

İlk İnsandan Günümüze Fitoterapi - Antik Çağ (Bölüm-1) **Phytotherapy From the First Man to the Present – Ancient Ages** **(Part-1)**

Aydan Akyüz Özdemir¹, Rengin Erdal²

¹ Dr.Öğr.Üyesi, Başkent Üniversitesi Sağlık Hizm. Mesl. Yüksekokulu, İş Sağlığı ve Güvenliği Programı
Ankara, Türkiye

² Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

Özet

İnsanlık tarihi kadar eski bir geçmişe sahip olan Fitoterapi uygulamaları, zaman içerisinde toplumların gelenekleri ve kültürüne kaynamış, bireylerin hiç sorgulamadan kullandıkları bir tedavi şekline dönmüştür. Günümüzde dünya nüfusunun %80’ni tarafından tercih edilen bitkisel ilaçların tarihçesi Tıp biliminin babası sayılan Hipokrat’ın da içinde olduğu birçok önemli ismi içerisinde barındırmaktadır. Yüzyıllar öncesinde tanımlanan bitki ilaçlarının etkisinin kişiye göre farklılık göstereceği, deneysel uygulamalar sonucunda ilaç karışımlarının kullanılabilceği bilgisi modern dünyada gerçekleşen tedavi protokolünün de temellerini atmıştır. Paleolitik Çağ’dan günümüze bitkisel ilaçların geçirdiği sürecin derlendiği çalışma iki ayrı bölüm olarak hazırlanmıştır. Antik Çağ’da Mezopotamya, Çin, Mısır, Yunanlı hekimlerin günümüze kadar taşınmış olan eserlerinin yer aldığı ilk bölüm sadece FT tarihi değil Tıp tarihini de içeren kapsamlı bir çalışma olmuştur.

Anahtar Kelimeler: Bitkisel terapi, fitoterapi, geleneksel tıp, tamamlayıcı tıp

Abstract

Phytotherapy (PT) applications with a history dated back to the first human, was blended in the cultures and traditions of populations in time where people use them without any hesitation. The history of PT, preferred by the 80% of the world's population even today, bears lots of precious names regarding the medical history, including the father of the medicine Hippocrates. Through the centuries, the knowledge of the various effects of herbal drugs differing according to the person and the usage applicability of herbal drugs only after series of experiments has become the fundamentals of the treatment protocols of modern Medicine. Herbal Medicine's progress, starting from the paleolithic era to the present, was studied in two parts. The first part comprising the ancient era, including Mesopotamia, China, Egypt, and Greek physicians' studies carried out due present is not representing only the history of PT but also the history of Medicine with its extensive context.

Key words: Herbal therapy, phytotherapy, traditional medicine, complementary medicine

Kabul Tarihi: 02.Eylül.2021

Giriş

Sağlık Bakanlığı’nın 2014 yılında yayınladığı “Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği” içerisinde yer alan Fitoterapi (FT) sadece Türkiye’de değil tüm dünyada en çok tercih edilen geleneksel tıp uygulamalarından biridir (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10). Bitkilerin özlerinin çıkarılarak tedavi amaçlı kullanılması anlamına gelen FT ucuz olması nedeni ile kişilerin en büyük tercih ettikleri yöntemlerin başında gelmektedir. Günümüzde geleneklerin bir parçası olarak görülen FT uygulamaları nesilden nesile aktarılmış bilgi ve geçmiş deneyimlerdeki başarı hikayeleri nedeniyle sağlık sorunu yaşayan bireylerin hiç kuşku duymadan kullandıkları bir yöntemdir (5,7-11). Yaklaşık 35000-70000

bitkinin kullanıldığı FT uygulamaları insan var olduğu ilk günden itibaren gelişmeye başlamış, teknolojinin ilerlemesi ile birlikte bilgiye ulaşımın kolaylaşmasıyla farklı kültürlerin kullandığı uygulamalar olarak tüm dünyaya yayılmıştır (3,4,10,11,12,13). Tıp tarihinde en önemli başlıklardan biri olan bitkisel terapi ile ilgili bütüncül bir kaynak ihtiyacı bulunmaktadır. Bu kaynak ihtiyacının karşılanması amacı ile bu derleme çalışması yapılmıştır.

Yöntem

Bitkisel ilaç başlığı altında geçen önemli isimler belirlenmiş ve bu isimler ile ilgili kaynak taraması gerçekleştirilmiştir. FT ile ilgili ulaşılabilen İngilizce ve Türkçe olarak

yayınlanmış, açık olan tüm makale, kitap, kitap bölümleri araştırmacı tarafından okunmuştur. İlgili kaynakların taraması sonucunda toplam 423 makaleye ulaşılmış, bu makalelerin 90 tanesi derlemede kullanılmıştır. Çalışmanın en büyük kısıtı, konu ile ilgili Türkçe kaynakların azlığıdır. Makalelerde yer alan bilgiler alıntı yaptıkları ana kaynak bulunarak doğrulanmış, doğrulanamayan bilgiler kullanılmamıştır.

Bilinen en eski kaynaklardan günümüze kadar taşınan tüm bilgiler ışığında FT'nin insanlık tarihi kadar eskiye gittiği görülmektedir. Bu nedenle FT tarihi iki bölüm altında işlenmiştir. Birinci bölüm MÖ 60 bin yıldan rönesans'a kadar olan süreci yansıtmakta, ikinci bölüm de rönesans'tan günümüze FT uygulamalarını içermektedir.

Paleolitik Çağ

İlk insanlar yaşamlarını sürdürürebilmek için doğada bulunan birçok bitki türünü günlük diyetlerine eklemişlerdir. Doğada aynı ortamı paylaştıkları evcil ve vahşi hayvanların davranışlarını inceleyerek zararlı olmadığını düşündükleri bitkileri yiyecek zinciri içerisine eklemiş, farklı etkilerini gördükleri diğer bitkileri de tedavi amaçlı kullanmaya başlamışlardır (14, 15). Bazı bitkilerin kullanımı sonucu ortaya çıkan halüsinasyon, sedasyon, kalp atımında artış, ölümcül zehirlenme gibi sonuçlar nesiller arası gerçekleşen bilgi aktarımı ile uzun yıllar boyunca taşınarak günümüze kadar gelmiştir (16). İlk olarak kimin bitkileri tedavi amaçlı kullanıldığı bilinmemektedir. Ancak özellikle avcı ve toplayıcı dönemde insanların yaralarının tedavisi için bitkilerden faydalandıkları sanılmaktadır. Tedavi amaçlı bitki kullanımı ile ilgili ilk kanıtlara Irak'ta gerçekleştirilmiş olan arkeolojik çalışmalarda rastlanmıştır. Irak'ta bulunan 60 bin yıllık bir mezarda tedavi amaçlı kullanıldığı düşünülen bitki kalıntıları bulunmuştur (17).

Antik Mezopotamya

Tarım ve hayvancılık ile birlikte birçok virüs, bakteri, parazit kaynaklı hastalıkların ortaya çıktığı, hastalıkların kötü ruhlar ve kötü güçler nedeni ile kaynaklandığının düşünüldüğü bir dönem olan Antik Mezopotamya'daki uygarlıkların tedavi süreçlerinde FT'den faydalandıkları bilinmektedir. Bu dönemde yer alan tıbbi uygulamalar ile ilgili bilgilere ulaşılan kaynaklar içerisinde Sümer Yazıtları önemli bir

yer tutmaktadır (18). MÖ 4000 yıllarına ait yazıtlarda Sümerlerin sarımsak, nane, papatya, sinir otu, pelin otu, kırlangıç otunu, ağaç kabuğu ve reçinesinin tedavi amacıyla kullandığı görülmektedir (15).

Asur ve Babil medeniyetlerinde kullanılan bitki terapilerine ilişkin yazıtlarda Sümerlerin kullandığı FT uygulamalarının geliştirilerek yeni bitkiler eklendiği görülmektedir. MÖ 2000'li yıllara ait olan yazıtlarda safran, banotu, meyankökü, çuhaçiçeği, incir ve rezenenin tedavi amaçlı kullanılmaya başlandığı görülmektedir. Özellikle bitki ve meyvelerin güneş ışığında kurutulması kullanılması bitkilerden daha güvenli faydalanılacağı bilgisi yazıtlarda yer almaktadır (15).

Mezopotamya'daki FT uygulamaları ile ilgili yazıtlar incelendiğinde; göz hastalıklarının tedavisi için kırlangıç otundan yapılan merhemler, yara tedavisinde çeşitli bitkilerin özleri ve ağaç kabuklarından yapılan lapa, ağrı için içeriğinde bitki özlerinin bulunduğu tarifler ile hazırlanan yağlar, cinsel yolla bulaşan hastalıkların tedavisi için ise özel bitkisel karışımlarının kullanıldığı görülmektedir (19).

Antik Çin

Çin'de bitkisel ilaçlar ile tedavinin tarihi MÖ 3000'lü yıllara dayanmaktadır. Bitkiler ile tedavinin temelini Ying-Yang ile Çi enerjisi kavramları oluşturmaktadır. Ying-Yang kavramına göre yatıştırıcı ve uyarıcı olarak ayrılan bitkiler genelde bir arada kullanılmışlardır. Kaplumbağa kabuğu ve kemiklerinin üzerine yazılmış olan ilaçların Çi (hava veya nefes) ve Şui (xue, kan) dolaşımını düzenlemek için kullanıldığı görülmektedir. Dolaşımda gerçekleşen herhangi bir bozukluk ying-yang dengesini bozmakta ve kişi hastalanmaktadır (20,21,22,23).

Hastalara uygulanacak tedaviler ile ilgili olarak yazılan reçetelerde ilaçlar amaçlarına göre; hastalığın semptomlarının büyük bir çoğunluğunu giderecek olan "asıl ilaç", semptomların giderilmesinde asıl ilaca yardımcı veya katalizör rolü üstlenecek olan "yardımcı ilaç" ve son olarak "adjuvan ilaçlar". Şifacılar tarafından adjuvan ilaçlar olarak sınıflandırılmıştır. Asıl ve yardımcı ilaçların etkisini arttırmak için, yan etkilerini engellemek için veya tamamen zıt bir etki ile daha zor

vakalarda destekleyici rol üstlenmek için kullanılmıştır (24).

Çin de kullanılan FT uygulamalarını batıdan ayıran en büyük fark hayvansal ürünlerin de bitkisel ilaç sınıflandırması içerisinde yer almasıdır. Koruyucu hekimliğin çok büyük önem taşıdığı Antik Çin’de hekimler için asıl olan kişi hastalanmadan önce onun sağlığını korumak ve bunun için öneriler sunmaktır. Bu nedenle kullandıkları ilaçların arasında sağlıklı bireylerin hastalıklara karşı kendilerini korumak amacıyla

hazırlanan “tonikler” de yer almaktadır (16). Bitkiler ile birlikte geyik boynuzu, denizotu, kaplumbağa kabuğu ve eşek derisinden elde edilen jelatini içeren tonikleri de endokrin sistem üzerindeki uyarıcı etki enerji vermek için kullanılmıştır.

Çin Tıbbı’nda halen kullanımda olan ilaçlar ying-yang özellikleri ve tatlarına göre sınıflandırılmaktadır. En yaygın kullanımı olan bitkisel ilaçların örnekleri özelliklerine göre Tablo 1’de verilmiştir (25).

Tablo 1. Çin tıbbında sık kullanılan bitkisel ilaçların tatlarına, terapi etkisine ve etkilediği organa göre dağılımı

Tat	Terapi Etkisi	Etkilediği Organ	Bitkinin Adı
Mayhoş	Uyarıcı, Terletici, Çözücü, Çi’deki tıkanıklığı açıcı	Akciğer, Kalın Bağırsak	Zencefil, Karanfil, Sarımsak
Tatlı	Besleyici, Sindirim kolaylaştırıcı	Dalak, Mide	Meyan kökü, Bal, Yaş otu,
Ekşi	Kanamayı durdurucu, Yoğunlaştırıcı, Ateş düşürücü	Karaciğer, Safra Kesesi	Ravend, Erik, Şakayık
Acı	Kurutucu, Temizleyici, Antidot, Vücut ısısını düşürücü	Kalp, İnce Bağırsak	Malta eriği, Nilüfer çiçeği yaprağı, Yılan otu
Tuzlu	Yumuşatıcı, Diüretik, Laksatif,	Böbrek, Mesane	Deniz yosunu, Tuzlu çözelti, Geyik boynuzu

Kullanılan bitkilerin çiğ olarak, kaynatılarak, öz çıkarılarak, toz, merhem veya hap olarak kullanılması hastalığa göre hekim tarafından kararlaştırılmaktadır. Antik Çin’de hekimlerin tedaviye göre farklılık gösteren tarifleri kimi zaman tek bir bitkinin kullanımını içerirken kimi zaman da birçok bitkinin kullanıldığı karışımlardan oluşmakta, bu karışımlar 4 ağırlık rolü formülüne göre hazırlanmaktadır. Binlerce yıllık birikim ile ortaya çıkmış olan bu tariflerin büyük çoğunluğu patent almıştır. Antik Çin’de görev yapan hekimlerin tanımladıkları ilaç tarifleri günümüzde kanser, AIDS gibi hastalıkların tedavisinde yer almaktadır (16,20, 22,24).

Vedalar (MÖ 2500-1500’lü Yıllar)

Bilgi anlamına gelen Veda kelimesi, Hinduizm’in temelini oluşturan dini kitap serisi için kullanılmıştır (26,27). Rig Veda, Sama Veda, Ayur (Yajur) Veda, Athar Veda olarak toplam 4 ana kitap bulunmaktadır. Her kitap da kendi içinde birden fazla ciltten oluşmaktadır (26,27). FT ile ilgili bilgiler genelde Ayurveda’da bulunmaktadır (28,29,30,31). Ancak Rig Veda’da bitkisel terapilere

değnilmektedir (26,27,31,32). Vedaların içerisinde yer alan bitkisel terapi için kullanılan bitkiler ve kullanım alanlarına ait örnekler Tablo 2’de verilmiştir.

Antik Mısır

Antik Mısır dönemine ait çok sayıda papirüsün incelenmesi ile, Mısırlıların insan anatomisini çok iyi bildiği ve gerçekleştirdikleri tıbbi uygulamaların zamanlarının ötesinde bir bilgi birikimi ve teknolojiye sahip olduğu görülmüştür. Farklı prensliklerden mısır hekimlerinin ücret karşılığı talep edildikleri de papirüslerdeki bilgiler arasında yer almaktadır (42,43,44).

Homeros’un Odesa destanında geçen “Mısır’da toprak buğdaydan başka pek çok otlar yetiştirir, kimi öldürücü ağu, kimi diriltici deva; oranın erleri bütün insanlardan bilge birer hekim; hepsi Poseidon’un kanından” (45) ifadesi de Antik dönemde Mısır’ın tıp alanında öncü olarak kabul edildiğini göstermektedir (44,45). Mısır’da ki tedavi protokolleri sadece bitkiler değil, sihir, masaj ve spiritüel uygulamaların karışımından oluşmaktadır (44).

Tablo 2. Veda’larda yer alan bitkiler ve kullanım alanlarına ait örnekler (31-40)

Bitki Adı	Kullanım Alanları
Hint fesleğeni	Bulantı, Grip ve Soğuk algınlığı, Ateş, Hazımsızlık, Stres, Kaygı, Kulak ağrısı, Bronşit, Sıtma, Diyabet, Astım, Kalp hastalıkları, Yılan ısırığı antidotu, Hepatit, Tüberküloz, Migren, Akne, Yaşlanma önleyici
Nane	Sindirim güçlüğü, Diyare, Anemi, Sabah bulantısı, Ağız kokusu ve Diş eti sorunları, İrritabl Bağırsak Sendromu, Tüberküloz, Bronşit, Ekzema, Akne, Kaygı, Krohn hastalığı, Kolit, Safra Kesesi ve Karaciğer şikayetleri
Zencefil	Bulantı, Kusma, Burun kanaması, Romatizma, Öksürük, Kolera, Soğuk algınlığı, Diyare, Şişkinlik, Karın ağrısı, Kellik, Yılan ısırığı ve Diş ağrısı
Sarımsak	Bağışık güçlendirici, Yüksek tansiyon, Diyabet, Kardiyovasküler hastalıklar, Sinir sorunları, Ciltte lekelenme
Zerdaçal	Yanık, Kesikler, Sindirim kolaylaştırıcı, Safra kesesi taşı, Artirit, Kanseri, Akne, Alerji ve Bakteri, Virüs, Mantar, Parazit giderici.
Soğan	Soğuk algınlığı, Kan basıncını düzenleme, Diyare önleyici, Mikrobiyal enfeksiyonlar, İştah açıcı, Diyabet, Kanseri hücrelerinin çoğalmasını engelleme, Solunum yolları.
Aloe vera	Sivilce, Akne, Ağız ülserleri, Laksatif, Hemoroit, Yanıklar, Ödem, Yara tedavisi, Göz hastalıkları, Deri problemleri.
Yasemin	Ateş, Dalak büyümesi, Sıtma, Gastrit, Anemi, Saçlı deri, Hemoroit, Deri hastalıkları, Rوماتik eklem rahatsızlıkları, Göz hastalıkları, Diyare ve diğer enfeksiyonlar.
Tarçın	Mide rahatsızlıkları, Gastrointestinal sorunlar, Diyare, Sabah bulantıları, Soğuk algınlığı, Kusma, İdrar yolları enfek., Vajinal enfeksiyonlar, Diyabet, Burun kanaması, Kolik, Ağrı Kesici, Deri sorunları.
Kekik	Kaygı, Artrit, Bronşit, Soğuk algınlığı, Boğaz ağrısı, Kolik, Diyare, Dermatit, Gingivitis, Kulak ağrısı, Saç kaybı, Menstrual kramplar, İnflamasyon giderici, Tonsillit.
Kadife çiçeği	Sindirim sistemi detoksu, Viral inflamasyonlar, Üriner sistem sorunları, Karaciğer yetmezliği, Safra kesesi sorunları, Diş ağrısı, Kızamık, Kabakulak, Yaralar, Güneş yanıkları, Pişik, İnsomnia.
Hurma	Hafıza bulanıklığı, Paraliz, Bilinç kaybı, İnflamasyon, Sinir hastalıkları, Diüretik, Boğaz ağrısı, Soğuk algınlığı, Bronşiyal astım, Ateş, Sistit, Gonore, Karaciğer sorunları ve Karın bölgesi rahatsızlıkları.

MÖ 1500’lü yıllara ait olan Eber Papirüslerinde 800 den fazla bitkinin tedavi amacı ile nasıl kullanılacağına dair tarifler yer almaktadır (42). Bitkilerin şarabın içerisinde bekletilerek oral ilaç

olarak içildiği de papirüslerde yer alan tarifler arasındadır (42,46). Papirüslerde yer alan bitkiler ve kullanımları ile ilgili örnekler Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3. Antik Mısır’da kullanılan bitkisel ilaçlar (42, 46-50)

Bitki Adı	Kullanım Alanı
Sarımsak	Boğaz ağrısı, Diş ağrısı, Bronşial rahatsızlıklar, Soğuk algınlığına karşı koruyucu, Hemoroit, Sindirim kolaylaştırıcı
Kişniş	Uyarıcı, Gaz giderici, Sindirim güçlüğü, Mide sorunları, İdrar yolları sorunları, Sistit
Kimyon	Mide de oluşan gazın giderilmesi, Uyarıcı, Ağrı, Eklem sorunları, Ateş düşürücü, Kaşımı giderici
Akasya Ağacı	Damarların soğutulması, Yanıklar, Parazit tedavisi, İç kanama, Deri hastalıkları
Nar Kökü	Tenya
Söğüt, Çınar, Akasya	Yara tedavisi
Hint Yağı, İncir, Hurma	Laksatif
Adamotu	Afrodizyak, Uyuşturucu
Aloe vera	Katarakt, Parazit tedavisi, Baş ağrısı giderici, Göğüs ağrısı giderici, Yanık tedavisi, Ülserler, Deri hastalıkları ve Alerjiler
Kudüs elması	Laksatif, Deri alerjileri, Baş ağrısı giderici, Diş eti sorunları, Astım, Sindirim güçlüğü
Defne meyvesi	Diyare durdurucu, Ülserler, Hemoroit
Güzelavrat otu	Ağrı giderici,
Zerdaçal	Açık yara tedavisi

İlaçların nasıl hazırlanacağı (sindirim yolu ile buhar veya tütsü olarak, merhem veya lapa olarak), hangi aralıklar ile ve ne kadar süre kullanılacağı da bulunan papirüslerde yer almaktadır (51).

Antik Mısır'da hasta tedavisinde uzmanlaşma olduğu, her hekimin kendi uzmanlık alanına göre tedavi uyguladığı papirüslerde görülmüştür (43). Brusella, sıtma, lepra, tüberküloz, sistozomyas gibi hastalıkların Antik Mısır'da tedavi edildiği, cerrahi, jinekoloji, anatomi ve fizyoloji alanında önemli gelişmeler kaydettikleri çalışmalarda ortaya çıkmıştır (43,44,51).

Hipokrat

MÖ 450 yılında doğduğu düşünülen tıbbın babası Hipokrat hekim olan babasından eğitim almış ve bugün kullanılan modern tıbbın temellerini atmıştır (52,53,54,55,56,57,58,59,60). Hipokrat hastalıkların sebeplerini çevresel faktörler ile ilişkilendirmiş, diyet uygulamasını başlatan ilk isim olmuştur (59). Tedavilerinde 200'e yakın bitkiyi kullandığı, hayvansal ürünleri tercih etmediği Hipokrat'a ait olduğu düşünülen kitaplarda yer almaktadır. Hipokrat tedavilerinde birden fazla bitkinin karışımını uygulamıştır (61,62,63). Yaygın kullanılan bitkilerin kullanım amaçları Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4. Hipokrat tarafından kullanılan bitkisel ilaçlar (63-65)

Bitki Adı	Kullanım Alanları
Mastik Ağacı	Jinekolojik sorunlar, Deri sorunları, Yara tedavisi
Ardıç Ağacı	Ağrı kesici, Doğum sonrası titreme, Histeri
Nar	Antiinflamatuvar, Diyare, Bağırsak parazitleri, Detoks
Mersin Ağacı	Karın ağrısı, Kadınların genital hijyeni, Deri sorunları
Rezene	Laktasyon uyarımı, Menstrual sıkıntılar
Pelin Otu	Hazımsızlık, Artirit, Bağırsak parazitleri,
Nane	Diüretik, Antiemetik, Rahim temizleyici, Terletici
Adaçayı	Astringent, Kan sulandırıcı, İnflamasyon, Ateş, Akciğer hastalıkları, Tonsilit

İbn-i Sina (Avicenna)

Modern tıp uygulamalarına katkıları olan İbn-i Sina, fitoterapi alanının en önemli isimlerinden biridir. İbn-i Sina'nın Tıp Kanunu (Canon of Medicine) adlı kitabında 760'dan fazla ilaç tanımlanmaktadır (66,67,68,69,70). Tıp Kanunu'nda sadece ilaç tarifleri değil, tıp alanındaki 1500 yıllık birikim de yer almaktadır. Hastalıkların en ince ayrıntısına kadar anlatıldığı 5 ciltlik kitap 13. ve 14. yüzyılda tıp eğitiminde kaynak kitap olarak yer almıştır (71). 15 ve 16. yüzyıllarda en çok basılan kitap olan Tıp Kanunu kitap serisinin ikinci kitabı olan Materia Medica'da çoğunluğu bitki kökenli olan 800 farklı ilaç bulunmaktadır. Materia Medica içerisinde yer alan ilaç uygulamaları ve tanımlamalarına örnek olarak erizipel ve akut kulak iltihabı için safran, çıban ve uların tedavisi için ısırgan otu, kötü uların (kanser) tedavisi için ısırgan tohumu ve yara tedavisinde Aloe (Sarı sabır) otu verilebilir. Tarçının farklı şekillerde kullanımının birçok hastalığa iyi geldiğini belirten İbn-i Sina, özellikle mercimek gibi olan benler, kızartı ve çiller, dudaklardaki uçuklar,

kronik nezle, katarak, öksürük, karaciğer rahatsızlıkları, ödem sökücü olarak tarçının farklı yağlar ve sıvılar ile karıştırılarak kullanılabileceğini belirtmiştir (72,73,74,75).

Pliny (Gaius Plinius Secundus, MS 23-79)

Roma İmparatorluğu'nda sadece doğa bilimci değil aynı zamanda filozof ve ordu komutanı olarak da görev yapmış olan Pliny, Doğal Tarih (Historia Naturalis) adlı kitabında çoğunluğu tedavi amaçlı kullanılan binden fazla bitki ve ağacı tanımlamıştır (76,77,78,79). Doğal Tarih adlı kitap sadece bitkiler ile hazırlanabilecek ilaç tariflerinden oluşmamaktadır. Pliny kitabında uygulama sırasında bitkilerin kullanılacağı sihir, ritüel ve büyülere de önemli bir yer ayırmıştır (76,77,78,79). Günlük diyet içerisinde yer alan fındık, lahana, soğan, arpa, ayva ve yaban havucu gibi bitkilerin farklı karışımlar sonucu ilaç olarak kullanılabileceğine değinen Pliny tanımlarında her bitkinin farklı terapötik özelliklerine değinmiştir (Tablo 5).

Tablo 5. Pliny tarafından kullanılan bitkisel ilaçlar (76-79)

Bitki Adı	Kullanım Şekli ve Amacı
Fındık	Kuru olarak yemek; katarakt tedavisi Toz halinde bal şerbetine veya şaraba karıştırmak; öksürük
Lahana	Topikal krem olarak; gut hastalığını önleme Kaynatıldığı suyun kullanılarak sıcak kompres yapılması; kas ağrıları Suda yumuşatılmış yapraklar; yara tedavisi Taze koparılmış yaprakların suyu; sağırılık (kulak içine akıtılması) Yemek olarak tüketmek; dalak, mide ve göğüs rahatsızlıkları, kolik tedavisi
Soğan	Göz temizliği, uyku düzensizliği, deri döküntüsü ve ülseri, ısırık tedavisi (köpek, örümcek), akrep sokması
Arpa	Suyu; bağışıklık güçlendirici Lapası; yara tedavisi Külü; yanık tedavisi, diş temizliği Ekmeği; gut hastalığını önleyici Dokuz adet tohumun sol elle ateşe atılması; çıban tedavisi
Ayva	Tam olgunlaşmış ayvanın çiğ olarak tüketilmesi; dizanteri, çölyak, kan tükürme Topik krem olarak; mide ağrısı, göğüs hastalıkları, ateş Çiçeği; gözde inflamasyon, menstruasyon hızlandırıcı Ağacın Kökü; muska olarak sıraca hastalığına karşı
Yaban Havucu	Diüretik, afrodisyak Antidot; zehirlenmelere ve diyareye karşı

Dioscorides (MS 40-90)

Roma ordusunda hekim olarak görev yapan Dioscorides bitkisel ilaçlar ile ilgili yazdığı De Materia Medica (Tıbbi Malzemeler Hakkında) kitabında Hipokrat ile birlikte birçok hekimin ilaçlarını kayda geçirmiş, ordu hekimi olarak seferlere katıldığı için farklı coğrafyalardan yeni bitkisel ilaç tariflerine de kitabında yer vermiştir. Beş ciltten oluşan kitapta özelliklerine göre sınıflandırılan bitkilerin yetiştiği yerler de belirtilmiştir. Toplam 600 bitkisel kaynaklı ilacın tanımına yer verilen kitaplarda, 35 hayvan ve 90 mineral kaynaklı ilaç bulunmaktadır (80,81,82,83,84,85). Dioscorides'in De Materia Medica adlı eseri 15. yüzyıla kadar kaynak kitap olarak kullanılmıştır (86). Rönesans ile birlikte matbaanın kullanılmaya başlanması, Dioscorides'in eserinin Avrupa'da hızla yayılarak tıp alanındaki referans kitaplardan biri olmasını sağlamıştır (87).

Claudius Galen (MS 131-200)

Hekim, cerrah ve filozof olan Galen tıbbi araştırmaların en önemli isimlerden biridir.

Bergama'da doğan ve birçok ülkeyi gezen Galen en son Roma'da yerleşmiş ve kendinden önceki bilim adamlarının çalışmalarını ileriye taşımıştır. Gözlem ve deneyler ile tıp bilimine katkısı olan Galen'in eşek ve domuzları disekte ederek anatomiye kazandırdığı bilgiler 1543 yılına kadar rakipsiz bir kaynak olmuştur (88). Roma imparatorlarının doktoru olarak da görev yapan Galen, bitkisel ilaçların etkisinin dokunulduğunda hissedilen özelliği, tadı, kokusu, ısısı ve nem özelliği ile farklılık gösterdiğini belirtmiştir (89). İlaçların verimliliği için bu 5 özelliğin önemine değinen Galen'in kullandığı bazı bitkiler özelliklerine göre Tablo 6'da verilmiştir. İlaçların hazırlanması için bitkilerin mutlaka görsel değerlendirme, tadım ve mesarasyon yolu ile deneye tabi tutulması gerektiğini belirten Galen, saklama ve hazırlık aşamasında özlerinin kaybolmaması ve etkinliklerinin azalmaması için de uygulanması gereken işlemleri belirtmiştir. Bitkiler tek başlarına veya bir arada kullanılarak ilaç şekline getirilmekte, ilaçların etkisi de önce sağlıklı bireylerde, ardından hasta ve son olarak zayıf düşmüş kişilerde test edilmektedir (89).

Tablo 6. Galen tarafından kullanılan bitkisel ilaçlar (88,89)

İlacın Özelliği	Etki Gücü	Bitkiler
Tıkanıklıkları Açan	Kuvvetli	Kereviz, Rezene, Kuşkonmaz, Maydanoz, Çoban Püskülü
	Az Etkili	Gebreotu, Ayrıkotu, Kızılkök
Sakinleştirici		Hatmi, Ebegümece,
Isıtıcı	Kuvvetli	Anason tohumu, Kışniş, Kimyon, Rezene
	Az Etkili	Kakule, Kereviz, Havuç
Soğutucu	Kuvvetli	Kavun, Salatalık, Kabak ve Karpuz tohumu
	Az Etkili	Hindiba, Acı Marul, Marul, Semizotu
Çarpıntı ve Kalp hastalıkları		Gül, Menekşe, Hodan, Sığırdili

Galen ilaçlarını Aristo'nun ilkelerine göre giderici, değiştirici ve onarıcı başlıkları altında sınıflandırmıştır. Giderici ilaçlar toksik sıvıların vücuttan atılmasını sağlamakta, değiştirici ilaçlar vücut dengesini sağlayan dört sıvının dengesini değiştirmekte, onarıcı ilaçlar ise destekleyici tedavi sağlamaktadır (89). Her ilacın birincil, ikincil ve üçüncül etkilerini de tanımlayan Galen bunun nedenini bitkilerin özelliklerinin insan üzerinde farklılaşması olarak belirtmiştir.

Galen bitkisel ilaçlar hazırlanırken ilaçların etkilerinin deney yapılarak belirlenmesinin önemine vurgu yapmış ve ilaçların gerçek gücüne ulaşabilmek için sekiz basamaktan oluşan bir araştırma ajandası belirlemiştir (25). Buna göre;

1. İlaçlar katıksız ve iyi kalitede olmalıdır.
2. Hastalık karmaşık değil basit olmalıdır.
3. Hastalık ilacın etkisine uygun olmalıdır.
4. İlaç hastalıktan daha güçlü olmalıdır.
5. Hastalığın tedavisini yapan kişi mutlaka hastalığın seyri ve tedavi süreci ile ilgili notlar almalıdır.
6. İlacın etkisinin herkes için her zaman aynı olduğuna emin olunmalıdır.
7. İlacın insanlar üzerindeki etkisi kendine özgü olmalıdır.
8. İlacın etki maddesi ayrıştırılmalıdır. (yiyecek olarak da kullanılan bitkilerin özleri kullanılmalıdır).

Galen eserlerinde Dioscorides'in kitabındaki bitkiler ile birebir aynı bitkileri tanımlamıştır. Toplam 850 bitkinin yer aldığı kitaplarında Dioscorides'den farklı olarak bitkilerin kullanım amaçları azaltılmıştır (90).

Sonuç

İnsan var olduğu ilk günden itibaren hastalık ile savaş için kullanılan bitkisel ilaçlar, tıp biliminin

temelini oluşturan en önemli kaynaklardan biri olmuştur. Çalışma süresince günümüzde toplum tarafından kullanılan bitkisel ilaçların kökeninin antik çağlara dayandığı, konu ile ilgili derlemelerin sayıca az olduğu görülmüştür. Günümüzde hasta tedavisinde hala önemli bir yer tutan FT uygulamaları ile ilgili daha fazla araştırma yapılması gerekmektedir.

Kaynaklar

1. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği, Ek 1. <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/yonetmelik/7.5.20164-ek.pdf> (Erişim Tarihi: 31.01.2021)
2. National Center for Complementary and Integrative Health. Complementary, alternative, or integrative health: what's in a name? <https://nccih.nih.gov/health/integrative-health>. Erişim tarihi: 12.12.2020.
3. S. J. Ameh, O.O. Obodozie, U.S. Inyang, M. S. Abubakar, M. Garba. Current phytotherapy - A perspective on the science and regulation of herbal medicine. Journal of Medicinal Plant Research 2010;81(2):72-81.
4. WHO traditional medicine strategy 2002–2005. Geneva: WHO; 2002.
5. Willcox ML, Bodeker G. Traditional herbal medicines for malaria. BMJ 2004;329:1156-9.
6. T.S. Ferreira, C.Z. Moreira, N.Z. Caria, G. Victoriano, W.F. Silva Jr., J.C. Magalhaes. Phytotherapy: an introduction to its history, use and application. Rev.Bras. PI. Med, Campinas 2014;16(2):290-8.
7. Pal SK, Shukla Y. Herbal medicine: current status and the future. Asian Pac J Cancer Prev 2003;4(4):281-8.
8. Khan M. S. A, Ahmad I. Chapter 1 - Herbal Medicine: Current Trends and Future Prospects, Editor(s): Mohd Sajjad Ahmad Khan, Iqbal

- Ahmad, Debprasad Chattopadhyay, *New Look to Phytomedicine*, Academic Press 2019; 3-13.
9. Sung, SH., Han, JE., Ryu, JY. et al. Current status and future perspective of external herbal dispensaries preparing traditional herbal medicine in South Korea: the first National-Wide Survey results. *BMC Complement Med Ther*, 2020;20:354.
 10. Güleç M, Tan N , Canverdi Ö, Tan E. The usage of the most frequently preferred herbal products in Turkey in nursing mothers, newborns, infants and children. *Istanbul J Pharm* 2017;47(3):84-96.
 11. Clinical trials on treatment using a combination of traditional chinese medicine and western medicine. Geneva: WHO; 2003: 53-61.
 12. Miraldi E, Bains G. Medicinal Plants and Health in Human History: from Empirical Use to Modern Phytotherapy. *Journal of The Siena Academy of Sciences* 2018;10:7-12.
 13. WHO monographs on medicinal plants commonly used in the Newly Independent States (NIS). World Health Organization, 2010.
 14. Prance Sir G, Nesbitt M. *The Cultural History of Plants*. Routledge 2012:5-6.
 15. Makarska-Bialokoz M. History and significance of phytotherapy in the human history, 1. Phytotherapy in ancient times. *Arch Phys Glob Res* 2019;23(2):15-19.
 16. Reid D. *The Shambhala Guide to Traditional Chinese Medicine*. Shambhala Publications, 1996:71-83.
 17. Solecki M. *Shanidar: The First Flower People*. New York: Alfred A. Knopf, 1971:246-8.
 18. Borchardt J.K. The beginnings of drug therapy: Ancient Mesopotamian Medicine. *Drug News Perspect* 2002;15(3):187-92.
 19. Karaöz Arıhan S. *Antik Dönemde Tıp ve Bitkisel Tedavi*. T.C. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Arkeoloji Bölümü Klasik Arkeoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi. Ankara, 2003: 8-19.
 20. Reid D. *The Shambhala Guide to Traditional Chinese Medicine*. Shambhala Publications, 1996: 20-22
 21. Vickers A, Zollman C, Lee R. Herbal medicine. *The Western Journal of Medicine* 2001;175(2):125-8.
 22. Chinese Medicine. <https://www.actcm.edu/chinese-medicine>. Erişim Tarihi: 15.01.2021
 23. Gu S., Pei J. Innovating Chinese Herbal Medicine: From Traditional Health Practice to Scientific Drug Discovery. *Frontiers in Pharmacology* 2017;8:381.
 24. Zhu Y-P, Woerdenbag HJ, Traditional Chinese herbal medicine. *Pharm World Sci* 1995;17(4): 103-12.
 25. Bone K, Mills S. *Principles and Practice of Phytotherapy: Modern Herbal Medicine*, Second Edition. Elsevier, 2013.
 26. The Vedas. https://www.ancient.eu/The_Vedas/. Erişim Tarihi: 15.01.2021
 27. Sharma M. Ancient ayurvedic medical rituals and healing traditions in vedic texts. *Man In India* 2016;96(4):985-93.
 28. Jaiswal YS, Williams LL. A glimpse of Ayurveda - The forgotten history and principles of Indian traditional medicine. *Journal of Traditional and Complementary Medicine* 2017;7:50-53.
 29. Halpern M. An overview of the Ayurvedic system of Herbology and the role of herbs in the treatment of cancer. *Med Aromat Plants* 2015; 4:4.
 30. Mukherjee A, Banerjee M, Mandal V, Shukla AC, Mandal SC. Modernization of Ayurveda: A Brief Overview of Indian Initiatives. *Natural Product Communications* 2014;9(2):287-90.
 31. Chintalapally S, Rao DM. Origin, Evolution and Milestones in the Field of Natural Product Research. *Int J Curr Microbiol App Sci* 2016;5 (8):89-92.
 32. Brown WN. The Creation Myth of the Rig Veda. *Journal of the American Oriental Society* 1942;62(2):85-9.
 33. Khare CP. *Indian Medicinal Plants: An Illustrated Dictionary*. Berlin/Heidelberg: Springer Verlag, 2006.
 34. Banik S, Mukherjee R, Ghosh P et al. Estimation of plant pigments concentration from Tulsi (*Ocimum sanctum* Linn.): A six months study. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry* 2018;7(4):2681-4.
 35. Ling KH, Kian CT, Hoon TC. *A Guide to Medicinal Plants: An Illustrated, Scientific and Medicinal Approach*. World Scientific Publishing Co. Pvt. Ltd, 2009.
 36. Paul R, Datta KA. An updated overview on Peppermint (*Mentha Piperita* L.). *International Research Journal of Pharmacy* 2011;2(8):1-10.
 37. Rao PV, Gan SH. Cinnamon: A Multifaceted Medicinal Plant. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* 2014; 12.
 38. Reddy PV, Reddy RV, Varsha PV, Satyam S. Review on *Thymus vulgaris* Traditional Uses and Pharmacological Properties. *Medicinal and Aromatic Plants* 2014;3:3.
 39. Vyawahare N, Pujari R, Khsirsagar A, Ingawale D, Patil M, Kagathara V, et al. Phoenix dactylifera: An update of its indigenous uses phytochemistry and pharmacology. *International Journal of Pharmacology* 2009; 7(1).

40. Majumdar GPV. Palants and Plant-Life As In Indian Treaties and Traditions. University of Calcutta, 1927.
41. Dwivedi C., Chandrakar K., Singh V, et al. Indian Herbal Medicines Used For Treatment Of Demetia: An Overview. *IJP* 2014;1(9):553-71.
42. Aboelsoud NH. Herbal medicine in ancient Egypt. *Journal of Medicinal Plants Research* 2010;4(2):82-6.
43. Adu-Gyamfi S. Anicent Egyptian Medicine: A Systemic Review. *Philosophy, Social and Human Disciplines* 2015;2:9-21.
44. Arab S.M. Medicine in Ancient Egypt. 2017. <https://bibliasp.org/wp-content/uploads/2014/05/27br1.pdf>. Erişim Tarihi: 08.01.2021.
45. Homeros. *Odyssea*. Çeviren: Ahmet Cevat Emre. Varlık Yayınevi, Üçüncü Baskı 1971: 18.
46. Kathryn A, Steven B, Shubert B. *Encyclopedia of the Archaeology of Ancient Egypt*, Routledge 1999:79-1076.
47. Zucconi LM. Medicine and Religion in Ancient Egypt, *Religion Compass* 2007;1(1):26–37.
48. Scarborough J, Majno G. *The Healing Hand: Man and Wound in the Ancient World*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press. 1975. Pp. xxiii, 571., *The American Historical Review*, Volume 82, Issue 1, February 1977, pp 66–7.
49. Abdel-Azizi S.M., Aeron A., T.A. Kahil. Health Benefits and Possible Risks of Herbal Medicine. N. Garg et al. (eds), *Microbes in Food and Health*. Springer International Publishing, 2016: 97-116.
50. Dawson W. *Studies in Medical History: (a) The Origin of the Herbal. (b) Castor-oil in Antiquity*. *Luglio* 1929;10(1):47-72.
51. Allen PJ. *The Art of Medicine in Ancient Egypt*. The Metropolitan Museum of Art, Second Printing, 2005: 9-12.
52. Yapijakis C. Hippocrates of Kos, the father of clinical medicine, and Asclepiades of Bithynia, the father of molecular medicine. Review. *In Vivo* 2009;23(4):507-14.
53. Orfanos CE. From Hippocrates to modern medicine. *J Eur Acad Dermatol Venereol* 2007;21(6):852-8.
54. Badash I, Kleinman NP, Barr S, Jang J, Rahman S, Wu BW. Redefining Health: The Evolution of Health Ideas from Antiquity to the Era of Value-Based Care. *Cureus* 2017; 9(2):e1018.
55. Missios S. Hippocrates, Galen, and the uses of trepanation in the ancient classical world. *Neurosurg Focus* 2007;23(1):E11.
56. Suvajdžić L, Đendić A, Sakač V, Čanak G, Dankuc D. Hippocrates-The father of modern medicine. *Vojnosanit Pregl* 2016;73(12):1181-6.
57. Grammaticos PC, Diamantis A. Useful known and unknown views of the father of modern medicine, Hippocrates and his teacher Democritus. *Hell J Nucl Med* 2008;11(1):2-4.
58. Chang A, Lad EM, Lad SP. Hippocrates' influence on the origins of neurosurgery. *Neurosurg Focus* 2007;23(1):E9.
59. Gordon S. Holistic medicine and mental health practice: toward a new synthesis. *Am J Orthopsychiatry* 1990;60(3):357–71.
60. Meletis J. The beliefs, myths and reality surrounding the word hema (blood), from homer to the present time. *Anemia* 2010;857657.
61. Riddle JM. Folk Tradition and Folk Medicine: Recognition of Drugd in Classical Antiquity. *Pharmacy in History* 2013;55(2/3):64-87.
62. El-Gammal S.Y. The Role of Hippocrates in the Development and Progress of Medical Sciences. *Bull. Ind Inst Hist Med Vol XXVIII*: 125-36.
63. Totelin LMV. Hippocratic Recipes; Oral and Written Transmission of Pharmacological Knowledge in Fifth- and Fourth- Century Greece. University College London, Doctor of Philosohty Dissertation. Proquest 2013:18-282.
64. Hippocratic Wealth: 8 Medicinal Plants Native to Kos. <https://www.greece-is.com/hippocratic-wealth-8-medicinal-plants-native-to-kos/> Erişim Tarihi: 12.01.2021
65. Marcum JA. Hippocrates and the Hippocratic Tradition: Impact on Development of Medical Knowledge and Practice?. In: Schramme T., Edwards S. (eds) *Handbook of the Philosophy of Medicine*. Springer, 2015.
66. Namazi RM. Avicenna. *Am J Psychiatry* 2001; 158:11.
67. Amiri SM., Yazdi MET, Rahnama M. Medicinal plants and phytotherapy in Iran: Glorious history, current status and future propects. *Plant Science Today* 2021;8(1):95-111.
68. Najafian Y, Hamed SS, Farshchi MK, Feyzabadi Z. *Plantago major* in Traditional Persian Medicine and modern phytotherapy: a narrative review. *Electronic Physician* 2018;10 (2):6390-9.
69. Özdemir A, Döner DB. Tıp Tarihinde Fitoterapi ve Paeonia (Bocur, Şakayık, İtecik Lalesi) Bitkisine Genel Bir Bakış. *Uşak Üniversitesi Fen ve Doğa Bilimleri Dergisi* 2017:57-64.
70. Mahdizadeh S, Ghadiri MK, Gorji A. Avicenna's Canon of Medicine: a review of analgesics and anti-inflammatory substances. *Avicenna J Phytomed* 2015;5(3):182-202.
71. Weisser U. "AVICENNA xiii. The influence of Avicenna on medical studies in the West,"

- Encyclopædia Iranica, III/1, pp. 107-110, <http://www.iranicaonline.org/articles/avicenna-xiii>. Erişim Tarihi: 13.01.2021
72. Pourahmad J. History of medical sciences in Iran. *Iranian J Pharm Res* 2010(2):93-9.
73. Mohammadhosseini M, Sarker SD, Akbarzadeh A. Chemical composition of the essential oils and extracts of Achilleaspecies and their biological activities: A review. *J Ethnopharmacol* 2017;199:257-315.
74. Khojimatov OK, Khamraeva DT, Khujanov AN, Bussmann RW. An overview of Ethnomedicinal plants of Uzbekistan. *Ethnobot Res Appl* 2020;20:1-19.
75. İbn-i Sina, El-Kanun Fi't-Tıbb, (çev. E. Kahya), Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları No: 234, Ankara, 2000
76. Stannard J. Medicinal Plants and Folk Remedies in Pliny, "Historia Naturalis". *History and Philosophy of the Life Sciences* 1982;4(1): 3-23.
77. Van Tellingen C. Pliny's pharmacopoeia or the Roman treat. *Netherlands Heart Journal* 2007; 15(3):118-20.
78. Cuvier G. History of the Natural Sciences from Its Origin to the Present Day. Editör: Theodore Wells Pietsch. *Publications scientifiques de Museum*, 2019;16:431-43.
79. Silva H. A descriptive Overview of the Medical Uses Given to Mentha Aromatic Herbs throughout History. *Biology* 2020;9:484.
80. Morgan JP. Dioscorides on Pharmacy and Medicine. *JAMA* 1987;257(15):2093-4.
81. Reeds K. Dioscorides Unriddled. *History of Science Society, The University of Chicago Press*, 1987;78(1):85-8.
82. Kayıran SD. Dioscorides'in De Materia Medica Adlı Eserindeki Tıbbi Bitkilerin Doğu Akdeniz Bölgesi'ndeki Güncel Kullanımlarının Araştırılması. *Lokman Hekim Dergisi* 2019;9 (2):189-202.
83. Staub P.O., Casu L., Leonti M. Back to the roots: A quantitative survey of herbal drugs in Dioscorides' De Materia Medica (ex Matthioli, 1568). *Phytomedicine* 2016;23:1043-52.
84. Kıran Ö, Kadioğlu S. İbn-i Sina'nın Kanun adlı Eserinin Basit İlaçlar Bölümünde Dioscorides Etkisi. *Lokman Hekim Dergisi* 2020;10(1):108-14.
85. Dioscorides JM, Riddle CCG (Ed.), *Dictionary of Scientific Biography*, vol. 4, Charles Scribner's Sons, New York, 1971:119-23.
86. Scarborough and Nutton, The preface of Dioscorides materia medica: introduction, translation and commentary. *J. Scarborough and V. Nutton Trans. Stud. College Phys. Phila.*, 1982;4:187-227.
87. Edwards S. Use and efficacy of herbal medicines: Part 1- Historical and traditional use. *The Pharmaceutical Journal* 2012;289:161.
88. Dunn PMG. (AD 129-200) of Pergamun: anatomist and experimental physiologist. *Arch Dis Child Fetal Neonatal Ed* 2003;88:441-3.
89. Holmes P. Galen of Pergamon: A Sketch of an Original Eclectic and Integrative Practitioner, and His system of Medicine. *Journal of American Herbalists Guild Spring/Summer* 2002:7-18.
90. Leonti M, Verpoorte R. Traditional Mediterranean and European herbal medicines. *Journal of Ethnopharmacology* 2017;199:161-7.

İletişim:

Aydan A. Özdemir
Başkent Üniversitesi Bağlıca Kampüsü
Eskişehir yolu 20.km, Hukuk Binası No:106,
Etimesgut/Ankara
Tel: +90.312.2466666/1473
E-mail: aydozdemir@baskent.edu.tr