

doğa & sağlık

SAYI 2 • NİSAN 2005 • 3,00 YTL

KKTC FİYATI 4,50 YTL



Tibba Yön Veren
Hekim



HİPOKRAT

**Mısır Çarşısı'nın
Dönüşümü**

Prof. Dr.
K. Hüsnü Can BAŞER:



Güzellik Sırları

**Tıbbî Bitkilerin
Geleceği Çok iyi**

Sofraların baştacısı
baharat



Ülkemizin saygın bilim adamlarından Prof. Dr. Kemal Hüsnü Can-Başer ile tıbbi bitkiler üzerine konuştuk. Kendisine Eskişehir'de, Anadolu Üniversitesi Eczacılık Fakültesi'ndeki çalışma odasında konuk olduğumuz Sayın Başer'le kapsamlı bir söyleşi çıktı ortaya. Her yönüyle ele aldığımız tıbbi ve aromatik bitkiler üzerine bu söyleşinin yararlı olmasını umuyoruz. Söyleşinin geniş olmasından dolayı yer veremediğimiz; yüzlerce araştırma, çalışma, makaleye imza atmış ve ödüller almış Prof. Başer hakkında ayrıntılı bilgi için www.khobaser.com şeklindeki internet adresini ziyaret edebilirsiniz. Seveceken tavırla misafirperverliğinden dolayı Hüsnü beye tekrardan teşekkür ediyor ve sizi söyleşimizle baş başa bırakıyoruz.

- Genel olarak tıbbi bitkileri değerlendirir misiniz ve siz tam olarak neler yapıyorsunuz?

Prof. Başer : Tıbbi bitkiler ya da şifalı bitkiler dediğimiz zaman inanılmaz bir dünya, büyük bir okyanusa giriyoruz. Bu muazzam bir okyanus, insanlık tarihi kadar eski tarihi olan; dünyanın en eski bilimlerinden bir tanesi. Belki o gün bir ismi yoktu ama bugün Farmakognozî diyoruz. Türkiye'de resmen sadece Eczacılık Fakültelerinde eğitimi verilen Farmakognozî'nin konusuna sadece bitkiler değil, hayvanlar olsun, mineraller olsun, yani doğal kaynaklı olan hemen hemen her tedavi vasıtası giriyor. Ama genellikle mineralleri bu işin dışında tutuyoruz; çünkü, onunla ilgilenen başka bilim alanları oluştu. Şöyle diyebiliriz: Biyolojik kaynaklı olan ve canlıların vücudunda fizyolojik değişikliğe sebep olan her madde

farmakognozî'nin alanına giriyor. Tabii, bitkiler bunlar içerisinde çok önemli bir yere sahiptir. Çünkü, onları görebiliyoruz, çevremizde yetişiyorlar. Onları elle tutabiliyoruz, onlarla dost olabiliyoruz, onları yetiştirebiliyoruz. Yani onlarla iyi geçiniyoruz. Faydalı ve zararlı bulduğumuz bitkilere yerel bir isim mutlaka veriyoruz ama her bitkinin yerel ismi yok. Ancak, her bitkinin bir bilimsel ismi olmak zorunda. 11 Cilt halinde yazılmış olan Türkiye Florası bu konuda elimizdeki en önemli kaynak. Bitkiyi tanıdıktan sonra hakkındaki bilgileri

topluyoruz. Bu bilgileri halktan toplayabilirsiniz. Bu konuda yapılmış etnobotanik çalışmalardan yararlanabilirsiniz. Yayınlanmış eserlere, eski kaynaklara bakarsınız. Mesela Türkiye bitkileri

için, bizim en eski kaynaklarımızdan bir tanesi Dioscorides'in 'Materia Medica'sıdır. Hoş Türkçesi yok bu kitabın, ne yazık ki. Maalesef Türkçesi yok ama Osmanlıcası var Süleymaniye Kütüphanesi'nde. İngilizcesi var. Yine büyük alimlerden İbn-i

İbn-i Baytar'ın kitabı Süleymaniye Kütüphanesinde var ama çevirisi yapılmış değil. İbn-i Sina'nın Kanun'unun mutlaka Osmanlıcası vardır. Şimdi biz, İngilizcesinden öğreniyoruz? Niye Türkçesinden öğrenmeyelim.

Prof. Dr.
Kemal Hüsnü Can BAŞER:

Tıbbî bitkilerin geleceği çok iyi

Sina'nın Kanun'unun mutlaka Osmanlıcası vardır. Şimdi biz, İngilizcesinden öğreniyoruz. Maalesef kendi değerlerimize sahip çıkmıyoruz. Eser vermeyi istemiyoruz, yazılmış eseri bile bugünkü Türkçemize çevirmiyoruz. Yabancı kaynaklardan, İngilizceden öğreniyoruz. Niye Türkçesinden öğrenmeyelim?

Bitkilerin kimyasını araştırıyoruz. Bu araştırmaları yaparken mesela, eski kaynaklarda bitkilerin tıbbî etkilerinden mutlaka söz edilir. Halk arasında da muhakkak bazı bilgiler vardır. Bunları topluyoruz. Bir bitkinin içinde çok sayıda kimyasal madde var: kimyasal bakımdan çeşitli yani moleküler yapıları birbirine benzeyen ve benzemeyen bir sürü maddeler var. İşte biz o maddeleri ayırıyoruz. Yapılarını aydınlatıyoruz. Nasıl bitkiye isim koyduysak, o maddelerin de bir ismi var. Diyoruz ki; bunun içerisinde morfin, papaverin var. Yani, içeriği mutlaka özel isimle tanımlıyoruz. Çünkü, o zaman başka bilim adamları bizi anlayabiliyor. İçerisinde bu var dediği zaman, "ha, öyleyse tamam" diyor. Bir bitkinin etkili olup olmadığını anlamak için ise biyolojik etki tayinlerini yapmak zorundayız.

Özetle ortalıkta gezinen, asırlardır bize intikal eden bilgiyi bilim süzgecinden geçiriyoruz ve ortaya saf şeyler çıkarıyoruz. İşte o saf şeyler yararlı bilgi sağlıyor. Elde edilen bilgi ile ise ilaç geliştiriliyor. O bitkinin tıbbî özellikleri ,

dolayısıyla bilginin doğruluğu ispatlanmış oluyor.

Bir yaprağı ele alalım: şifalı bir bitkinin yaprağının aslında bir tableten genel olarak bir farkı yoktur. İkisi de ilaçtır. Aralarındaki tek fark doz farkıdır. Bir tablette etkili maddeleri daha konsantrasyon şeklinde bir şekilde alırsınız, ama bir yaprağın içerisinde onlar daha az miktardadır. O zaman tabletteki doza yakın olması için belki yarım kilo yaprak yenmesi gerekir. Yarım kilo yaprak yemek yerine almışlar onları ekstre etmişler. Ekstre ettiğiniz zaman onun içindeki aktif maddeleri konsantrasyon edersiniz. Daha yoğun bir şekilde bulunurlar. O zaman 500 gr. olur 1 gr. Onu tablet haline getirirseniz ilaç olur. Bugün maalesef hekimlerimiz bile kendilerinin reçetelere yazdığı pek çok ilacların bitkilerden elde edildiğini bilmiyor. Onları suçlamıyorum zira bitkilerle tedavi eğitimi verilmiyor kendilerine.

- Dünya genelinde tıbbî ve aromatik bitkilerin durumu nedir?

Prof. Başer : Sanayi devrimine kadar, tıbbî bitkiler revaçtaydı. Hekimler onları çok iyi biliyor ve kullanıyordu. Çünkü başka ilaç yoktu. Sanayi devriminden sonra her şeyi bol miktarda üretmek, yani, kitlelere tüketim maddelerini

bol miktarda arz etmek ihtiyacı doğdu. Böyle olunca sentetik ilaç yapma işi gelişme gösterdi. Böylece doğallardan uzaklaşmaya başlandı. Çünkü, bitkiyi gidip toplayacaksınız, en verimli olanları bulacaksınız, ilaç yapacaksınız. Maliyetlerin giderek yükselmesi ve yeni ilaç hammaddesi bulma ihtiyacı nedeniyle sentetik ilaç sanayii gelişti. Sentetik ilaç sanayine çok büyük yatırımlar

1980'lere gelindiğinde bilhassa gelişmiş ülkelerde oluşan refah toplumunda insanlar, daha uzun ve sağlıklı yaşama arzusuyla yeni şuur geliştirmeye başladılar. Bu sürece "yeşil dalga"; veya, "doğaya dönüş" ismi verildi. bu süreç, Almanya'da ses getirmeye başladı ve Alman hükümeti Sağlık Bakanlığında komisyonlar kurdu.

yapıldığı ve geniş çaplı yaygın araştırmalar yapıldığı için ve bilhassa petrokimya sanayii geliştiği için, o hammaddelerden başlayarak, sentezlerle işte bugün bildiğimiz bir sürü ilaç hammaddesi piyasa çıktı. O zaman kimse bitkilere bakmaz oldu. Bitkisel kökenli ilacların sayısı azaldı. Hekimlerin hiçbiri onlara itibar etmez oldu. Buna rağmen, yine de çok sayıda bitkisel ilaç hammaddesinin modern ilaç yapımında kullanıldığını söylememiz gerek.

Epey bir zaman geçtikten sonra 1980'lere gelindiğinde bilhassa gelişmiş ülkelerde oluşan refah toplumunda insanlar, daha uzun ve sağlıklı yaşama arzusuyla yeni şuur geliştirmeye başladılar. Zira, bilhassa şehirlerde yaşayanlar doğadan kopmuş bir halde yoğun tempoda çalışkanlarının farkına vardılar. Doğadan uzaklaşmayı ve doğal olmayan maddeleri kullanmayı pek çok hastalığın sebebi olarak görmeye başladılar. Bu sürece "yeşil dalga"; veya, "doğaya dönüş" ismi verildi. 1970'lerde başlayan bu süreç, Almanya'da ses getirmeye başladı ve Alman hükümeti Sağlık Bakanlığında komisyonlar kurarak Almanya piyasasındaki sağlık ürünlerini incelemeye aldırdı. Hepsine alfabetik olarak; A, B, C, D, E diye bir isim ve ayrı ayrı görevler verdi. E komisyonuna farmakognostları aldı ve bunlara dedi ki; siz Almanya piyasasındaki bütün bitkisel drogları alın, hepsini bir bilimsel süzgeçten geçirin ve bir rapor hazırlayın. Bu komisyon,

yürüttüğü çalışma sonunda Almanya piyasasında satılmakta olan bütün bitkisel droglarla ilgili rapor hazırladı. İyi olanlar, sakıncalı olanlar gibi değişik kategorilerde listeler oluşturdu ve 400'e yakın monograf hazırlandı. Bu monograflar Alman resmi gazetesinde yayınlandı. "Bu droglardan ilaç yapabilirsiniz" denince Almanya'da muazzam bir bitkisel ilaç sanayii oluşmaya başladı. Halk, hekime gittiği zaman "bana bitkisel ilaç yaz" demeye başlayınca, hekimlerin geçirdiği şaşkınlığı gören tıp fakültesi öğrencileri üniversite yönetimine "Fitoterapi, yani bitkilerle tedavi" konusunda ders açılması için baskı yaptılar. Önce, Münih Üniversitesi'nde, tıp fakültesi öğrencilerinin talebi üzerine; ders programlarına haftada sadece 1 saat ve seçimli olarak 'fitoterapi (bitkilerle tedavi)' dersi kondu. O kadar yoğun ilgi oldu ki; idare, dersin saatini artırmak ve zorunlu ders haline getirmek durumunda kaldı. Orada hekimlere, bitkisel droglar bir klinisyenle birlikte bir farmakognozi hocası tarafından öğretilirdi yıllarca ve bugün Almanya'da bütün tıp fakültelerinde 'fitoterapi' dersi var.

- Alman yaşı

nüfusunun fazla olması, halkın bir yönden de bitkilere ilgiyle ilintili olabilir mi?

Prof. Başer : Öyle bir istatistik okumadım ama olabilir. Çünkü, Avrupa'da Almanya, bu işi en ciddiye alan ve en sistemli şekilde yapan ülke. Pek çok ülkeye de örnek olmuştur. Bu yıl başında yürürlüğe giren Avrupa Farmakopesi'nin 5. baskısında 200'ün üzerinde bitkisel monograf var. Türkiye de 1994'ten beri Avrupa Farmakopesine üye. Çalışma gruplarına uzman da veriyor. Tıbbi bitkilerle ilgili iki

komisyon var, birinde ben de görevliyim. Yılda 3 kez Strazborg'a gidip, o monograflar üzerinde çalışıyoruz. Yani, büyük bir ilgi var ve bu ilgi devam edecek. Kimisi diyor ki; "yok artık bitti, doyuma ulaştı, geri gidiyor". Hayır, öyle bir şey yok. Avrupa Farmakopesi'nin her baskısında daha çok sayıda bitkisel drog var. Bunların sayısı sürekli artıyorsa, bu ileriye gidiş midir, geriye gidiş midir? Hayır, ileri gidiştir. Şimdi bakın şunu söyleyeyim: benim, sentetik ilaç sanayine bir itirazım yok. Herkes araştırmasını yapsın, bulsun bir şey ama tek bir ilaç olmaz. Efendim, bu derdin devası sadece şu ilaçtır. Böyle bir şey olabilir mi? Sunsun herkes alternatifini, isteyen istediğini kullansın.

Bugün tabii dünyada ilaç mevzuatında en katı ülke ABD'dir. Çünkü, orada Gıda ve İlaç İdaresi (FDA) var. FDA, neyin ilaç olup olmadığına ve ilaçların ruhsatlandırılmasına karar veriyor. Halktan büyük bir baskı Amerika'da da var. Halk, bitkisel ilaç kullanmak istiyor ama FDA engel çıkıyordu. 1994 yılında burada da yeni bir yasa çıktı: Gıda Bütünleyiciler Sağlık ve Eğitim Yasası (DSHEA). Bu yasa, ilaç tanımını birden genişletiverdi ve şöyle yaptı:

Avrupa Farmakopesi'nin her baskısında daha çok sayıda bitkisel drog var. Bunların sayısı sürekli artıyorsa, bu ileriye gidiş midir, geriye gidiş midir? Hayır, ileri gidiştir.



birtakım droglar, mesela çay olarak içilen veya birtakım basit rahatsızlıklar için kullanılan maddeler ilaç değildir, gıdadır, daha doğru bir ifadeyle gıda bütünüleyicidir. Bu yasayla birlikte çok geniş bir terminoloji yelpazesi oluştu, fonksiyonel gıdalar, tasarımcı gıdalar gibi. Bunlar hepsi aynı şey. Bu yasayla bitkisel droglar ilaç formunda, yani kapsül, tablet, tentür, vs şekillerinde gıda bütünüleyici (dietary supplement) olarak üretilmeye veya vücutta fizyolojik bir değişim yapacak kimyasal madde, bilinen bir gıda ürününün içerisine katılmaya başlandı. Mesela, bir yoğurdun içerisine siz, antioksidan etkili doğal bir madde katıyorsunuz, o sizi aynı zamanda kanserden vs. koruyacak bir özellik de kazanıyor. Böylece, hem gıdanızı alıyorsunuz hem de vücudunuza yararlı olabilecek bir başka maddeyi almış oluyorsunuz. Enerji içecekleri de bu sınıfa dahil ürünler zira içerlerinde yüksek miktarda kafein (çay ve kahvenin etkili maddesi) var.

- Ülkemizde yasal durum nasıldır, Avrupa Farmakopesi'nin ülkemizdeki durumu nedir?

Prof. Başer : Ülkemizde durum çok karmaşık. Avrupa Farmakopesi, Türkiye'nin resmi farmakopesi ama İngilizce. Onun, hızlı bir şekilde Türkçeye çevrilmesi gerekiyor ve herkesin kullanımına sunulması gerekiyor. Avrupa Farmakopesi'nin 1. cildinin Türkçesi basıma hazır. Sağlık Bakanlığı " hadi basın!" dese bir haftada çıkacak. Kanunla kurulan, üyeleri üçlü kararnameyle atanan Türk Farmakope Komisyonu'na 1985'ten beri üyeyim. Yani, bu konularda karar alabilecek bir organ var olduğu için bir mevzuat boşluğu da yok, ama bu kurul epey bir süredir toplanamıyor.

Sağlık Bakanlığının, üstüne düşeni daha çok yapması lazım. Sağlığı korumak ve iyileştirmek amacıyla veya iddiasıyla kullanılan

bitkisel maddelerle, Tarım Bakanlığı değil Sağlık Bakanlığı ilgilenmeli. Bu konuda yetkili, aynı bir komisyon kurarak bu konuyu halledebilir. Bizde, hâlâ gıda

madde var. Bu maddeye göre; tıbbi gıdalar, ilaç kapsamı dışındadır ama bu terimi o yasaya alıyor. Dikkat edin, 'tıbbi gıdalar' terimi, Amerika'da daha yakın



sayılan pek çok şeyin izin ve denetim işlerini, Sağlık Bakanlığımız Tarım Bakanlığına devretti. 'Bunlar gıda, sen ilgilen' diye. Eğer bunlar, bir şekilde gıda amacından uzakta kullanılıyorsa; yani, vücutta birtakım fizyolojik değişiklikleri meydana getirecek şekilde kullanılıyorsa, bir anlamda ilaç veya ilaç benzeri bir şey demektir. Bakınız, 1928'de çıkan 1262 Sayılı "İspençiyari ve Tıbbi Müstahzarat Kanunu"muzda,

-ki, bilindiği üzere bu kanun tüm Türkiye'de, ilaç yapımı ve eczanelerde nasıl meslek icra edilir; ilaç, nerde, nasıl yapılır'ı düzenleyen bir kanundur- "tıbbi gıdalar, deval gıdalar" diye bir

zamanda çıkan yasadan önce bizde var. Sözkonusu madde, şu anlama geliyor: eczacılar, eczanelerde bunları; yani, tıbbi gıdaları Bakanlıktan izin almadan üretebilir, kullanabilir ve satabilir.

Ülkemizde durum çok karmaşık. Sağlık Bakanlığının, üstüne düşeni daha çok yapması lazım. Sağlığı korumak ve iyileştirmek amacıyla veya iddiasıyla kullanılan bitkisel maddelerle, Tarım Bakanlığında değil Sağlık Bakanlığında ilgilenmeli.

Yine yasalımıza göre, aktarların tek tek drog satmalarına bir itiraz yok. Ama ikisini kaşıtıramaz. Çünkü, kaşıtırdığı zaman ilaç olur. Türk yasalarına göre ise ilaç yapma hakkı sadece eczacıya verilmiştir.

Yapılacak çok şeyin olduğu düşüncesindeyim. Bakın Almanya nasıl yapmış. Bugün kimse Almanya böyle yaptı diye itiraz ediyor mu? Bilakis, herkes örnek alıyor. Bugün Almanya'da gidin istediğiniz eczaneye; size kendi bitkisel çayını yapar. Neden? Çünkü, ilgili bakanlık aynı zamanda