

bağbahçe

ÇEVRE BAHÇE ÇİÇEK DERGİSİ SAYI:8 ARALIK 2006 FİYATI:3 YTL

Botanik Bahçeleri ve
Eğitim Etkinlikleri

Kasnak Meşesi

Unutulmaya Yüz Tutan
Osmanlı Gülleri

Biberiye

Hercai
Menekşe

SONBAHARDA
YAPRAKLARIN RENKLERİ
NEDEN DEĞİŞİR?

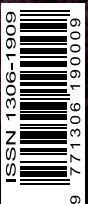
PRATİK BAHÇE
AYDINLATMALARI

KUŞ
GÖZLEMCİLİĞİ



Sonbaharda Bahçe ve Bitkilerimiz

Sonbahar denince, önce hüzün gelir akla. Oysa, hüzünden çok, kışa girerken doğanın ritminde bir yavaşlama ve bir dönüşümün hazırlığıdır sonbahar. Gelecek baharın coşkusu için bir dinlenme ve hazırlık dönemidir sonbahar.



BU SAYIDA HEDİYENİZ!..
YAPRAK TOHUM
PAKETİ



Biberiye

(*Rosmarinus officinalis* L.)

Kış aylarında da yapraklarını dökmeyen biberiye, bahçelerde süs bitkisi ve çit bitkisi olarak yaygın biçimde kullanılır.



Biberiye ya da kuşdili adıyla bilinen *Rosmarinus officinalis* L. Ballıbabagiller (Lamiaceae) familyasına ait itri bir çalıdır. Ülkemizde Marmara, Ege ve Akdeniz bölgelerinde yoğun olarak yetişir. Boyu 2 m'ye erişebilen biberiye, kış aylarında yapraklarını dökmeyen. Bu nedenle, bahçelerde süs bitkisi ve çit bitkisi olarak yaygın biçimde kullanılır. Mavimsi çiçekleri ve dil şeklindeki küçük yapraklarıyla sevilen bir bahçe bitkisidir.

Avrupa Farmakopesi'nde yaprağı (*Rosmarini folium*) ve uçucu yağı (*Rosmarini aetheroleum*) kayıtlı olan



biberiye, sağlık açısından birçok özelliğiyle tanınır. Mide sorunları, romatizma, migren, çarpıntı, nefes darlığı, halsizlik, baş dönmesi gibi bazı rahatsızlıklarda yararlı olduğu kabul edilir. Ayrıca, kan dolaşımı ve



karaciğere de olumlu etkisi olduğu bilinir. Biberiye yarım litre suya 6-7 g katılarak ya da çay gibi demlenerek içilebilir. Taze yaprakları salatada kullanılabilir gibi, kurutulmuş yaprakları, et ve tavuk yemeklerine baharat olarak kullanılabilir.

MS 1. yüzyılda yaşamış Anadolu hekimi Dioskorides, ünlü Materia Medica adlı tıbbi bitki kitabında "Libanotis" adıyla kaydettiği biberiye'nin, sarılığı iyileştirici ve ısıtıcı özelliklerinden söz eder. Prof. Dr. Turhan Baytop'a göre, kuru yapraklarından sıcak suyla %5-10 oranında hazırlanan çayı, ishali önleyici, sindirim sistemini uyarıcı, safra arttırıcı ve idrar söktürücü olarak günde 2-3 bardak içilebilir. Aynı çay, haricen cerahatli yaraların tedavisinde de kullanılır. Bitkinin çiçekli dallarından damıtma yoluyla hazırlanan uçucu yağı (biberiye esansı), halk arasında haricen cilde sürülüp ovularak romatizma ağrılarını dindirmek için kullanılır.

İçeriğinde en az %1-2 uçucu yağ içeren yapraklar tedavide kullanılır.



Biberiye'nin dahilen kullanımı sonucunda, safra yolları ve ince barsaklar için spazm çözücü, kalp damarlarında da dolaşımı hızlandırıcı etkileri olduğu deneysel olarak kanıtlanmıştır.

Alman E Komisyonuna göre,

MS. 1. yüzyılda yaşamış bir Anadolu hekimi olan Dioskorides, ünlü Materia Medica isimli tıbbi bitki kitabında "Libanotis" adıyla kaydettiği biberiye'nin, sarılığı iyileştirici ve ısıtıcı özelliklerinden söz eder.

dahilen kullanım için günlük doz 4-6 g kuru yaprak veya yapraklı dal ile 2 damla (1 ml) uçucu yağdır. Haricen kullanımdaysa cilde kan çekici ve hafif iritan etkileri vardır. Haricen kullanım için, dolu bir banyo küvetine, 50 g yaprak ve çiçekli dal uçurlarıyla içeriğinde %6-10 oranında uçucu

yağ bulunan sıvı ya da yarı katı haldeki birleşim eklenir.

Biberiye yapraklarında bulunan rosmarinik ve karnosik asitler güçlü antioksidanlardır. Karnosik asitin, hayvansal yağları koruyucu en güçlü antioksidan olduğu bilinir. Biberiye'nin antioksidan etkisinin %90'ından, karnosik asit ve karnosolün sorumlu olduğu gösterilmiştir.

Benzer etkili öteki bileşikler rosmanol, epirosmanol, isorosmanol, rosmaridifenol, rosmadial ve miltironundur. Biberiye yapraklarından hazırlanan ham ve rafine ekstratler piyasada bulunmaktadır.



Biberiye ekstratlerinin, gıda maddelerinin korunmasında kullanılmasının yanı sıra, farelerde cilt, akciğer, mide, meme, yumurtalık, rahim ve barsak kanserleri ile lösemide etkili olduğu görülmüştür.

K. Hüsnü Can Başer
Prof. Dr., Anadolu Üniversitesi Eczacılık Fak.

** Bu sütunlarda verdiğimiz bilgiler yalnızca bilgilendirme amaçlı olup tavsiye niteliği taşımaz. Hastalık tedavisinin mutlaka doktor kontrolünde yapılması gerektiği unutulmamalıdır.*