

doęa & saęlık

SAYI:3 • MAYIS 2005 • 3.00 YTL

KKTC FİYATI 4.50 YTL



Ağrılı Hastalıklarda
Akupunktur

Bir İçim Şifa
Adaçayı

Bir Tutam Saęlık

Aktar Musa Efendi

Doęal olarak
nasıl

zayıflayalım

Prof. Dr.
Kemal Hüsnü Can BAŞER:

Tıbbî bitkilerin geleceği çok iyi **2**

Geçen sayıdan devam...

- Tıbbî ve aromatik bitkilerin doğu ve batıdaki kullanım farklılıklarından nelerdir? Ülkemizde bu durum nasıldır?

Prof. Başer : Bu durum, gelişmiş toplum-gelişmemiş toplumla ilgilidir. İnsanların hastalıklara karşı tepkisi, dünyanın her yerinde aynıdır. İnsan, kendisi hastalandığından daha çok bir yakını hastalanırsa daha büyük ilgi gösterir ve bir şey yapmak ihtiyacı hisseder. Hele ki; çaresiz bir hastalıkta, yapamayacağı yoktur o insanın. Yani kanser gibi bir hastalıkta her tavsiyeyi ciddiye alır. Çaresizdir, çünkü. Dünyanın en zengin insanının bile parayla alamayacağı şeyler vardır. Yani bugün, "çok paranız varsa yaşarsınız, kanserden bile kurtulursunuz" diye bir şey yok. Sizin hayatınızı sadece birazcık uzatırlar. Dikkat edin; kanser teşhisi konulan insanlar hekimden tedaviyi aldıkları halde mutlaka alternatif tedavilere de yöneliyor.

Dikkat edin; kanser teşhisi konulan insanlar hekimden tedaviyi aldıkları halde mutlaka alternatif tedavilere de yöneliyor. 'Yönelmiyor' diyen yalan söylüyor. Hemen hepsi yöneliyor.

"Yönelmiyor" diyen yalan söylüyor. Hemen hepsi yöneliyor. Hasta veya yakınları söylemiyor ki, hekimden korktuğu için çoğu zaman. Bu da tedavilerin gerçekten olup olmadığını, yani doğru bir şekilde yapıp yapılmadığını şüphede bırakıyor. Ama bütün bunlardan kurtulmanın bir tek yolu var: bir kere her şey şeffaf, herkes samimi olacak ve en önemlisi bilimsellikten ayrılmayacağız.

- Prof. Turhan Baytop hoca ile de çalıştınız. O çalışmalarından bahsedebilir misiniz?

Prof. Başer : Hocayı çok özleyorum. Çünkü, Turhan Baytop, ülkemizde bugüne kadar gelmiş geçmiş en önemli bilim insanlarından biriydi. Bu insan, hayatı boyunca 25 tane kitap yazdı. Bu ülkenin insanları aydınlandırmaya diye Türkçe kitap yazdı. Bu ülkenin bilimi gelişsin diye çabaladı ömrü boyunca. Hem yabancıların hem Türklerin büyük saygısını kazandı. Büyük bir insandı. Yaşasaydı, inanıyorum ki birkaç kitabı

daha yazardı. Çok muhterem bir insandı. Allah gani gani rahmet eylesin. Turhan Baytop dediğiniz zaman benim içim cızlar. Benim hiç hocam olmadı ama inanılmaz saygı duyduğum bir insandı. Hürmet edilmesi, örnek alınması gereken bir insandı. Hâlâ aydınlatıyor. Türkiye'de tıbbi bitkiler ve eczacılık tarihi konularında gerçek anlamda ilk bilimsel kitapları yazmış olan insandı. Yani misyonunu çok iyi tamamlamış bir insandı. Onun için hocayı, rahmetle, hürmetle anıyorum.

Hocamla ilgili ben bir tane olay anlatayım: Bir Ağustos ayıydı. Bir gün telefon geldi hocadan bana; "Hüsnü bey, hatırlar mısın seninle şu Aconitum konusunda birkaç hafta önce bir tartışma yapmıştık. Aconitum orientale ile Aconitum ponticum. 'Bunlar aynı tür mü, farklı türler mi?' diye". Hoca farklı tür demişti, ben 'aynı tür hocam' demiştim. "Gel" dedi; "bunları anlamamın bir tane yolu var. Şimdi onları Artvin yaylalarında çiçektedir. Hemen yarın ben İstanbul'dan geleyim Trabzon'a, sen de Ankara üzerinden gel. Orda buluşalım. Ben, bir araba tutarım, oradan gideriz Artvin'e". "Tamam hocam" dedim. Kapattım telefonu, biletimi aldım, ertesi gün çıktım yola. Hakikaten hocayla Trabzon Havaalanı'nın kapısında buluştuk. Artvin'e gittik. Bir otelde kaldık. Ertesi sabah, bir eczacıya (Türkiye'nin her



yeniden eczacıdan tanırdı hoca. Çünkü, hepsi öğrencisiydi. O eczacı da öğrencisiydi ve bizi ilgiyle karşıladı, nereye oturacağını bilemedi) "bize bir taksi lazım" dedik. Bulduk bir taksi. Çıktık Bilbilan Yaylası'na. Bitkiyi gördük, inceledik ve resimlerini çektik. Bir süre sonra hocam beni telefonla aradı ve "Siz haklısınız Hüsnü bey, hakikaten aynı türmüştü" dedi. Sorunların çözümünün masa başında değil arazide olduğuna inanırdı.

- Bu olay bu işe duyulan aşkı da anlatıyor.

Prof. Başer : Aramızda 30 yaş fark vardı hoca ile. Hadi ben gencim. Hoca yaşına rağmen enerji doluydu. Yüreği öğrenme aşkıyla çarpan gerçek bir bilim adamıydı. Hatıralarını yazdı "Anadolu dağlarında 55 yıl" diye. Ruhu şad olsun.

- Ülkemizde kendi konusunda, gerekli tüm imkanlara sahip tek araştırma-geliştirme merkezi "Tıbbi ve Aromatik Bitki ve İlaç Araştırma Merkezi (TBAM)"ı kurduunuz. TBAM, nasıl kuruldu, neler yaptı?

Prof. Başer : Ben, bu okulun mezunuyum. Burası 1968 yılında, "Hastaş Özel Eczacılık ve Kimya Mühendisliği Yüksekokulu" olarak açıldı. 1971'de devletleştirildi. Kaydolan

ilk öğrencilerinden biriydim. Bu okulu 1972'de birincilikle bitirdim ve 1 numaralı diploması aldım. Daha 3. sınıftayken asistan olmaya karar vermişim. Zaten bitkilere merakım vardı. Okula asistan girdim. Bir yıl sonra, Milli Eğitim Bakanlığı'nın bursunu kazanınca; 1416 sayılı yasayla, Londra Üniversitesi'nde doktora yapmak üzere İngiltere'ye gittim. Ben, İstanbul Üniversitesi adına yollanmışım. 1978 yazında döndükten sonra, Eskişehir'e tayinimi istedim. O sırada Dekan olan Turhan Baytop hocam beni

bırakmak istemedi. Akşama kadar kendisini ikna etmek için uğraştım ve en sonunda muvafakatını verdi de Bakanlık tarafından benim tayinim buraya yapıldı. Geldiğim zaman bu okulda bilimsel araştırma adına hiçbir şey yoktu. Zaten, Fakültenin doktora tek eczacısıydım. Okul müdürümüz adli tıp doçentiydi. TÜBİTAK'ın desteğiyle küçük bir laboratuvar kurdum. Doçentlik çalışmalarına

başladım. Eskişehir'de ilk bitki kimyası çalışmaları böyle başlamıştır. Yayın yapmaya başladık. Benim aklımda bir araştırma merkezi kurmak vardı. Bir yönetmelik hazırladım. 1980 yılında

-burası akademiydi o zaman, daha üniversite değildi- o yönetmeliği Akademi Profesörler Kurulu'ndan geçirdik. Böylece "Tıbbi Bitkiler Araştırma Enstitüsü" kuruldu. Ama kâğıt üzerinde. Ben de Müdürlüğüne atandım. Yurt dışındaki

Çıktık Bilbilan Yaylası'na. Bitkiyi gördük, inceledik ve resimlerini çektik. Bir süre sonra hocam beni telefonla aradı ve "Siz haklısınız Hüsnü bey, hakikaten aynı türmüştü" dedi. Sorunların çözümünün masa başında değil arazide olduğuna inanırdı.

kuruluşlara mektup yazarak destek arama işine giriştim. Çünkü, o zamanki Akademi Başkanı'ne yaparsan yap, para-pul yok" demişti. YÖK Yasasıyla 1982 yılında enstitü merkez statüsüne getirildi (tam ismini 1995 yılında aldı). Sonuç olarak, Birleşmiş Milletler Sınai Kalkınma Teşkilatı (UNIDO) projemizle ilgilendi. Dediler ki; Türk Hükümetinden bize bir talep gelirse bu konuda ilgileneriz. Bu sefer Hükümeti ikna



bu araştırma merkezinde, 400'ün üzerinde yayın yaptık, düzenlenen 23 ulusal ve uluslar arası toplantıya 84 ülkeden 466 kişi katıldı. 200'ün üzerinde konferansa katıldık. Ayrıca, 1999 yılında UNIDO desteğiyle Uluslar arası Bilim ve İleri Teknoloji Merkezi (ICS) ile 8 ülkeden 10 kişinin katıldığı uçucu yağlarla ilgili

etmek için uğraştım. Sonunda başardık. 1984'te projemiz Türk Hükümetince de onaylanıp Resmî Gazete'de yayımlandı. Bina yapımı vs.'nin kararları çıktı ve ilk etapta yaklaşık 450 bin dolar destek aldık. Hibe desteğiydi bu. Bununla merkezi geliştirmeye başladık. 1986 yılında binamız tamamlandı ve 19 Kasım'ında, zamanın Cumhurbaşkanı Kenan Evren, konsey üyeleri, bakanlar, YÖK Başkanı ile kalabalık bir zevatin katılımıyla açılış yapıldı. Sonra yoğun şekilde projede öngörülen faaliyetlere giriştik. Yerli ve yabancı uzmanların nezaretinde genç ve dinamik bir kadro ile yüksek bir tempoda çok sıkı çalıştık. İki sene sonra projemiz sona ererken Birleşmiş Milletler yeni bir proje hazırlamamızı önerdi. Yeni bir proje hazırladık. Bize 500 bin dolar daha para geldi. Onunla devam ettik biz çalışmalarımıza ve ondan sonra çoştuk. Gelişmekte olan ülkeler yaranna grup eğitim programları yapmaya başladık ve her yıl düzenlediğimiz 3'er haftalık kurslarla 10 yılda 40 ülkeden 100'den fazla kişiye eğitim verdik burada. Çok sayıda projeyi aynı anda yürüttük. Birleşmiş Milletlerden aldığımız destekle, Silifke'de ki çalışmayan bir defne yağı fabrikasını çalışır vaziyete getirdik. 'Lityazol Cemil' diye bir ilaç vardır. Böbrek taşları için kullanılan bitkisel bir ilaçtır. Onun üretim yöntemlerini geliştirdik. Bu şekilde Türkiye'nin kendi alanında en donanımlı, en iyi, en çok üreten bir araştırma merkezi haline geldi burası. 16 yıllık ömrü içerisinde

bir hafta süreli kurs düzenledik. Diğer üniversitelerden ve bazı dış ülkelere gelenler dahil 83 araştırmacı yüksek lisans ve doktora çalışmalarını TBAM'ın imkanlarını kullanarak tamamlandı. Çok sayıda üretici, tüccar ve sanayiciye eğitim, analiz ve danışmanlık hizmetleri verildi. Muazzam bir aşama gösterdi burası ve Üniversitenin en çok üreten yeri haline geldi. Açılışından tam 16 yıl sonra, 2002 yılında yine bir 19 Kasım gününde, üniversite senatosunun, TBAM çalışanlarına danışmadan, aldığı karar gereği sürpriz bir şekilde TBAM'ın dünya'da marka olmuş ismi değiştirildi ve ben dahil diğer uzman personelin işine son verildi. Son 2,5 yıldır ben ve TBAM'da birlikte çalıştığım arkadaşlarım Eczacılık Fakültesinin Farmakognozî Ana Bilim Dalında çalışmalarımızı sürdürüyoruz. İsmi, "Bitki İlaç ve Bilimsel Araştırmalar Merkezi" (BİBAM) olarak değiştirilen binada halen eczacı çalışmıyor.

- Tıbbî ve aromatik bitkilerin, özellikle Avrupa Birliği(AB) sürecinde ülkemizde ve dünya

genelinde, geleceğini nasıl değerlendiriyorsunuz?

Prof. Başer : Geleceği çok iyi. Bakan, Avrupa Farmakopesi'ndeki bitkisel drog monografı sayısında artış var. Bu, AB'nin konuya verdiği önemi gösteriyor ki bu öyle geriye gidecek bir süreç değil. Türkiye de gerçek anlamda AB'ye girmede samimi ise, o zaman Avrupa'nın yaptığını yapmak zorunda. Bunu yaparsa, bu bizim halkımızın sağlığı için de uygun, ayrıca şunu da söyleyeyim; ilaçta patent artık Türkiye'de de kabul edildiği için, ilaç geliştirmeyen ilaç sanayimizin kendi patentini alabilme şansı çok düşük. Bu konuda AB'ye veya dünyaya kendi patentli ürünümüzü verebilme şansımız bitkisel ilaç geliştirmekle olabilir. Kendi formüllerimizi geliştirip, hayvan ve klinik deneyleri vs.

Birleşmiş Milletlerden aldığımız destekle, Silifke'de ki çalışmayan bir defne yağı fabrikasını çalışır vaziyete getirdik. 'Lityazol Cemil' diye bir ilaç vardır. Böbrek taşları için kullanılan bitkisel bir ilaçtır. Onun üretim yöntemlerini geliştirdik.

deneyleri vs. yapıp, gerçek etkili olduğunu bulduktan sonra onları kendi ürünlerimiz olarak yurtiçinde pazarlar veya yurtdışına satabiliriz. İlaç sanayimiz, biraz bu alana kaymak zorunda. Aksi takdirde, dediğim gibi jenerikler bilyor. Zaten jeneriklerle yerli ilaç sanayinin uzun süre

yaşamaması mümkün değil. İlaç sanayimizin araştırmaya yönelmesi gerekiyor aksi takdirde birkaç sene sonra Milli ilaç sanayimizin ne olacağını çok merak ediyorum. İlaç sanayinde henüz bu yönde bir kıpırdanma görmüyorum, herkes halinden memnun gibi ama eninde sonunda bu dediklerim gerçekleşecek.

- Hüsnü bey, çok teşekkür ediyoruz.

Prof. Başer : Rica ederim.

Uçucu Yağ

Mikroorganizma öldürücüdür

Pek çok uçucu yağ, mesela kekik yağı, mikroorganizmaları öldürücü özelliğe sahip. Yani, hem mikromantarları hem de bakterileri yok eden, hem de üremelerine mani olan etkileri var. Baharatlar ve aromatik çeşni bitkileri bu özelliklerinden dolayı da zaten pek çok gıdanın içine katılıyor.



- Aromatik yağların sağlıkta dahil kullanımı hakkında neler dersiniz?

Prof. Başer : Bunlara bir kere uçucu yağlar diyelim. Çünkü, bazen 'esansiyel yağlar' diye bahsediliyor, bu doğru değil. Esanslar ve eterik yağlar uçucu yağlar ile aynı anlamda. Ama aromatik yağ dediğimiz zaman farklı bir şeyden bahsediyoruz. Aromatik yağ şu olabilir, mesela, badem veya susam yağını bir uçucu yağ katarak kokulandırıp, masaj için kullanıyorsanız, ona aromatik yağ diyebiliriz. Yani sadece masaj ya da başka amaçlarla dıştan sürülerek kullanılan ama kokusu olan yağlara aromatik yağ denebilir. Uçucu yağlar veya esanslar, genel olarak, 'damıtma yoluyla elde edilen' uçucu özelliği olan yağlardır. Araştırma grubumuz bu konuda Türkiye'de en yoğun araştırmaları yapan gruptur. Araştırmamızda bu yağların sadece

kimyasına ve biyolojik etkilerine bakmakla kalmıyor, aynı zamanda onların üretim teknolojilerini iyileştirmeye yönelik çalışmalar da yapıyoruz. Uçucu yağların içlerinde bulunan uçucu moleküller canlılar üzerinde fizyolojik etki meydana getirirler. Bitkiler bu bileşikleri çevrelerinde bulunan diğer canlılarla iletişim aracı olarak üretir ve havaya salırlar. Bugün uçucu yağların mikrop ve mantar öldürücü, böcekleri cezbedici veya kovucu, insanlarda davranış değişikliklerine yol açıcı ve çok çeşitli tedavi edici etkilerini biliyoruz. Hem koklayarak santral sinir sistemi üzerinde, etki meydana getirebilirler, hem de bir kısmının deride emilme özelliği çok yüksektir. Denden emilip cilt rahatsızlıklarını iyi edebildikleri gibi, bir kısmı bu yolla kana karışıp sistemik etki de gösterebilir. Pek çok uçucu yağ, mesela kekik yağı, mikroorganizmaları öldürücü özelliğe

sahip. Yani, hem mikromantarları hem de bakterileri yok eden, hem de üremelerine mani olan etkileri var. Baharatlar ve aromatik çeşni bitkileri bu özelliklerinden dolayı da zaten pek çok gıdanın içine katılıyor. Baharatın etkisinin büyük kısmından uçucu yağlar sorumlu. Bu nedenle, baharatlı bir gıdaya katıldığınız zaman daha uzun ömürlü olmasını sağlıyorsunuz. Yani daha uzun süre bozulmadan kalabiliyor, hem de lezzeti düzeliyor.

Uçucu yağların, dahilen alınmaları yani içilmeleri doğru değil. Zaten çok acıdır ve tahriş edici özellikleri vardır. Zararlı etki yapabilirler. Bazı uçucu yağları içmek yerine onların aromatik suları içilebilir. Esanslar dıştan sürülerek kullanılabilir. Tabii, bazı bünyelerde allerji yapabilecekleri unutulmamalıdır. Örneğin, lavanta yağı yalıtıcıdır. Uykusuzluk çekiyorsanız, lavantayı koklarsanız rahat uyersunuz. Yasemin yağı ise tersi etki yapar. Uyanıdır.