

bağbahçe

TEMA

ÇEVREBAHÇEÇİÇEK DERGİSİ SAYI: 24 TEMMUZ-AĞUSTOS 2009 FİYATI: 3TL



Biyçeşitlilik Sözleşmesi ve
Türkiye'nin Floristik Yapısı

TÜRKİYE'NİN TEHDİT ALTINDAKİ BİTKİLERİ
Yanardöner (*Centaurea tchihatcheffii*)

Anadolu'nun
Herdem Yeşil Meşeleri I.

Frezya (*Freesia* sp.)

Yaz Çiçekleri

Yaz Aylarında
Bitkilerde Sağlık

Anadolu Çiçekleri

İhlamur (*Tilia* spp.)

Yaz Aylarında Bahçe ve Bitkiler



Ihlamur

(*Tilia* spp.)

Ihlamur, Ihlamurgiller (*Tiliaceae*) familyasındandır. Avrupa'da yaygın görülen "*Tilia cordata* Mill." ve ülkemizde bulunan "*Tilia platyphyllos* Scop." türleri ile her iki türün melezi olan "*Tilia x vulgaris* Heyne" türüne ait çiçeklerin kurutulmuş halleridir. Çiçek, sapıyla bağlı olduğu yapraksı brakte ile birlikte drog olarak kullanılır. Sarımsı yeşil renkli çiçek durumu, sarımsı yeşil renkli ve zara benzeyen, dil şeklindeki tüysüz braktenin ortasından çıkan, ortalama 2-7 sarı renkli çiçekten ibarettir. Çiçekler, taze iken kuvvetli, hoş kokulu ve baharlı lezzettedir.

Ihlamurun kuru droğu, hafif karakteristik kokulu; az tatlı ve müsilaj benzeri lezzettedir.

Ihlamur çiçeği (*Tilia flos*), Avrupa Farmakopesinde kayıtlıdır.

İngiltere'de "Genel Satış Listesi" kapsamındadır. Ayrıca, İngiliz Farmakopesi (BP) ve Alman "Komisyon E" listesinde de kaydı vardır. Avrupa Konseyi tarafından, doğal gıda tatlandırıcısı kategori-

sinde tanımlanmış olan ıhlamur çiçeği; ABD'de, genel olarak güvenilir kabul edilen gıda ürünlerinin bulunduğu "GRAS" listesinde yer alır.

Bileşiminde, organik asitler (kafeik, klorojenik, p-kumarik asitler); amino asitler (alanin, sistein, sistin, izolösin, lösin, fenilalanin, serin); karbohidratlar (%3 oranında müsilaj, basit şekerler, zambak); flavonoidler (kemferol, kesretin, mirisetin ve gilkozitleri), % 0,4-0,5 uçucu yağ (sitril, sitronellal, sitronellol, öjenol, limonen, nerol, alfa-pinen ve alfa-terpineol gibi monoterpenler, farnesol adlı seskiterpen); daha az miktarda

saponinler; kondanse tanen ve tokoferol bulunur.

Ihlamur çiçeği, geleneksel olarak migren, histeri, damar sertliğine bağlı ve sinirsel yüksek tansiyon, ateşli soğuk algınlığı hallerinde kullanılmaktadır. Yatıştırıcı, spazm çözücü, terletici, göğüs yumuşatıcı, idrar söktürücü ve hafif astrenjan özelliğe sahiptir. Ihlamur ile yapılmış klinik çalışma bulunmamaktadır.

Yan etkisi olmayan; toksik olmadığına dair veri bulunmayan, emniyetli bir droğdur. Kalp hastalığı olanların, ıhlamurdan sakınmasına dair bir söylenti varsa da bu konuda bilimsel kanıt yoktur. Aksine bilgi

Kafkas ıhlamuru
(*Tilia rubra* DC.)





bulunmamakla birlikte, hamilelikte ve lohusalıkta kullanılmaması tavsiye edilir.

Ihlamur, en çok çay halinde tüketilir. Günlük yetişkin dozu 2-4 g'dır. Sıvı ekstresinde (%25'lik etanolde 1:1), günlük yetişkin dozu 2-4 ml'dir; %45'lik etanolde 1:5 oranında hazırlanan tentürü için doz, 1-2 ml'dir.

Ihlamur çayı, kısa süre demlendikten sonra hemen içildiğinde, uçucu yağında bulunan terpenik alkoller (örneğin farnesol) suya geçeceğinden, sinir yatıştırıcı etkisi görülür. Normal demlenme süresinden sonra içildiğinde, suya daha geç geçen flavonoidlerden dolayı,

idrar söktürücü etkisi açığa çıkar. Uzun süreli kaynatma sonucunda ise, suya geç geçen müsilajlardan dolayı, göğüs yumuşatıcı etkisi görülür. Yani, ihlamurun soğuk algınlığında rahatlatıcı etkisi görülmek isteniyorsa, uzun süre kaynatılması gerekir.

Ülkemizde yetişen üç ihlamur türünün çiçekleri, ticarete bulunmaktadır; gümüşü ihlamur (*Tilia argentea* Desf.), büyük yapraklı ihlamur (*Tilia platyphyllos* Scop.), kafkas ihlamuru (*Tilia rubra* DC.). Ihlamur ağacının, kurutulmuş dal ve gövde kabukları da müsilaj içerdiğinden; %1-5'lik dekoksyonunun (haşlama) yatıştırıcı, göğüs yumu-

şatıcı ve safra söktürücü etkilere sahip olduğu bildirilmiştir.

K. Hüsnü Can Başer
Prof Dr; Anadolu Üni. Eczacılık Fak
Fotoğraflar: Salih Sercan Kanoğlu

Bu yazıda belirtilen ifadeler, sadece bilgilendirme amaçlı olup tavsiye niteliği taşımaz. Hastalıkta, tedavinin mutlaka doktor kontrolünde yapılması gerektiği unutulmamalıdır.



Gümüşü ihlamur
(*Tilia argentea* Desf.)