



Niçin Geleneksel veya Anadolu Tıbbı?

Why Traditional or Anatolian Medicine?

Süleyman Kaleli

Sakarya Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyoloji A.D., Sakarya, Türkiye.

Yazışma Adresi / Correspondence:

Süleyman Kaleli

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6043-2521>

Sakarya Üniversitesi Tıp Fakültesi, Korucuk Kampusu, Adapazarı/Sakarya, Türkiye

T: +90 536 549 11 61 E-mail: skaleli@sakarya.edu.tr

Geliş Tarihi / Received : **09.04.2019** Kabul Tarihi / Accepted : **14.01.2020**

Geleneksel ve Tamamlayıcı Anadolu Tıbbı Dergisi 2020, 2(1):1-5

Öz

Geleneksel tıp ile ilgili gelişmeler tüm dünyada büyük ilgi görmektedir. Dünyadaki gelişmeler ve bu konuda yapılan araştırmaların artması ülkemizde de kabul edilirliliği artmıştır. Ülkemizde Türk ve İslam yaşam tarzı araştırıldığında, geleneksel tıp alanında dünyada sadece Çin tıbbının olmadığını görmekteyiz. Son zamanlarda yapılan araştırmalar Çin Tıbbı olarak bilinse de Anadolu Tıbbı ve uygulamaları konusunda Hükümet ve Sağlık Bakanlığının desteğinin arttığını görmekteyiz. Bu yazıda "Niçin Anadolu Tıbbı?" sorusuna cevap bulunması amaçlanmıştır.

Anahtar kelimeler

Geleneksel tıp, Anadolu Tıbbı, tıbbi uygulamalar, sağlık

Abstract

Developments related to traditional medicine have received great attention all over the world. The developments in the world and the increase in the researches on this subject have increased its acceptance in our country. When the Turkish and Islamic lifestyles are investigated in our country, we see that there is not only Chinese medicine in the world in the field of traditional medicine. Although the recent research is known as Chinese Medicine, we see that the support of the Government and the Ministry of Health on Anatolian Medicine and its applications has increased. In the paper, finding answers to the question "why Anatolian Medicine" is aimed.

Key words

Traditional medicine, Anatolian medicine, medical applications, health

Giriş

Dünya sağlık örgütü verilerine göre günümüzde geleneksel tıpta tıbbi bitkiler hemen her ülkede yaygın olarak kullanılmaktadır. Üzerinde yaşadığımız bu topraklarda ise binlerce yıl geleneksel tedaviler uygulanmış ve bu tedavilerden şifa sağlanmıştır. Anadolu tıbbi olarak ifade ettiğimiz uygulamalar genellikle Anadolu halkının eskiden beri kullandıkları otlardan, köklerden yapılan ilaçların da yer aldığı fitoterapi olarak bilinen bitkisel tedaviler olduğu görülmektedir. Bununla birlikte bu toprakların İslam ile buluşması sonucunda beslenme ve yaşam tarzının da Anadolu Tıbbına dâhil olduğunu söyleyebiliriz.¹

Anadolu tıbbında Lokman Hekim'in önemli bir yerinin olduğunu vurgulamak gerekir. Bayatlı²'nin yazmış olduğu Şifalı Otlar ve Lokman Hekim eserinde "Hekimler derler ki; Allah kulları için otlar yarattı. Her birinin derde deva ve bir maraza şifa olması için Lokman Hekime bildirdi. Bir ot ben falan derde devayım derdi. Bin türlü ot yarattı. Her birine bir hasiyet verdi. Ve bu otların 770 derdi insanın eliyle dermandır". "Kuran-ı Kerimde — biz Lokman'a hikmet ihsan eyledik — ayetini ihtiva eden Lokman suresi ile Lokman'ın mevkii yükseltilmiştir" denilmektedir.

Hikmetli nasihatleriyle destanlaşan Hazret-i Lokman, zâhirî ve bâtinî hekimlerin pîridir. Rivâyetlere göre Eyyûb -aleyhisselâm- ile akrabâdır ve pek çok peygamberin hizmetinde bulunmuştur. Lokman'ın -aleyhisselâm- "hikmet" ehli olduğu, Kur'an-ı Kerim'de kendi adıyla anılan sûrede şöyle beyân edilmektedir: "Andolsun ki Biz Lokmân'a; «Al-lâh'a şükret!» diyerek hikmet verdik..."³ Lokmân Hekim'in hikmetine misâl olarak şu hâdise anlatılmaktadır: Birgün Dâvûd -aleyhisselâm-, Lokmân Hekim'den bir koyun kesip en iyi yerinden iki parça getirmesini istedi. Lokmân Hekim de ona, kestiği hayvanın dilini ve yüreğini getirdi. Aradan birkaç gün geçtikten sonra Dâvûd -aleyhisselâm-, bu defâ hayvanın en kötü yerinden iki parça et getirmesini talep etti. Lokmân Hekim, yine koyunun dil ve yüreğini getirdi. Hazret-i Dâvûd, ona bunun sebebini sorunca da şöyle dedi: "—Bu ikisi iyi olursa, bunlardan daha iyisi; kötü

olursa, bunlardan daha kötüsü olmaz!..."⁴

Lokman'ın –Aleyhisselam– hakimane tavsiyelerinden bir kaç şunlardır; Lokman'a sormuşlar; en büyük nimet nedir? İyi huylu olmak. En hayırlı mal nedir? Sağlık! cevabını vermiştir. Lokman bir gün, ayakyolunda çok kalan arkadaşına; "Ayakyolunda çok oturma ciğerlere hastalık gelir. Çok tutma illet verir" der. Arkadaşı da herkese ders olsun diye bu sözü ayakyolunun üstüne yazdırır.²

Anadolu toprakları, asırlardır birçok kavimlere, devletlere ve medeniyetlere ev sahipliği yapmıştır. Bu topraklarda yaşayan insanların bölgelere özgü endemik bitki ve diğer canlılardan yararlanarak sağlığı geliştirme ve iyileştirme yönünde ciddi çalışmalar yaptığını görmekteyiz.⁵

Halk dilinde "Çam sakızı çoban armağanıdır" kabilinde bir atasözünü ele alacak olursak bu atasözünde çam sakızının tıbbi kullanımının asırlardır Anadolu'da kullanıldığına işaret edilmektedir. Bu çam sakızı ne işe yarar? Çam sakızı üzerinde yapılan çalışmalara bakıldığında Anadolu'da çiğnenen çam sakızının oral kavitedeki enfeksiyonlara, tonsillit ve farenjite karşı analjezik ve antibiyotik olarak kullanıldığını görmekteyiz.⁶⁻⁸

Türkiye'de doğal olarak yetişen Mentha türleri Anadolu'da halk arasında nane yağı olarak kullanılır. Ayrıca asırlardır bu nane türlerinden bazıları kurutulmuş günlük yemeklerde kullanılmaktadır. Nane halk arasında spazm, gaz giderici, mide rahatlatıcı, mide ağrısını yatıştırıcı ve kusmayı, bulantıyı önlemek için, damla halinde kullanılır. Eczacılıkta önemli olan ve halk hekimleri tarafından önerilen nanenin, burun açıcı olarak ve cilt enfeksiyonlarına karşı da kullanıldığı bildirilmektedir.⁹

Kördiken sakızı ağrıyan çürük dişlere, ağrı kesici etkisi nedeniyle kompres olarak uygulanmaktadır. Yaprakları arpa unuyla karıştırılıp lapa haline gelinceye kadar dövüldüğünde, çıbanların üzerine sürülerek iltihap kurutucu olarak kullanılmıştır. Yine kapanması güç yaralar için

ayıkulağı yaprağı ile arpa unu dövülerek elde edilen lapa kullanılmıştır. Tekesakalı tohumundan ezilerek elde edilen un ile arpa unu karıştırılarak lapa haline getirilen karışımın ağrılı bölgelere sürüldüğünde iyi bir ağrı kesici olduğu bildirilmektedir.¹⁰

Kas hastalıkları için Akgünlük sakızı, Anason ve Ardıç tohumundan elde edilen macun kullanılır veya Arpa ve anason çayı önerilir. Ağız ve boğaz hastalıklarında adasonğanı suyu içilir veya beş parmak otundan elde edilen su ile gargara yapılır.¹¹

Çankırı'da bulunan Tuz Mağarası'ndan elde edilen tuz, geleneksel olarak faydalanılan önemli bir maddedir. Zengin kaya tuzu yatakları milyonlarca yıl önce oluşmuştur. Beş bin yıldır tuz üretiminin bu mağaradan sağlandığını araştırmalar ortaya çıkarmıştır. Günümüzde ise buradan çıkarılan büyük kütle halindeki kaya tuzu evlerde bulundurulmakta ve yorgunluk, nefes darlığı, astım, alerji ve cilt hastalıklarının tedavisinde olumlu etkilerinin olduğu düşünülmektedir. Mağaranın atmosferinin "kaya tuzu" nun doğal iyonlaşıcı/iyonlaştırıcı özelliğiyle astım, bronşit gibi üst solunum yolu nefes darlığı ile alerji ve bazı cilt hastalıklarının tedavisinde yararlı olduğu bildirilmektedir. Yörede tedavi edici olarak geleneksel faydalanmada sağlık açısından önemli bir yeri olduğuna inanılmaktadır. Kuzka 2012 Çankırı Tuz Çalıştay Raporu'na göre astım alerji ve saman nezlesi, akut solunum yolu hastalıkları, KOAH (Kronik Obstrüktif Akciğer Hastalığı), burun tıkanıklığı ve iltihabı, orta kulak iltihabı, kronik bronşit, zatürre, soğuk algınlığı ve grip, sinüzit, egzama, sedef hastalığı tedavisinde yararlanılmaktadır.¹²

Çörekotu tohumu ve tohumundan elde edilen preparatlar asırlardır halk hekimliğinde; soğuk algınlığı, baş ağrısı, astım, idrar söktürücü, sarılık, çeşitli romatizma ve iltihap hastalıkları ve vb. birçok hastalığın tedavisinde yaygın olarak kullanılmaktadır.¹³

Ülkemizde altın çilek, yer kirazı gibi isimlerle anılan Phy-

salis peruviana L. türü, geleneksel tıpta hepatit, sıtma, astım, dermatit, idrar söktürücü ve romatizma hastalıklarının tedavisinde kullanılmaktadır. Ayrıca, anti-astım, anti-septik, anti-ülser, gözün görme gücüne etkisi, boğaz rahatsızlıklarının tedavisi ve bağırsak parazitleri ile amiplerin yok edilmesi gibi birçok tıbbi özellikleri bulunduğu ve kolesterol seviyesini düşürücü etkiye sahip olduğu belirtilmektedir.¹⁴

Meyveler günümüzde tıbbi tedavilerin yanında tamamlayıcı tedavide büyük öneme sahiptir. Ülkemizde iklimsel farklılıkların olmasına rağmen 12 ay süre ile yaygın olarak yetişir. Meyvelerin en önemli özelliği antioksidan olmalarıdır. Antioksidanlar hücre hasarına neden olan serbest radikallere karşı koruyucu etkiye sahiptirler. İnsan vücudundaki hücresel oksidasyonlar sırasında açığa çıkan ve hücrelerdeki nükleik asit, mitokondri, protein ve enzimlere zarar veren serbest radikallere karşı savunma sistemini oluşturur ve hücreleri oksidatif stresten korurlar. Yeterli antioksidan olmadığı durumlarda serbest radikaller kanser, alzheimer, parkinson, diyabet, miyokardiyal enfarktüs gibi birçok fizyolojik hastalıklara neden olur. Doğal antioksidanlar olan polifenoller elma, ayva, armut, kocayemiş, muşmula, kiraz, karayemiş, kayısı, şeftali, erik gibi birçok meyve türünde önemli miktarda bulunmakta, meyvelerce zengin bir beslenme programı fizyolojik hastalıkların önlenmesinde yardımcı olmaktadır.¹⁵

Anadolu Tıbbı olarak ifade edebileceğimiz diğer bir yöntem "Ev İlaçları", "Koca karı İlaçları" olarak adlandırılan ve Halk hekimliğince kabul görmüş uygulamalardır. "Ev İlaçları", "Koca karı İlaçları" gibi isimlerle anılan bu tedaviler uzun tecrübeler sonunda günümüze kadar gelmiş ampirik uygulamalardır. Böyle tedavilerin kullanımı kadınlarda, yaşlılarda ve öğrenim düzeyi düşük olan toplumlarda en fazla olduğu görülmektedir. Koca karı ilaçları gelenek ve göreneklere bağlı olarak ilkel şekillerde devam etmekte, haricen veya dâhilen kullanılmaktadır. Dâhilen kullanılan ilaçlar çay, hap, çiğ, macun, şurup ve toz şeklinde hazırlanmakta olup daha çok çay şeklinde tüketilmek-



tedir. Tedavide kullanılan bu çaylar infüzyon, dekoksiyon ve soğuk maserasyon şeklinde hazırlanmaktadır.¹⁶

Sonuç olarak, Anadolu tıbbı üzerinde araştırmalar yapılmasına hala ihtiyaç duyulmakta olup, doğru uygulamalarının insanlığın hizmetine kazandırılmasının önemli olduğu düşünölmektedir.

Kaynaklar

1. Tataroğlu Et. Anadolu Tıbbi Folklorunda Cilt Hastalıkları Ve Tedavi Uygulamaları İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, 2014.
2. Bayatlı O. Şifalı Otlar ve Lokman Hekim. <http://www.bergama.bel.tr/bergama/Images/files/BroC5%9F%C3%BCrler/C5%9Fifali-otlar-ve-lokman-hekim.pdf>. Erişim Tarihi: 01.09.2019.
3. Diyanet İşleri Başkanlığı Kuran-ı Kerim Meali. Lokman Suresi, Ayet:12.
4. <http://www.islamveihisan.com/lokman-hekim-kimdir.html>. Erişim Tarihi: 01.09.2019.
5. Eralp K. Genetik Kaynaklar K Kaynaklar & Geleneksel B Geleneksel BİLGİ-13 Nisan 2016. https://www.wipo.int/edocs/mdocs/tk/en/wipo_ipk_ank_16/wipo_ipk_ank_16_presentation_eralp.pdf. Erişim: 03.02.2019.
6. Mişideci A, Koç U. Sakızlar ve Dental Sağlık Üzerine Etkileri. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi 2011; 12 (3) : 123-131.
7. Binlerce Yıllık Bir Alışkanlık: Sakız Çiğnemek. <http://www.urakbulut.com.tr/wp-content/uploads/2009/11/B%C4%B0NLERCE-YILLIK-B%C4%B0R-ALI%C5%9EKANLIK-SAKIZ-%C3%87%C4%B0%C4%9ENEMEK-ara%C4%B1k-2011.pdf>. Erişim Tarihi: 02.09.2019.
8. Savran G. Adana Bölgesinden Derlenen Bazı Halk Tıbbiuygulamalarının Tıbbi Antropoloji Açısından değerlendirilmesi. http://turkoloji.cu.edu.tr/CUKUROVA/sempozyum/semp_3/savran.pdf. Erişim Tarihi: 04.09.2019.
9. Özgün N. Nane Uçucu Yağının Siklodekstrinler İle Mikroenkapsülasyonu. Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi 2015.
10. Saday H. Güzeloluk Köyü ve çevresinin (Erdemli/Mersin) Etnobotanik Özellikleri. Selçuk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, 2019.
11. Aşımgil A. Şifalı Bitkiler Kitabı 19. Baskı. https://www.academia.edu/22816933/Sifali_Bitkiler_PDF. Erişim Tarihi: 03.09.2019.
12. <https://yayin.ogm.gov.tr/yaydepo/1710.pdf>. Erişim Tarihi: 04.09.2019.
13. Başak Özyılmaz, Güngör Yılmaz, Rahime Karataş. Farklı Yörelere Temin Edilen Çörekotu Popülasyonlarının Karakterizasyonu. II. Tıbbi ve Aromatikbitkiler Sempozyumu 23-25 Eylül 2014 Yalova.
14. Efe L, Doğruluk E. Altın Çilek (*Physalisperuviana*L.) Bitkisinin Beslenme ve Tıpta Kullanım Olanakları. II. Tıbbi ve Aromatikbitkiler Sempozyumu 23-25 Eylül 2014 Yalova.
15. Siülüoğlu M, Çavuşoğlu A, Erkal S. Meyve Türlerinin İnsan Sağlığı Bakımından Önemi ve Tıbbi Kullanımı II. II. Tıbbi ve Aromatikbitkiler Sempozyumu 23-25 Eylül 2014 Yalova.
16. Şar S. Anadolu'da Halk Hekimliği Uygulamaları. <https://www.medimagazin.com.tr/medimagazin/tr-animadolud8217da-halk-hekimligi-uygulamaları-676-315-3673.html>. Erişim Tarihi: 04.09.2019.