil Karatay, 2011). Bel ağrısının tedavisinde Anadolu'da bele masaj yapılarak sıcak uygulanır ve kirli koyun yünü sarılır. Bir süre bekletilip sonra tekrarlanır. Burada koyun yününün kirli olması gerektiği vurgulanır çünkü kirli koyun yünü yıkanmış yünden daha etkilidir (Eyüboğlu, 2007). Kronik sırt ağrılarında Anadolu'da ağrıyan yere masaj uygulandıktan sonra sıcak uygulanarak yün ile sarılır (Eyüboğlu, 2007).

Yünün Kumaş veya Kıyafet Olarak Kullanımı ve Sağlığa Etkileri

Yünün kumaş olarak kullanıldığında sağlığa faydaları şu özelliklerinden kaynaklanmaktadır: ılık ve soğuk tutma özelliği vardır, nefes alabilir, nemi absorblama ve yapısında taşıyabilme özelliği vardır, esnektir, koku absorblama yeteneği vardır, yumuşaktır, güç

tutuşur ve biyolojik olarak çözülebilir ve geri dönüşüme uygundur (Oflaz, 2015). Ayrıca doğrudan medikal olarak sargılarda, basınçlı bandajlarda, yara örtülerinde, yaralanmayı önleme amaçlı olarak özel giysilerde, yatak yarasının önlenmesi amacıyla koyun postu olarak kullanılır (Oflaz, 2015). Anadolu'da grip olan veya üşüten kimse kirli yüne sarınıp iyice terlese üşütmesi kısa sürede geçer (Eyüboğlu, 2007).

Yün lifi yanmaya dayanıklıdır. Üzerinden alev yayılması zordur ve söndürülmesi kolaydır. Yün antimikrobiyaldir. Yün kıyafetleri uzun süre üzerlerinden çıkarmayan denizci, dağcı ve atletler uzun süre kötü koku oluşmadan yün kıyafetleri giyebilmektedirler (Oflaz, 2015). Bu sebeple yün iç çamaşırına artan bir ilgi oluşmuştur. Yün, bakteri ve mantarın üreme olanağını azaltmaktadır. Yünün kutikula tabakası mikropların life tutunmasını zorlaştırmaktadır. Yün kendi ağırlığının %30'u kadar nem tutabilmektedir. Yünün en değerli özelliklerinden birisi ise kimyasal yapısı gereği ev içinde bulunan azot oksit, kükürt dioksit ve mobilyaların, duvarların boyalarında bulunan formaldehit gibi insan sağlığına zararlı maddeleri absorbe edebilmektedir. Bu nedenle oda içinde yün halıların kullanımı önemlidir.⁴

Raechel M. Laing ve Paul Swan'ın yünün insan sağlığı üzerindeki iyileştirici etkisi hakkında yaptığı araştırmanın sonucuna göre net bir biçimde, saf yün insan sağlığına yararlıdır. Ciltle yakın temas halinde olan yün kumaşlar, cildin normal nem seviyelerini artırır. Bu açıdan cilt sağlığı için faydalıdır. Yün kumaşların insan cildini kaşıntıdıracağı ve rahatsız edeceği fikri yünün üretim aşamaları ve kalitesine göre farklılık gösterebilmektedir. Yün kıyafet giydiğinde kaşıntı, nefes daralması veya farklı vücut tepkilerinin nedenleri yün kaynaklı olmayabilir. Alerjik insan vücudundan gelen ter, yünlü kumaşlar üzerindeki cilalara tepki verdiğinde reaksiyonlar meydana gelebilir. Giysi

⁴ "Formaldehitin kolayca absorblanmasının en önemli nedeni bunun arjinin ve tritofan amino zincirleri ve birincil amino grupları ile kimyasal olarak reaksiyon verebilmesidir.

Ayrıca amonyak, kaprik ve asetik asit gibi uçucu yağ asitleri vb. vücut kokuları ile ilgili bileşikler de yün tarafından absorblanmaktadır." (Odabaşoğlu, 2012)



halindeki yün, termofizyolojik durumu yavaşlatarak egzersiz sırasında fayda sağlar (Laing ve Swan, 2015).

Kadim tıp hekimlerden Aidin Salih, Gerçek Tıp kitabında, yün gibi doğal kumaş kullanılarak giyilen kıyafetlerin kan dolaşımını kolaylaştırdığını ayrıca damar hastalıklarına ve cilt hastalıklarına engel olabileceğini söylemiştir. Fakat bu kıyafetlerin tamamının doğal olması gerektiğini, içeriğinde bulunan az miktarda dahi olsa sentetik iplik veya kumaşların bu akışı bozduğunu vurgulamıştır (Salih, 2018). Hz. Muhammed (s.a.v.) vefat ettiğinde üzerinde yün kıyafet bulunmaktadır. Hadiste şöyle geçmektedir: “*Resûlullah’ın vefatından sonra bir gün Hz. Aişe kendilerine yünden dokunmuş yamalı bir elbise çıkarıp gösterdi ve bunun Resûlullah vefat ettiğinde üzerindeki elbisesi olduğunu söyledi.*” (Buhârî, “Farzû’l-Humus”, 5).

SONUÇ

Kadim kültürümüz tıp konusunda bize köklü bir bilgi birikimi miras bırakmıştır. İslam ile bütünleşen tıp konularında, sufi tıbbı gibi, tedavinin fiziksel boyutu hiçbir zaman ruhsal boyutundan ayrı tutulmamıştır. El-Hüseyin ez-Zeyyad’ın İmamların Tıbbı adlı kitabında Tıbbi Nebevi’den hastalıkların şifası için önemli reçeteler sunarken dikkat edilmesi gereken konu ise hiçbir hastalığın reçetesi, tavsiye edilen ilaçların haricinde, duadan ayrı tutulmamıştır. Bu tedavi yöntemleri ile tavsiye edilen duaların en önemli iki özelliği ise tenzih ve sığınmaya odaklanmasıdır. Tedavi sürecinde tevbe ile Allah’a yakınlaşma, O’nu tüm noksanlıklardan tenzih etme ve yalnızca şifanın kaynağı olan Allah’ı vurgulama vardır. Ancak günümüzde hastalıkların ruhsal boyutu yahut hastanın psikolojisi hastalıktan ayrı tutulmaktadır. Tıp felsefesinin de konusu olan bu sorun, tıptaki teknolojik ilerlemeler ile hastalığın ve sağlığın da tanımlanması konusunda zorluklar ortaya çıkarmıştır.

Tıp felsefesi, teknolojik ilerleme ile birlikte modern tıbbın hastalık ve sağlık konusundaki tanımlar değişim göstermektedir. Kadim tıpta ateşin kontrol altında tutulması ile bugünkü ateş düşürücülerin kullanım alanları farklılıklar göstermektedir. Dolayısıyla hastalık tanımı hakkındaki tartışmalar tıp felsefesi açısından güncelliğini korumaktadır. Kadim tıbbın hastalıklar karşısında holistik bir bakışa sahip olduğunu bunun karşısında modern tıbbın branş çeşitliliği ile tek bir konuya teknolojideki gelişimin de etkisi ile daha derinlemesine baktığını görüyoruz.

Çin ve Eski Mısır geleneksel tıbbında sağlıklı olmak doğa ile uyumlu olmakla mümkündür. Kendi kültürümüzde de aynı şekilde insan bedeninin hastalıklara karşı içgüdüsel tepkilerinin altında doğal bir bilgelik yatmaktadır. Arka planda insan ile doğa bütünleşmesinin olduğu geleneksel tıp uygulamalarında doğadan yararlanırken ve doğal ecza dolapları oluşturulurken bitkilerden ve hayvansal ürünlerden medikal açıdan yararlanma konusundaki bilinçli tutum dikkat çekicidir. Anadolu’da bu hayvansal kullanımın en sık görüldüğü uygulamalardan biri ise yün üzerinedir. İbn Sînâ’nın El-Kânûn Fi’t-Tıbb adlı eserinde yünün hastalık tedavisinde kullanımı ile ilgili önemli bilgiler yer almaktadır.

Yünün insan sağlığı üzerindeki iyileştirici etkisini araştıran Raechel M. Laing ve Paul Swan’a göre yünün insan sağlığı üzerinde gözle görünür bir etkisi vardır. Buna göre, insan cildine değen saf yün cildin nem seviyesini artırır. Yünün alerjik olarak algılanması esasen alerjik bünyeli kişinin vücudundaki terin yünün de çeşitli üretim aşamalarından geçerken farklılaşmış hali ile ilgili olabileceğini söyler (Laing ve Swan, 2015).

Koyun postunun medikal kullanımı arasında; cilt hastalıkları, güneş çarpması, sarılık, damar tıkanıklığı, soğuk algınlığı, ateş, tifo, sıtma, yılan-akrep sokması, karın ağrısı, zayıflık ve verem, travma ve yaralanmalar, gelincik, zor doğumu hızlandırmak için, hemoroid, sırt ağrısı ve yaygın vücut ağrısı vardır. Bununla birlikte Anadolu’da



deriye çekme yöntemi yaygın olarak kullanılmıştır. Yün sarması olarak da bilinen yöntem çok farklı hastalıkların tedavisinde, yaralanmalarda ve eziklerde kullanılmıştır. Yün çorap giymek romatizma için faydalıdır. Ayrıca yün çorap tırnak batması tedavisinde kullanılmıştır.

Saf yün, pnömoni (zatürre), bronşit, astım ve diğer akciğer rahatsızlıklarının tedavisinde kullanılmaktadır. Balgamlı öksürük tedavisinde saf yün akgünlük bitkisi ile beraber kullanılır. Akgünlüğün dumanı yüne çekilip göğse kapamak suretiyle balgamın akciğerlerden atılmasına yardımcı olunur. Bu sebeple modern dönemde üretilen saf yün atletlerin reklamında, “astım, bronşit ve öksürük tedavisinde kullanılır” yazmaktadır. Saf yünden atletler haricinde bebekler için vücut sıcaklığını koruyan tulumlar, pusetler, battaniyeler ve diğer kıyafet türleri üretilmektedir. Hazır bezlerin zararlarından dolayı yıkanabilir bebek bezi tercih eden anneler için organik merinos yün bebek bezleri üretilmektedir. Bu bezlere lanolin (yün yağı) uygulaması ile sıvı geçirmez özelliği kazanırlar. Bebekler için saf yün donlar hem hazır bezlerin zararlarından korunmak hem de kolik bebeklerde gaz sancısını hafifletmek için kullanılır. İbn Sînâ'nın El-Ķānūn Fi't-ṭıbb'ının ikinci cildinde akgünlük, “buhur-u Meryem” olarak geçmektedir. İbn Sînâ için akgünlüğün en etkili tedavisi solunum rahatsızlıklarıdır.

Kadim tıp hekimlerinden Aidin Salih'in Gerçek Tıp kitabından geçtiği üzere yün kıyafetler kan dolaşımı için faydalıdır. Damar ve cilt hastalıkları için tavsiye edilmektedir. Fakat tedavi amaçlı kullanılan bu kıyafetlerin tamamı saf yünden olmalıdır. İçerisinde az miktar dahi sentetik iplik veya kumaş olursa akış bozulmaktadır.

Günümüzde koyun yününün çoğu medikal amaçlı kullanılabilen olmak üzere yararlanılan alanları; saf yün atlet, medikal hasta yatağı koyun postu, medikal yün dizlik, medikal yün kolluk, medikal yün korse, tiftik yün battaniye, koyun postu halı, saf yün kıyafetler, dışı koyun derisi içi koyun yünü bot, yün keçe ayakkabı, yün eldiven, bere,

atkı, çorap, yün yastık, yün yorgan, bebek ana kucağı, yıkanabilir bebek bezi, koyun yünü bebek-çocuk uyku tulumu, yün ayak puseti ve daha bir çok alanda kullanılmaktadır.

Yünün geçmişteki kullanımını her ne kadar imkansızlıklardan veya insanların daha kolay ulaşabileceği, yaşamlarının içinden, baktıkları hayvanlardan elde ettikleri yünü değerlendirmek için kumaş, kıyafet, halı, yorgan vb. kullanım amaçlı olarak üretilseler de bizim, modern dönemde yünü terk ederek yerine koyduğumuz sentetik kumaşlar, kıyafetler, sentetik elyaf yastık ve yorganlar sağlığımızı tehdit etmektedir. Yün doğal, doğadan bir malzemedir. Doğal olmayan kumaş kullanımından bazen kısa bazen uzun vadede ortaya çıkan bu olumsuz etkileri gözlemlediğimizde kadime, doğala, doğaya dönüşüm başlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Acar, H. (2018). Moğollardan Anadolu'ya Bir Halk Hekimliği Tedavi Yöntemi: Deriye Çekme. Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 8 (1), 33-46.
- Acıduman, A., Aşkit, Ç. (2017). 'Alī B. El-'abbās El-Mecūsī'nin Kāmilu's-Şinā'ati't-Ṭıbbiyye (Kitābu'l melikī) Adlı Ünlü Eserinde Gebelerin ve Çocukların Tedbiri Üzerine. Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi. 60: 64-81, S.67.
- Anlar, Ö. (2019). El-Kanun fi't-Tıp (Tıp Prensipleri) Özet Çeviri. Eski Yeni Yay., Ankara.
- Atıcı T., Atıcı E., Şahin N. (2010). Geçmişten günümüze cerrahi dikiş ipliklerinin tarihsel gelişimi. Ulusal Cerrahi Dergisi, 26(4), 233 - 242.
- Bahtiyari, M. İ., Akca C., Duran, K. (2008). Yün Lifinin Yeni Kullanım Olanakları. Tekstil ve Konfeksiyon 18, Sy 1: 4-7.
- Bettany, J., Saltikov (Ed.), (2012). Perspectives in The 21st Century - Challenges and Possibilities. p.177.



- Boisits, E. K., & McCormack, J. J. (1982). Diaper Dermatitis and The Role of Predisposition. Neonatal Skin: Structure and Function. Dekker, New York.
- Buhârî, "Farzû'l-Humus", 5.
- Buhârî, Tıbb 10, 21, 26; Müslim, Selam 139, (1214); Ebu Davud, Tıbb 13, (3877).
- Çiştî, M. (2019). Sufî Tıbbı. Çev. Hayrettin Tekümit. İstanbul. İnsan Yayınları.
- Değer M. (1989). Diyarbakır Yöresi Halk İlaçları ve Tedavi Yöntemleri. Tıp Tarihi Araştırmaları. History of medicine studies, 3, 124–128.
- Efendîgil Karatay, Canan. (2011). Karatay Diyeti'yle Yaşam Boyu Sağlık. Hayy Kitap. İstanbul.
- Eyüboğlu, İ.Z. (2007). Anadolu İlaçları. Derin Yay. İstanbul.
- Garg, S., & Sarkar, R. (2014). Diaper Dermatitis. Advances in Pediatric Dermatology-2: Neonatal Dermatology, 2, 79.
- John Wm. Schiffeler. (2015). The Origin of Chinese Folk Medicine. Çev. Kübra Yıldız Altın. Çin Halk Tıbbının Kökeni. Uluslararası Uygur Araştırmaları Dergisi. 2015/6, S.114.
- Kâhya, E, Tekeliye, S. (2015). Günlük Ağacı (Liquidambar orientalis, Sığla). Dört Öge, (7), 15-22. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/dortoge/issue/40206/478693>
- Karaöz Arıhan, S. (2003). Antik Dönemde Tıp ve Bitkisel Tedavi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Keskinbora, K. (2013). Şerefeddin Sabuncuoğlu'nun Cerrahiyet-ül Haniye Kitabında Göz Hastalıkları Konuları. Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 3 (2), 16-24.
- Koza, F. (2019). Alternatif Tıp Uygulamalarına Toplumun Bakışı: Elazığ İli Örneği. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Krzysztof Gieremek and Wojciech Ciesla (April 5th 2012). Natural Wool Fabrics in Physiotherapy, Physical Therapy Perspectives in the 21st Century - Challenges and Possibilities, Josette Bettany-Saltikov and Berta Paz-Lourido, IntechOpen, doi: 10.5772/38432.
- Laing, R., Swan, P. (2015). Wool in human health and well-being. Conference: 2nd International Conference on Natural Fibres, From Nature to MarketAt: San Miguel, Azores.
- Odabaşoğlu, H. Y. (2012). Bazı Azometin Boyarmaddeleri ve Metal Komplekslerinin Yün Kumaşlarını Boyama Özelliklerinin İncelenmesi. Pamukkale Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.
- Okumuş, N. (2010). Şâbân-ı Şifâî. TDV İslâm Ansiklopedisi. TDV İslâm Araştırmaları Merkezi.
- Olfaz, H. (2015). Yapağının Alternatif Kullanım Alanları. Bahri Dağdaş Hayvancılık Araştırma Dergisi, 1 (1-2), 18-28.
- Pormann, P. E. (2012). Tıp., TDV İslâm Ansiklopedisi. TDV İslâm Araştırmaları Merkezi. Cilt: 41, s.95-100.
- Porritt, N. (1907). The Use of Pure Animal Wool in Medical and Surgical Work. British Medical Journal. p.1673-1674.
- Reiss, J., Rachel A. A. (2016). Philosophy of Medicine. The Stanford Encyclopedia of Philosophy (Summer 2016 Edition), Edward N. Zalta (Ed.).
- Salih, Aidin. (2018), Gerçek Tıp Yitik Şifanın İzinde. (Yayına Hazırlayan: Hatice Misge) Yitik Şifa Yayıncılık. İstanbul.
- Sarı, H. N., (1988). 18. ve 19. Asırda Kimyager Hekimlerin Kullandıkları Aletler. Türk Dünyasında Kimya Bilimi ve Eğitimi Tarihi Kongresi (pp.151-190). Kayseri, Turkey.
- Sayılı, A. (1991). Mısırlılarda ve Mezopotamyalılarda Matematik, Astronomi ve Tıp. Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Atatürk Kültür Merkezi Yayını. Sayı: 47, Ankara.
- Sezgin, F. (2007). İslam'da Bilim ve Teknik. çev.: Abdurrahman Aliy. Yay. Haz.: Hayri Kaplan. Abdurrahman Aliy.- Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi. Cilt: IV.
- Şafak, O. N. (2006-2009), "İlk Dönem (14. ve 15. Yüzyıl) Türkçe Tıp Yazmalarında Çocuk Sağlığı Hastalıkları ve Tedavileri", Yeni Tıp Tarihi Araştırmaları, Cilt 12-15, İstanbul, s.227-313.
- Tokadî Mustafa Efendi. (2018). Tahbüzü'l-Mathûn, El-Kânûn Fi't-Tıbb Tercümesi. 1. Cilt, Cüz'iyât, Türkiye



Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları: 98,
İstanbul.

Tokadî Mustafa Efendi. (2018). Tahbizü'l-Mathûn, El-
Kânûn Fi't-Tıb Tercümesi. 3. Cilt, Cüz'iyât, Türkiye
Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları: 98,
İstanbul.

Tokadî Mustafa Efendi. (2018). Tahbizü'l-Mathûn, El-
Kânûn Fi't-Tıb Tercümesi. 6. Cilt, Cüz'iyât, Türkiye
Yazma Eserler Kurumu Başkanlığı Yayınları: 98,
İstanbul.