



Dr. Erdem Yeşilada\*

"Hastanız alternatif tedavi yöntemleri uyguluyor mu? Yanıtınız; "Bilmiyorum!" ya da "Beni ilgilendirmez!" ise, o zaman önemli bir sorun ile karşı karşıyasınız.

Yapılan bilimsel çalışmalar, alternatif tıp yöntemleri kapsamında kullanılan sağlık ve diyet ürünlerinin hekimlerin uyguladığı tedaviler ile doğrudan etkileştiğini ortaya koymaktadır. Hatta, önemli tıp dergilerinde pre-operatif ve post-operatif sorunlara dikkat çekilmekte ve özellikle anestezi uygulanmasında güçlükler ortaya çıkabileceği bildirilmektedir.

Aslında hekimin alternatif tedaviyi tanımaması, önemsememesi ve bilmemesi hatalı bir tutumdur.

Bilmem farkında mısınız? Giderek daha fazla sayıda hasta bitkisel ilaçlar ve alternatif tedavi yöntemleri ile ilgili olarak hekimlerin fikrini soruyor. "Ben bu konuya inanmıyorum, karşıyım" diyerek kestirip atabilirsiniz kuşkusuz! Hasta hekiminin bu konudaki olumsuz yaklaşımını hissederse, çekinerek hekimin önerdiği tedaviyi uygulamadığını ya da tedaviye ek olarak bitkisel ilaç ya da alternatif tedaviden yararlandığını gizleyecek, dolayısıyla, hekim tedavisinin başarı ya da başarısızlığının altında yatan gerçek nedeni öğrenemeyecektir.

Amerika Birleşik Devletleri'nde (ABD) yapılan bir çalışmada, hastaların %70'inin bitkisel ilaç (fitoterapötik) kullandığını, bilerek ya da bilmeden, hekim ya da diğer sağlık çalışanlarına bildirmediği ortaya konulmuştur. Bu cümledeki "bilmeden" sözcüğü; bazı hastaların eczaneler dışında satılan fitoterapötik ve nutrasötik (sağlık destekleyici) ürünlerin fizyolojik bir etkisi olabileceğini bilmediğinden, ilaç olarak değerlendirmeye gerek görmediğini anlatmaktadır.

Dikkat edilmesi gereken diğer bir nokta ise, alternatif tedavi ile bazı durumlarda hastalık belirtilerinin gizlenmesi nedeniyle, hekimin doğru tanı koyamamasıdır. Hekimin bu konuda bilgisinin bulunması, olası etmenlerin değerlendirilebilmesi bakımından önemlidir. Hekimin alternatif tedavi ve bitkisel ilaçları tamamen dışlaması yerine kendi kontrolünde uygun bir kombinasyon ile tedavisine destek

sağlaması, hem hastanın güvenini kazanması, hem de hastanın kontrolü dışındaki tedavilere yönelmesini önlemesi bakımından önemlidir. Hastalar tedavileri sırasında çevreden duydukları, bitkisel ilaç ya da alternatif tedavi önerileri ya da bu biçimde sağlanan başarılı tedavi efsanelerinden sık olarak etkilenmektedir. Çoğu kez bilinçsiz bir şekilde, uygulanan tedaviye destek sağlamak üzere ya da uygulanan tedaviden beklediği yararı görememe endişesi ile tedaviyi keserek bitkisel ilaçlara ya da alternatif tedaviye yönelmektedir. Hekimin bu konuda bilinçli olması, özellikle allopatik tedavinin başarılı olamadığı durumlarda, bu hastaları kandırarak büyük maddi gelir sağlayan insanların eline düşmekten koruyacaktır.

Bu konuda uygulanması gereken akılcı yaklaşım ve yöntemleri tartışmadan önce, alternatif tıp, bitkisel ilaç ve allopatik tedavi üçgeninde bazı temel özellikleri açıklamak ve anlamak yerinde olacaktır.

## Bitkisel ilaç bir alternatif tedavi yöntemi midir?

Hepimizin bildiği gibi, bitkilerde fotosentez ve metabolizmaları sonucu sentezlenen ve metabolit olarak adlandırılan düzinelerle madde, karışım halinde bulunmaktadır. Aslında "son derece yetenekli bir bilim adamı" olan doğanın ustalıklı tasarladığı ve oluşturduğu kimyasal moleküllerin çoğu gelişmiş laboratuvarlarda bile, çağımızın gelişen teknik olanaklarına karşın, hala sentezlenememektedir.

Bu yolla her molekülün fizyolojik etkisinin yanı sıra, toksik ya da (zehirli) bir etkisi bulunması da olanaklıdır. Ünlü bilim adamı Paracelsus'un (17. yüzyılda söylediği) "Bir maddenin tedavi edici ve zehir etkileri arasındaki fark miktarıdır, dozudur" sözü bu moleküllerin fizyolojik etkilerinden yararlanma koşullarını çok güzel anlatmaktadır. Basit bir örnek olarak atropini göz önüne alalım. Aslında son derece zehirli bir madde olmasına karşın tedavide önemli bir ilaç etken maddesidir.

\* Gazi Ü. Eczacılık Fak. Farmakognozi AD, Ankara

Bitkilerin bu kimyasal yapı zenginliğinden yeni etkin ilaç molekülleri geliştirilebilmesi amacıyla yararlanılması ilaç araştırmacılarının başlıca çalışma alanını oluşturmaktadır. Bu zengin içerikten tedavi amacıyla yararlanılmasında bir diğer yaklaşım ise **fitoterapi**, yani bitkilerle tedavidir.

#### **Hekimin bitkisel ilaçlar konusunda bilgilendirilmesinin önemi:**

Tüm dünyada "bitkisel ilaçlar" giderek artan ve şimdiye kadar hiç görülmemiş bir biçimde popülerite kazanmaktadır. Alternatif tıp yöntemleri arasında sınıflandırılan "bitkisel ilaçlar" ve modern tedavi, tedavi kavramı içerisinde birbirine tamamen zıt kutuplar olarak sunulmakla beraber, insan sağlığı söz konusu olduğunda bir bütünün ayrılmaz parçaları olarak kabul edilmelidir.

Aslında bitkisel ilaçların "**alternatif tedavi**" olarak tanımlanması ve ortodoks tedavi kapsamı dışında bir seçenek olarak kabul edilmesi son derece yanlış bir ifadedir.

"Alternatif" kavramı, sözlükte "bir şeyin yerine, seçenek" anlamındadır. Bilimsel gelişmeler ışığında, günümüzde bitkilerin önemli tedavi potansiyeli bulunduğu ortaya konulmuştur. Dolayısıyla bitkisel ilaçlar da modern tedavinin ayrılmaz bir parçasıdır ve hekim ve eczacı tarafından allopatik tedavi ile birlikte insanlığın yararına kullanılması arzu edilen bir amaç olmalıdır.

Bitkisel ilaçlar, ABD'de 5 milyar dolar, dünya genelinde ise 50 milyar dolarlık yıllık ticaret hacmine erişmiştir. 1998 yılında **JAMA** (Journal of the American Medical Association 280; 1569-75) dergisinde yayınlanan bir makalede ABD'de CAM (Complementary and Alternative Medicine) hekimlerine yıllık hasta başvuru sayısının 600 milyon olduğu ve bu rakamın ortodoks tedaviye başvuran hasta sayısından daha fazla olduğu ve bu tedavilere 27 milyar dolar harcadığı bildirilmektedir. Böylesine büyük bir ticaret hacmi doğal olarak sorunları da birlikte getirmektedir. Yeterli denetim bulunmaması nedeniyle bu pazardan daha büyük pay kapmak isteyen üreticiler "dolaylı reklam kampanyaları" ile giderek artan kitlelerin ilgisini çekmektedir. Hatta uluslararası dev ilaç firmaları bile fitoterapötiklere olan bu talebi kazanç haline dönüştürmek üzere, kendilerine bağlı fabrika ve dağıtım tesisleri kurmaktadır.

#### **Bitkisel ilaç, hekimin modern ilaç beklentilerini karşılayabilir mi?**

**Modern ilaç** kavramında "birim dozu ile standart ve tekrarlanabilen fizyolojik yanıt alınması" önkoşuldur.

Aktardan edinilen ya da doğadan toplanan ham bitkisel materyalin (**ham drog**) kullanılması ile bu beklentinin karşılanma olasılığı düşüktür. Çünkü bitkilerin kimyasal bileşimleri; iklim, toprak, mevsim, işlenme yöntemi, saklama koşulları vb. etmenlere bağlı olarak büyük farklılıklar gösterebilmektedir. Dolayısıyla tekrarlanabilen fizyolojik yanıt alınabilme olasılığı düşüktür. Diğer taraftan, bu materyal üzerinde herhangi bir denetim bulunmaması da önemli bir eksiklikler.

**Fitoterapötik** olarak adlandırdığımız, "sağlık destek ve diyet ürünleri" arasında sınıflandırılan, ülkemizde Tarım Bakanlığı tarafından ruhsatlandırılan ürünlerin tablet, şurup, vb. farmasötik dozaj formları halinde sunulmasına karşılık, **denetim eksikliği** önemli bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu ürünlerde üretim sırasında ve sonrasında yeterli kontrol bulunmamaktadır. Bu nedenle güvenilirlik ve tekrarlanabilir tedavi yanıtı alınabilme olasılığı tartışmalıdır. Yani ciddiyetine ve üretim kalitesine inandığınız firmaların ürününü seçmek dışında yapılacak bir şey bulunmamaktadır. Ancak "ham drog" preparatları tercih edilebilir.

Modern ilaç kavramının gereklerini yerine getiren ve diğer farmasötik ilaçlar ile birlikte sıkı bir şekilde denetlenen bitkisel ilaçlar ise **fitofarmasötik** olarak adlandırılmaktadır. Halen Türkiye ilaç piyasasında bulunan Tebokan, Pursenid, Senekot, Agiolax, Bekunis, Hametan, Madecasol, Reparil-Gel, Digimerck, Daflon, vb. bu tip preparatlara örnek olarak verilebilir.

Hiç kuşkusuz, ideal olan bitkisel ilaçların fitofarmasötik preparatlar halinde tedaviye sunulmasıdır. Ancak bu henüz olanaklı değildir. Çünkü çoğu bitkide etki tek bir bileşene bağlı olarak değil, sinerjistik/antagonistik, vb. etkileşimler, emilimi ve stabilizeyi artıran maddeler ve diğer çeşitli etmenlere bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla 15 yıl öncesine kadar bir bitkisel ilacın, çoğunlukla, etkili bir bileşeni ayrıştırılarak tanımlandıktan sonra ortodoks tedavide kullanılabilmesi söz konusu olabirdi.

Ancak etkinin çoğu kez tek bir bileşene bağlı olmadığını anlaşılmasından sonra, modern ilacın temel gereklerinden biri olan standardizasyonu sağlamak üzere, standardize edilmiş bitki ekstralarının kullanıldığı preparatlar (fitofarmasötikler) da modern ilaç kavramı içerisinde yer bulabilmiştir. Örneğin, ginkgo preparatları (Tebokan vb.), ginkgolidler üzerinden standardize edilmiş bitki ekstresi, antrasenozit tipi laksatifler ise (Pursenid, Senekod, Bekunis vd.) sennozit B üzerinden standardize edilmiş sinameki ekstresi taşımaktadır.

Ancak bitki ekstralarının standardizasyonda yararlanılacak etkili bir bileşenin bulunması da başlı başına bir sorun teşkil etmektedir. Örneğin, "Doğanın Prozacı" olarak nitelendirilen orta şiddette depresyonlarda antidepresan etkisinden yararlanan kantaronda (şimdiki bilinen adı ile St.John's wort) etkili bileşenin hangisi olduğu henüz tam olarak bilinmemektedir. Bu nedenle standardizasyonu hiperforin bileşeni üzerinden yapılmaktadır. Aslında hiperforin bitkinin fototoksik advers etkilerine yol açtığı için pek istenmeyen bir bileşendir.

Bitkisel ilaçların büyük bir kısmında ise standardizasyon amacıyla yararlanılabilecek herhangi bir bileşen henüz bilinmemektedir. Bu sorunu çözebilmek üzere FDA (Amerikan Gıda ve İlaç Dairesi) "kromato-fingerprinting" olarak adlandırılan genel bir değerlendirme yöntemini kabul etmeye hazırlanıyor. Bu yolla etkili ekstrenin "kromatografik kimliği" saptarak fitofarmasötik preparat hazırlanması olanaklı olabilecektir.

#### **Hekimin bitkisel ilaçlar konusundaki bilgisinin sınırları ne olmalı?**

Eskiden yalnızca bir bölgede yetişen bitkiler ile ilgili biyolojik etki, yan etki ve toksisiteye ait bilgi birikimi yeterli olurken, "küreselleşen" dünyamızda artık sınırların geçerliliğinin kalmadığı görülmektedir. Ülkemizde yetişmeyen hiç tanımadığımız bitkilerden hazırlanan ilaçlar artık Türkiye ilaç piyasasında bulunmakta ve iletişim araçlarındaki gelişmeye bağlı olarak yaygın biçimde kullanılmaktadır. Örneğin, BPH (prostat hipertrafisi) semptomlarının hafifletilmesinde kullanılan "Saw Palmetto" ülkemizde yetişmeyen bir bitkiden (Serenoa repens) elde edildiği halde, satılmaktadır ve sağlıklı ürün raflarında bulunmaktadır.

#### **Hekimin bilgi kaynakları:**

Hekim bu konuda güvenilir bilgileri nereden sağlayabilir? Ülkemizde de hastalardan hekimlere bitkisel ilaçların kullanılması ile ilgili gelen istemlerin son yıllarda önemli artış gösterdiği belirtilmektedir. Ancak hekimler bu konuda güvenilir bilgiye nasıl ulaşacaklarını bilemediklerinden hastaların bu istemlerini olumlu karşılamamakta, ilgisiz kalmaktadırlar. Oysa bu istemlere bağlı olarak Almanya'da bazı tıp fakültelerinde, haftada bir saat olarak başlatılan fitoterapi dersleri öğrencilerin isteği üzerine, haftada dört saate çıkarılmıştır. Ülkemizde ise, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde hekimler için "Fitoterapi Uzmanlık Programı" açılmıştır. Bu programa katılabilmek için ÖSYM tarafından yapılan LES sınavında başarılı olmak gerekmektedir.

Bitkisel ilaçlar konusunda eğitim alan tek meslek grubu eczacılar olduğu halde piyasada konunun sözde uzmanı (!) olarak faaliyet gösteren kişi sayısı oldukça fazladır. Bu nedenle, insan sağlığından sorumlu başlıca kişiler olan hekim ve eczacıların birlikte bu konuyu sahiplenmesi, halk sağlığı bakımından son derece önemlidir.

Günümüzde önemli bir bilgi aracı olan internet, özellikle fitoterapötik ve nutrasötik üreticisi firmalarca hazırlanan ya da desteklenen sitelerle doludur. Bu kaynaklardan tarafsız bilgi sağlanabilmesi olası değildir. Son yıllarda ABD'de ilaç konusunda söz sahibi FDA ve NIH (National Institute of Health) gibi devlet kurumları daha tarafsız bilgilerin sağlanabileceği internet siteleri açmışlardır.

Hekimlerden gelen yoğun istek üzerine PDR (Physicians' Desk Reference) 2000 yılında ABD genelinde tedavi amacıyla yararlanılan 800 kadar bitkinin yer aldığı çok kapsamlı bilimsel bir başvuru kitabı yayınlamıştır. Önemli bir kaynak olmasına karşın içerisinde bazı önemli hatalar saptanmıştır. Bu nedenle, literatür araştırmalarının geniş bir kaynak üzerinde yürütülmesi daha doğru bilgi alınabilmesi bakımından gereklidir.

#### **Bitkisel ilaçların advers etkileri var mıdır?**

Daha önce de belirttiğimiz üzere bitkilerde fotosentez sonucu meydana gelen düzinelerle metabolit bir arada bulunmaktadır. Her bir bileşiğin, Paracelsus'un da belirttiği gibi, kullanılan miktara bağlı olarak tedavi edici ya da toksik bir etkisi söz konusudur. Dolayısıyla, "**doğalsa zararlıdır**" şeklinde bir düşünce son derece hatalıdır.

**sted**