

bağbahçe

TEMA

ÇEVREBAHÇE ÇİÇEK DERGİSİ SAYI: 25 EYLÜL-EKİM 2009 FİYATI: 3 TL

TÜRKİYE'NİN TEHDİT ALTINDAKİ BİTKİLERİ

Piyan (*Thermopsis turcica*)

Beypazarı Adaçayı (*Salvia aytachii*)

Nilüfer (*Nymphaea sp.*)

Bakımı ve Çoğaltılması

NGBB Bitkiler

Kumar (*Rhododendron sp.*)

Çitalpa (*X Chitalpa tashkentensis*)

Yaz Sonunda
Bahçe ve Bitkiler

Yazsonu Çiçekleri

Çobanüzümü (*Vaccinium myrtillus L.*)

Anadolu'nun Herdem
Yeşil Meşeleri II.

Yazsonunda
Bitkilerde Sağlık

5 Yıl



Çobanüzümü

(*Vaccinium myrtillus* L.)

Rize’de, “Likapa”; Trabzon’da “Ligarba”, “Lifos” ya da “Trabzon üzümü”; Rize’nin Pazar ilçesinde, “Kaskanaka”; Rize’nin Ardeşen ilçesinde, “Çera” ya da “Çela”; Rize’nin Çamlıhemşin ilçesinde, “Hencoyik”; Artvin’de, “Morsivit”; Giresun’da, “Çalı çiçeği”; diğer bölgelerde ise “Ayı üzümü”, “Çay üzümü” gibi isimlerle anılır.

Çobanüzümü (*Vaccinium myrtillus* L.), ülkemizin özellikle kuzey ormanlarında yetişen, Fundagiller (*Ericaceae*) ailesinden kışın yapraklarını döken bir çalıdır. Bitkinin, kurutulmuş olgun meyvelerinden yararlanır. Bezelye büyüklüğünde, buğulu mavi renkli meyveleri, “Yaban mersini” adıyla da bilinir. İngilizce’de “bilberry”, “blueberry”, “huckleberry”; Almanca’da “heidelbeere”, “blaubeere”;



Fransızca’da “myrtille” adlarıyla nitelenir.

Avrupa farmakopesinde taze çobanüzümü meyvesi (*Myrtilli fructus recens*), kuru çobanüzümü meyvesi (*Myrtilli fructus siccum*) ve çobanüzümü taze meyvesinin rafine ve standart kuru ekstresi (*Myrtilli fructus recentis extractum siccum raffinatum et normatum*) adlı droglar kayıtlıdır. Alman E Komisyonu, çobanüzümü meyvesinin, akut diyare ile hafif ağız ve boğaz yangılarının lokal tedavisinde, astrenjan olarak kullanımını onaylamış; çobanüzümü yaprağı (*Myrtilli folium*)’nın kullanımını uygun bulmamıştır. Çobanüzümü meyvesi, Alman ilaç kodeksinde; çayı ise Alman standart ruhsatlarında kayıtlıdır.

Meyve preparatları, varis gibi kılcal damar dolaşım bozuklukların-



da; damar sertliği, damar yetmezliği ve basurda; sarı nokta hastalığı (Macular degeneration), glakom ve katarakt gibi dejeneratif retina bozukluklarında kullanılmaktadır. Göz hastalıklarına karşı etki mekanizması, retina çubuklarındaki rodopsin (retina moru) adlı ışığa hassas pigmentin, parçalanmasını önleme ve üretimini artırma olarak izah edilmektedir. Kılcal damarların kırılgenliğini ve geçirgenliğini azalttığı da düşünülmektedir.

Çobanüzümü meyvesinde, invert şeker (glikoz + fruktoz) (%30); kateşik tanen (%5-10); meyve asitleri (>%1); polifenoller (antosiyaninler) (%0.5); flavonoidler (astragalin, hiperozit, izokersitrin, kersitrin); fenolik asitler (kafeik asit, klorojenik asit); triterpenler (ursolik asit); pektinler bulunur. Polifenollerden, prosiyanidin B1-B4 ve özellikle malvidin, siyanidin, delfinidin gibi antosiyanidinlerin şekerlere bağlı glikozit formları (delfinidin-3-O-arabinozit, delfinidin-3-O-galaktozit), delfinidin 3-O-glukozit), etkiden sorumlu bileşiklerdir. Meyve olgunlaştıkça, antosiyanin oranının arttığı; kateşik tanen ve dimerik proantosiyanidin (B1-B4) oranının ise azaldığı belirlenmiştir.

Çobanüzümü antosiyaninlerinin, muhtelif fizyolojik etkileri gösterilmiştir. Kalp izoenzimlerinden, laktaz dehidrojenaz salımını engelleyerek göğüs anjinini (Angina pectoris) önleyebilir. Retina koruyucu etkisi, muhtemelen retinadaki fosfolukomutaz ve glukoz-6-fosfataz enzimlerinin, antosiyanidinlerce bastırılması sonucu ortaya çıkmaktadır. Ayrıca antosiyanidinler, kılcal



Fotoğraf: Adil Güner

damarların dayanıklılığını artırır; damar koruyucu, ödem önleyici ve damar gevşetici etki gösterirler. Damar prostaglandinleri ile etkileşerek trombosit (platelet) kümeleşmesini engellerler.

Klinik çalışmaların sonucu, çobanüzümünün, bilhassa mikrodolaşım bozukluğu ve şeker hastalığından (Diabetes mellitus) kaynaklanan görme bozukluğu tedavisinde

etkili olabileceğini göstermiştir.

Çobanüzümünün, herhangi bir yan etkisi ya da ters etkisi yoktur. Hamilelik ve lohusalıkta kullanılmasına dair, herhangi bir sakınca bildirilmemiştir. Günde, 20-60 gr kuru çobanüzümü meyvesi, çay (enfüzyon) ya da haşlama (dekoksiyon) şeklinde dahilen alınabilir; %10'luk dekoksiyonu, gargara olarak kullanılır.

Avusturya farmakopesi, bir defalık dahili dozda, 5 g kuru çobanüzümü meyvesi önerir. Dekoksiyon için, 5-10 g parçalanmış meyve, 150 ml soğuk suya atılır ve 10 dakika süreyle kaynatılır. Sıcakken süzülür ve soğutulduktan sonra, günde bir kaç kez, ishal kesilinceye kadar içilir. Soğuk maseratı, 5-10 g parçalanmış meyvenin, 150 ml soğuk suda 2 saat tutulmasıyla hazırlanır; günde bir kaç kez soğuk olarak içilir.

Ekstrefluid 1:1 (g/ml), 2-4 ml; günde üç kez içilir. %25 antosiyanin içeren kuru ekstre, 80-160 mg; günde üç kez alınır. İshal, 3-4 gün sürerse hekime danışılmalıdır.

Ülkemizde çobanüzümü yetiştiriciliği ve bakımı ile ilgili bilgilere, <<http://www.biriz.biz/rize/likapa/index.htm>> adresinden ulaşılabilir.

K. Hüsnü Can Başer
Prof Dr; Anadolu Üni. Eczacılık Fak

Fotoğraflar: <www.biriz.biz/rize/likapa>

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



Fotoğraf: Necmi Aksoy