

BİTKİLERLE TEDAVİDE: MEYAN KÖKÜ

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), dünya nüfusunun %60'ının sentetik ilaçları hiç kullanmadığını, dörtte üçünün kendi geleneksel kültürlerindeki, esas olarak bitkisel kaynaklı olan ilaçlara güvendiğini ve bunları kullanmaya devam ettiklerini saptamıştır.



Son yıllarda "Fitoterapi" kavramı önem kazanmaktadır. Buna bağlı olarak insanların ilgisi bitkisel kaynaklı tedavi yöntemlerine doğru artmaktadır. Bunun nedenleri çok çeşitlidir. Ancak en önemli nedenlerden birisi, geleneksel kültürlerin kendisidir.

Dünya Sağlık Örgütü (WHO), dünya nüfusunun %60'ının sentetik ilaçları hiç kullanmadığını, dörtte üçünün kendi geleneksel kültürlerindeki, esas olarak bitkisel kaynaklı olan ilaçlara güvendiğini ve bunları kullanmaya devam ettiklerini saptamıştır. (1)

Amerika'da halen ticari olarak bitkilerden ekstre edilen ilaçların %75'i, etnobotanik bilgiler sonucunda elde edilmiştir. Amerika'da reçetelenmiş ilaçların %25'i doğal ürünlerken, diğer %25'i doğal ürünlerden hareketle türevlenen maddelerden oluşmaktadır. (2)

Geleneksel kültürlerde yaşayan bilgilerin köklerinde yatan eski tarihin kendisidir. 5000 yıl kadar önce Çin, Hint ve Yakın Doğu Tebabeti olarak bilinen bitkisel tedavi yöntemleri söz konusu bilginin kaynağını oluşturmaktadır.

Bitkisel kökenli doğal etken maddelerin (alkaloitler, glikozitler, sabit ve uçucu yağlar, terpenler gibi) ve sentetik kimyasal bileşiklerin saflaştırılmış tek madde halinde çağdaş tedavi alanında kullanılmaları yanında "Fitoterapötik=Fitofarmasötik=Fitofarmaka" olarak isimlendirilen "kimyasal analizlerle karakterize edilebilen ve biyolojik etkilerine bağlı olarak doz cevap ilişkileri ortaya konabilen bitkisel hammaddeli ilaçlar" olarak tanımlanabilen bitkisel

ilaçlardan da tedavide yararlanılabilmektedir. Fitoterapinin varolan kimyasal ilaçlarla tedavinin yerine geçmesi söz konusu olmasa da, tedavide kimyasal ilaçlara destek vermesi hem hastanın hem de doktorun bazı sıkıntılarını ortadan kaldırmaktadır. (3)

Durum bu olunca, son yıllarda bitkisel tedavi yöntemlerine ilginin artması şifalı bitkilere talep patlamasını beraberinde getirmektedir.

Bu nedenle bu sayımızdan itibaren Türkiye'de yetişen çeşitli bitkileri özellikleriyle ve etkileriyle tanıtmaya çalışacağız.

Glycyrrhiza glabra

(Almanca:Süßholz, Lakritzen)

(Fransızca:Reglisse)

(İngilizce: Licorice)

Türkçe "Meyan" olarak bilinmektedir. Tüm dünyada kültürü yapılmaktadır. Türkiye'de 6 türü bulunmaktadır. Aynı zamanda ülkemizin en eski kültürü ve ihracatı yapılan bitkisel ürünlerinden sayılmaktadır.

Akdeniz bölgesinde doğal olarak dere ve nehir kenarlarındaki kumluklarda yetişmekte olduğu saptanmıştır.

Yaz aylarında meyan kökünden yapılmış içecekler güney doğu bölgesinde, özellikle Gaziantep'te yaygın olarak satılmaktadır. Meyankökü suyu, içinizi serinlettiği gibi sağlık açısından da yararlı olduğu bilinmektedir

Meyan köküne vatandaşlardan ilgi büyüktür. Çeşitli illerimizde, çarşıda pazarda, caddede sokakta çoğu zaman karşımıza çıkan ve üzerindeki beyaz kılıflı küfeyle ve özel giysileriyle dikkat çeken meyan kökü satıcıları, insanlara şifa dağıttıklarını ileri sürmektedirler.

Kızıl rengiyle ve acımsı tadıyla vatandaşların bardak bardak içtiği meyan kökü, gerçekten de birçok hastalığa faydalı olmaktadır. 7'den 70'e herkes tarafından büyük ilgi gören meyan kökü suyu, Glycyrrhiza glabra bitkisinden elde edilen köklerin uzun süre kaynatılması ve biraz şekerle tatlandırılması sonucu elde edilmektedir. Daha sonra soğumaya alınan meyan kökü, yaşayan geleneksel kültürün etkisi ile, kendine has musluklu bir küfeye doldurulup kendine özgü satıcısıyla satışa sunulmaktadır.

Meyan kökünün tıbbi bakımdan kullanılan kısımları; kökü (Liquiritiae radix) ve köklerin suyla kaynatılıp suyunun uçurulması ile elde edilen konsantre sulu ekstresidir (Liquiritiae succus).

Yapılan analizler sonucu içinde bulunan etken bileşikler şu şekilde saptanmıştır: "%2-5 triterpenik saponin, özellikle %2-12 glisirizin (glisirizik asit= glisiritik asit potasyum, amonyum ve kalsiyum tuzları) ve 24-hidroksiglisirizin (sakarozdan 50 ve 100 kat daha tatlıdır). Tatlı lezzet tamamen glisirizinden ileri gelir, aglikonu olan glisiretik tatlı değildir. Kökler en az %4 glisiretik asit ve %25 suda çözünür bileşik içermelidir. Sterol (sitosterol ve stigmasterol), 30'dan fazla flavon glikoziti ve isoflavon (neolikuiritin, hispaglabridin), kalkon glikoziti (isolikuiritin), kumarin (herniarin, umbelliferon). (4)

Etki ve kullanılışı:

1- Üst solunum yolları ve bronşit için mukolitik etkili ekspektorandır. Saponinleri, özellikle glisirizik asit, bateriostatik ve antiviral aktiviteye sahiptir.

2- Gastrit ve mide ülserinde, peptik ülser profilaksisinde ve tedavisinde antiflojistik, spazmolitiktir. Glisirizik asit ve aglikonu glisiretik asit, antiflojistik aktiviteye sahiptir. Prostaglandin sentezini engellemez. Her iki madde de drogun mineralokortikoid etkilerinden sorumludur. Spazmolitik etkilavanoitlerden ileri gelmektedir.

3- Yoğun tatlı lezzeti nedeniyle, ilaç, şekerleme ve bazı gıda ürünlerine lezzet zenginleştirici olarak konur. (5)

Dozaj: 5-15 g drog/gün (200-800 mg glisirizin'e eşdeğer) 1-2 g kök drogu günde 3 defa alınır. Liquiritiae succus: 0.5-1 g üst solunum yolu rahatsızlıklarında ve 1.5-3 g mide ve duodenum ülserlerinde.

Maximum doz: İnfüzyon ve dekoksion için 8g/gün. Ekstre için 3 mg/kg/gün. Toz için 5g/gün. Glisirizin için 125 mg/gün (6)

Çay: Günde 3 çay fincanı yemeklerden sonra.

Hazırlanışı: 1/2 çay kaşığı (1.5g) drog üzerine 1 çay fincanı kaynar su dökülüp, kısa bir süre veya drog üzerine soğuk su konulup ağır ağır 10-15 dakika kaynatılır. 15 dakika sonra süzülür. (7)

Yan etkileri, geçimsizlikleri, kontrendikasyonları: Glisirizin ve glisiritik asit, mineralokortikoid aktiviteye sahip olması nedeniyle yüksek dozlarda (günde 50 g drog'tan fazla) uzun süre alınması halinde vücuttaki potasyum iyonlarının atılımının artmasına neden olur; sodyum-potasyum dengesi bozulur. Buna bağlı olarak, sodyum iyonu konsantrasyonu ve su miktarı artar. Diürez azalır. Bu durumda tansiyon yükselmesi ve ödem teşekkül eder. Hipokalemi sonucu kas kasılmasında anormallikler, hipernatremi, ödem (yüz ve ayaklarda), baş ağrısı, hipertansiyon ve kardiyak bozukluklar görülür. Potasyum kaybıyla, Digitalis glikozitlerine hassasiyet artar. Drogun kesilmesinden sonra birkaç gün içinde sorunlar kaybolur. Meyan preparatlarının 4-6 haftadan fazla alınması gerekir. Bu esnada potasyumca zengin diyetle (muz, kuru kayısı gibi) beslenmeye dikkat edilmelidir. Böbrek ve karaciğer rahatsızlıkları, yüksek tansiyon, potasyum yetersizlikleri ve hamilelikte kullanılmaz. Kortikoid kullananlara verilmez. (8)

Kombinasyonları: Diğer sekrotolik ve ekspektoran droglarla kombine edilebilir.

Kaynaklar:

(1)Çubukçu,Meriçli,Mat,Sarıyar,Sütlüpinar,Meriçli, Fitoterapi, İ.Ü.Eczacılık Fakültesi Farmakognozi A.B.D Yayınları , s. 1,İstanbul,2002

(2)a.g.e.s.1

(3)a.g.e.s.2

(4)a.g.e.s.76

(5)a.g.e.s.76

(6)a.g.e.s.77

(7)a.g.e.s.77

(8)a.g.e.s.77

