

Soğuk Algınlığında Kullanılan Bitkisel Droglar*

Herbal Drugs Used Against Common Cold

Neşe Büyükkökⁱ, Buket Güngörⁱⁱ, Ayşe Asena Gençⁱⁱⁱ

ⁱUzman Eczacı, Antalya Cansev Eczanesi, <https://orcid.org/0000-0001-5595-6788>

ⁱⁱDr.Öğr.Üyesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Tıp Fakültesi, Tıbbi Farmakoloji A.D., <https://orcid.org/0000-0002-5802-1635>

ⁱⁱⁱEczacı, Sağlık Bakanlığı Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu, <https://orcid.org/0000-0003-3927-9355>

Öz

Soğuk algınlığı, tüm dünyada sık görülen hastalıkların başındadır. Hafif seyirli viral bir hastalık olmasına rağmen, sağlık harcamaları yönünden büyük bir yük teşkil etmektedir. Soğuk algınlığında kullanılan droglar güncel bilimsel kaynaklardan yararlanılarak derlenmiştir. Bu alanda kullanılan başlıca droglar: *Pimpinella anisum* L, *Hederae helix* L, *Filipendulae ulmariae* L Maxim, *Primulae veris* L, *Primulae elatior* (L), *Eucalyptus globulus* Labill, *Matricariae recutita* L, *Marrubium vulgare* L, *Menthae x piperitae* L, *Tiliae cordata* Miller ve *Pelargonii sidoides* DC yer almaktadır. Avrupa İlaç Kurumu(EMA) tarafından yayınlanan ve Sağlık Bakanlığı'nın (TİTCK) yayınladığı tıbbi bitki monograflarında bulunan soğuk algınlığında kullanılan droglar, bitkilerin fitokimyasal bileşimleri, dikkat edilmesi gereken durumlar ve bitkiler hakkında genel bilgiler bu derlemede sıralanmıştır. Antibiyotiklere karşı mikroorganizmaların direncinin artmasıyla son zamanlarda bitkisel ekstrele ve biyoaktif bileşiklere ilgi giderek artmakta olup Ar-Ge çalışmaları da bu kapsamda ilerlemektedir. Çeşitli yan etkileri ve kontrendikasyonları bulunan ve eczane dışındaki yerlerde endikasyon belirterek topluma sunulan bu bitkisel ürünlerin standardize edilerek, fitoterapinin hekim ve eczacıların kontrolünde uygulanması ile etkin ve güvenli tedavi sağlanacak ve iyilik halinin zarar görmesi engellenecektir.

Anahtar Kelimeler: Bitkisel Drog, Fitokimya, Soğuk Algınlığı, Fitoterapi

ABSTRACT

Common Colds are the most common diseases worldwide. Although it is a viral disease with a mild course, it is an economic burden. In this literature review, drugs used in colds were compiled from review current scientific sources. The main herbal drugs used in this field are: *Pimpinella anisum* L, *Hederae helix* L, *Filipendulae ulmariae* L Maxim, *Primulae veris* L, *Primulae elatior* (L), *Eucalyptus globulus* Labill, *Matricariae recutita* L, *Marrubium vulgare* L, *Menthae x piperitae* L, *Tiliae cordata* Miller ve *Pelargonii sidoides* DC. In this review, general information about the drug used in colds, phytochemistry, conditions to be considered and plants in the medical plant monographs approved by the European Medicines Agency(EMA) and published by the Ministry of Health are given. With the increase in the resistance of microorganisms against antibiotics, recently, there has been an increasing interest in extracts and bioactive compounds. In this context, complementary and methods come to the fore in R&D studies. First of all, these products served to the public in localities other than pharmacies; their standardization should be ensured by specifying the indication, various side effects, and contraindications. After the standardization of these medicinal products, they should be used under the control of doctors and pharmacists. After the standardization of the medicinal products should be used phytotherapy under the control of physicians and pharmacists.by doctor and pharmacists supervision, resulting in effective and safe treatments.

Keywords: Herbal drug, Phytochemistry, Cold, Phytotherapy

*Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 2022;12(2):262-271

DOI: 10.31020/mutfd.1034196

e-ISSN: 1309-8004, ISSN 1309-761X

Geliş Tarihi - Received: 9 Aralık 2021; Kabul Tarihi - Accepted: 2 Mart 2022

İletişim - Correspondence Author: Buket Güngör <buket.gungor@comu.edu.tr>

Giriş

Solunum yolu enfeksiyonları, hava yollarında yaşayan virüs veya bakteriler sebebiyle ortaya çıkan, insanların yaşamları boyunca en sık karşılaştığı ve bulaşıcılığı yüksek olan hastalıklardır. Farklı etkenlerle oluşan üst solunum yolu enfeksiyonlarının belirtileri genellikle birbirine benzerdir.¹ Soğuk algınlığı; burun, boğaz, sinüsler ve üst solunum yollarının kendi kendini sınırlayan, hafif seyirli viral bir enfeksiyondur. İnkübasyon periyodu 2-5 gün olup, ortalama 7-10 gün sürer, ancak bazı hastalarda belirti 3 haftaya kadar devam edebilir. Birçok solunum yolu enfeksiyonu bir hafta-10 gün içinde kendiliğinden geçer.¹ Soğuk algınlığına 200'den fazla farklı virüs türü ve nadiren diğer enfeksiyöz ajanlar da neden olabilir. Soğuk algınlığına birçok virüs neden olabilese de en belirgin rol rinovirüslere düşmektedir. Soğuk algınlığı vakalarının yaklaşık %25'inin etkeni ise bilinmemektedir. Nazal konjesyon, burun akıntısı, hapşırma, öksürük ve boğaz ağrısı soğuk algınlığının başlıca semptomlarıdır. Belirtiler arasında ses kısıklığı (boğuk ses), baş ağrısı, bitkinlik ve letarji de görülebilir.² Sağlık alanındaki büyük gelişmelere rağmen, soğuk algınlığı hem sağlık harcamalarında artış hem de işgücü kaybı açısından topluma büyük yük getirmektedir. Tedavi ise, daha çok belirtileri rahatlatmaya veya azaltmaya yöneliktir. Belirtileri hafifletmek için reçetesiz olarak kullanılan tezgâh üstü (over-the-counter-OTC) ilaçlar da dahil olmak üzere en çok kullanılan ilaçlar; ağrı kesiciler, antihistaminikler, nazal dekonjestanlar, öksürük şurupları ve mukolitik ajanlardır. Soğuk algınlığında C vitamini, çinko ve hava nemlendiricisi kullanmak belirtilerin hafifletilmesinde etkiliyken tedavide antibiyotiklerin yeri yoktur. Ayrıca soğuk algınlığında uygunsuz antibiyotik kullanımı, antibiyotik direnci gelişiminin artmasına ve ilaca bağlı birçok yan etkiye neden olabilir.³ Soğuk algınlığı tedavisinde geleneksel bitkisel tıbbi ürünlerin kullanımı çok yaygındır. Belirtileri hafifletmek için; bal, sarımsak, nane, ökaliptüs, ekinezya, kekik, mürver, rezene, mentollü kremler, bitki çayları, limon, tavuk çorbası, bir kaptan su buharı soluma ve tuzlu su ile gargara gibi tıbbi bitkiler ve geleneksel tedaviler kullanılabilir.^{4,5} Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) tanımına göre geleneksel tıp terimi; birbirinden tamamen farklı kültürlerin bedensel ve zihinsel sağlığının bakımı, korunması, hastalıklara tanı konulması ve hastalıkların tedavi edilmesi için kullandığı; teori, inanç ve tecrübelerle dayanan bilgi ve beceriler bütünüdür.⁶ İnsan sağlığını koruyucu, tedavi edici etkileri olan ve geleneksel kullanıma sahip tıbbi bitkilerden hazırlanan bitkisel tıbbi ürünlerin ve bitkisel preparatların tamamlayıcı tıpta kullanımı uluslararası otoriteler tarafından kılavuzlar ve yönetmelikler aracılığıyla belirlenmiş ve ürünlerin tam tanımları doğrultusunda etkinlik, güvenilirlik ve kalitesi ile ilgili uyulması gereken usul ve esaslar Sağlık Bakanlığı tarafından hazırlanan Geleneksel Bitkisel Tıbbi Ürünler Yönetmeliği'ne göre belirlenmiştir. Ayrıca bu kapsamda kullanılan ürünler "geleneksel bitkisel tıbbi ürün-GBTÜ" olarak adlandırılmaktadır.⁷

Yönetmeliğe göre; geleneksel bitkisel tıbbi ürün/ürün: "Bileşiminde yer alan tıbbi bitkilerin başvuru tarihinden önce Türkiye'de veya Avrupa Birliği üye ülkelerinde en az 15 yıldır, diğer ülkelerde ise 30 yıldır kullanılıyor olduğu bibliyografik olarak kanıtlanmış; terkip ve kullanım amaçları itibarıyla, hekimin teşhis için denetimi ya da reçetesi ya da tedavi takibi olmaksızın kullanılması tasarlanmış ve amaçlanmış olan, geleneksel tıbbi ürünlere uygun özel endikasyonları bulunan, sadece spesifik olarak belirlenmiş doz ve pozolojiye uygun özel uygulamaları olan, oral, haricen uygulanan veya inhalasyon yoluyla kullanılan müstahzarları" şeklinde tanımlanmaktadır.⁷ Drog: Doğal kaynaklı ilaç hammaddesidir. Bitkisel drog ise 'Kullanılan tıbbi bitkilerin binominal sisteme göre verilmiş botanik adı, cins, tür, varyete, otörü ve kullanılan bitki kısmının bilimsel adı ile beraber verilmek üzere işlem görmemiş hâlde çoğunlukla kurutulmuş, bazen taze, bütün, parçalanmış veya kesilmiş bitkileri veya bitki parçalarını, algeri, mantarları, likenleri ve özel bir işleme tabi tutulmamış bazı eksudatları' olarak tanımlanmaktadır.⁷

Bu derlemenin amacı; EMA'da bulunan kaynaklardan yararlanılarak soğuk algınlığında kullanılan geleneksel bitkiler hakkında kısa bilgi, bitkinin kullanılan kısmı olan drogu, kullanım alanları, dikkat edilmesi gereken durumları ve güvenli kullanımını sunmaktır.

Soğuk algınlığında kullanımında özellikle dikkat gerektiren bazı bitkisel droglar, fitokimyasal bileşimleri, sakıncaları, yan etkileri, ilaç etkileşimleri, çocuklarda, hamilelerde ve emzirenlerde kullanım durumları kısaca açıklanmıştır.

Anisi fructus/Anisi aetheroleum

Familya: Apiaceae

Latince adı: *Pimpinella anisum* L.

Türkçe adı: Anason, mesirotu

Drog adı: Anisi fructus/Anisi aetheroleum

Kullanılan Kısımları: Meyveleri

Fitokimya: Meyvelerin %2-6 oranında içerdiği uçucu yağı; %80-95 *trans*-anetol, *cis*-anetol, östragol, anisik keton, anisaldehyt, anisik asit, linalol ve limonen taşır. Drogda ayrıca kumarinler (farnesiloksikumarin) ile tangeretin ve nobiletin gibi flavonoidler de bulunmaktadır.⁸

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: Balgam söktürücü, hafif spazmolitik, karminatif ve antibakteriyel etkisi mevcuttur. Anetol, hassasiyeti olanlarda alerjik reaksiyonlara neden olabilir.⁸⁻¹⁰ Anetole hassasiyeti olan kişilerin kullanmaması gerekir. Uçucu yağın; dermatit, enflamasyon veya alerjik cilt bulunan durumlarda kullanılmaması önerilir. Aşırı miktarda tüketildiğinde anetolün ve dimerlerinin östrojenik aktivitesinin mevcut hormon tedavisini etkileyebileceği belirtilmiştir.¹⁰ Anasonun hamilelik ve emzirme döneminde kullanımının güvenilirliği kesin olarak tespit edilmemiştir. Ancak gıdalarda kullanılan miktarları çok fazla aşmayan dozlarda kullanıldığında herhangi bir soruna yol açmadığı belirtilmiştir. Gebelik sırasında ve emziren kadınlarda, önerilen dozda, infüzyon halinde kullanılabileceği bildirilmiştir.¹¹

Hederae folium

Familya: Araliaceae

Latince adı: *Hedera helix* L.

Türkçe adı: Sarmaşık, duvar sarmaşığı

Drog adı: Hederae folium

Kullanılan Kısımları: Yaprakları¹²

Fitokimya: Bitkinin yaprakları triterpen saponin içermektedir. Ana etkili bileşik hederakozit C'dir (hederasaponin C). Ayrıca drog içeriğinde eser miktarda aglikon (hederagenin, oleanolik asit, bayogenin, 2-hidroksihederagenin) ve monodesmozitler (alfa-hederin ve hederagenin-3-O-D-glukozit) bulunmaktadır. Bitkinin kurutma aşamasında, saponozitlerinin C-28'e bağlı şeker zincirinin parçalanması söz konusudur.¹³

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: *H. helix* yaprak ekstresi soğuk algınlığı ile ilişkili öksürükte balgam söktürücü ve antispazmodik olarak kullanılmaktadır.^{13,14} Kodein veya dekstrometorfan gibi antitussif ilaç etken maddeleri ile beraber kullanılmamalıdır.¹⁴ Araliaceae familyası bitkilerine veya aktif bileşiklerine karşı aşırı duyarlılık (ürtiker, dispne ve anafilaktik reaksiyon gibi) görülebilir. Taze yaprakları alerjik temas dermatitine neden olabilir. Gastrik ülser veya gastriti olan kişilerde dikkatle kullanılmalıdır. Bulantı, kusma ve diyare gibi gastrointestinal rahatsızlıklara neden olabilir. Bir haftalık kullanımı süresince hastalık belirtilerinin geçmemesi durumunda veya kullanımı sırasında istenmeyen etki görülürse, ateş ve özellikle solunum güçlüğü durumunda hekime danışılmalıdır. 2 yaşın altındaki çocuklarda kullanılması önerilmemektedir. Geçmeyen ve tekrarlayan öksürükte 2-4 yaş arası çocuklarda hekim tarafından teşhis konulmadan kullanılmamalıdır.¹⁴

Filipendulae ulmariae flos/Filipendulae ulmariae herba**Familya:** Rosaceae**Latince adı:** *Filipendula ulmariae* (L.) Maxim**Türkçe adı:** Çayır kraliçesi, ergeç sakalı, keçi sakalı, teke sakalı**Drog adı:** Filipendulae ulmariae flos, Filipendulae ulmariae herba**Kullanılan Kısımları:** Toprak üstü kısımları, çiçekleri**Fitokimya:** Drog flavonoidler (kersetin ve glikozitleri ile dihidrokersetin, apigenin kemferol) içermektedir.¹⁵**Kullanım Alanları ve Sakıncaları:** Çiçeklerinden hazırlanan ekstraler salisilat içeriğinden dolayı antimikrobiyal ve antipiretik, ayrıca antiflojistik (anti-enflamatuvar) ve astrenjan etkiye sahiptir. Soğuk algınlığının destekleyici tedavisinde ve minör eklem ağrılarınin hafifletilmesinde kullanılır.^{15,16} Salisilat bileşiklerine hassasiyeti olan bireylerde aşırı duyarlılık reaksiyonları gelişebileceğinden kullanılmamalıdır. Uzun süreli kullanımı sonucunda gastrointestinal irritasyon, kabızlık, demir eksikliği anemisi ve beslenme bozukluğu ortaya çıkabilir. Bu nedenle kanama problemi olan kişilerde de kullanılmamalıdır. Yeterli veri bulunmaması nedeniyle 18 yaşın altındaki ergen ve çocuklarda kullanılması önerilmemektedir.^{15,16} Bitkinin içeriğinde bulunan tanen nedeniyle astrenjan etki ve bazı kişilerde ise irritasyon görülebilir. Ayrıca salisilat içeriği nedeniyle de antikoagulan kullanan kişilerde ilacın etkisini arttırabilir. Ateş 39°C'yi geçerse, şiddetli baş ağrısıyla ilişkiliyse veya ilaç kullanımı sırasında belirtiler kötüleşirse hekime danışılmalıdır. Antikoagulan ilaçlarla, salisilatlar ve türevleriyle, steroid olmayan anti-enflamatuvar ilaçlarla birlikte kullanılmamalıdır.¹⁶**Primulae flos, Primulae radix****Familya:** Primulaceae**Latince adı:** *Primula veris* L. *Primula elatior* (L.) Hill**Türkçe adı:** Tutya, ayıkulağı**Drog adı:** Primulae flos, Primulae radix**Kullanılan Kısımları:** Kökleri ve çiçekleri**Fitokimya:** Drog; triterpen saponinler (primula saponin I, primula asit, primula saponin II), karbonhidratlar, fenol glikozitler (primulaverozit, primverozit), flavonoidler (apigenin, gosipetin, izoramnetin, kemferol, kersetin, luteolin) ve kinonlar (primin) içerir.^{17,18}**Kullanım Alanları ve Sakıncaları:** Drog, triterpenik saponinlerinden dolayı ekspektoran ve diüretik etkilidir. Anti-enflamatuvar, sekretolitik ve antiflojistik etkilidir. Prodüktif öksürük ve kronik bronşitte kullanılmaktadır.¹⁹ İçerdiği saponozitlere veya diğer *Primula* türlerine karşı hassasiyeti olan kişilerde kullanılmamalıdır. Gastrit veya gastrik ülseri olan kişilerde kullanılmamalıdır. Aspirin ile beraber kullanılmaması tavsiye edilir.¹⁹ Solunum güçlüğü, ateş veya iltihaplı balgam görülürse bir hekime danışılmalıdır. Yüksek miktarda kullanıldığında mide rahatsızlıkları, kusma ve diyare görülebilir. Yeterli veri bulunmaması nedeniyle 12 yaşın altındaki çocuklarda kullanılmamalıdır. Kullanımı sırasında belirtilerin 1 haftadan fazla sürmesi durumunda bir hekime danışılmalıdır. İki aydan uzun süreli kullanılmamalıdır. Antikonvülzanlar, anti-enflamatuvarlar, antispazmodikler, kalp hızını düzenleyici ajanlar veya hemolitik ajanlarla etkileşebilir.¹⁹

Eucalypti aetheroleum

Familiya: Myrtaceae

Latince adı: *Eucalyptus globulus* Labill.

Türkçe adı: Ökalyptus, sıtma ağacı, bataklik kurutan

Drog adı: Eucalypti aetheroleum

Kullanılan Kısımları: Toprak üstü kısımları ve kökleri

Fitokimya: *Eucalyptus* türlerinin ham ekstralarının fitokimyasal analizi sonucunda saponin, steroid, kardiyotonik heterozit, tanenler, uçucu yağlar, fenoller, balsam, monoterenler, siyanojenik heterozitler ve triterpenler içerdiği saptanmıştır. *Eucalyptus* türlerinin aseton ve petrol eteri ekstralarında formillenmiş floroglusinol türevleri (öglobal, makrokarpal ve sideroksilonal) arasında en sık rastlanılan bileşik grubu sideroksilonal olmuştur. Tüm *Eucalyptus* türleri bir veya daha fazla inozitol şekli içermekte olup, miyo-inozitol en yaygın şekli olarak belirtilmektedir.²⁰

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: *Eucalyptus* yaprakları soğuk algınlığı ile ilişkili öksürükte kullanılır. Ökalyptus yaprakları nezlede dahilen kullanılmaktadır. *E. globulus* yaprakları Çin'de geleneksel olarak enterokolit, artralji ve yanık tedavisinde kullanılmaktadır.²¹ Taşıdığı sineolün laringospazma neden olma riski nedeniyle 30 aydan küçük bebeklerde kullanılmamalıdır. Yaprak ve uçucu yağını içeren bitkisel tıbbi ürünler gastrointestinal sistem ve safra kesesi iltihapları ile ciddi karaciğer hastalıklarında dahilen kullanılmamalıdır. Seyreltilmeden dahilen alınmamalıdır.²¹ Yağlı preparatların haricen kullanımında bebek ve çocukların yüzlerine özellikle burun çevresine uygulanmamasına dikkat edilmelidir. *Eucalyptus* uçucu yağının yüksek dozda uzun süre kullanımı sonunda epigastrik yanma, bulantı, kusma, kas güçsüzlüğü, baş dönmesi, miyozis, boğulma hissi, siyanoz, deliryum ve konvülsiyonlar görülebilir.²¹ Yaprakları antidiyabetik ilaçlar ile etkileşir. Uçucu yağ karaciğerin detoksifikasyon ile görevli enzim sistemlerini (CYPIA2, CYP3A4, CYP2C19 ve CYP2C9) uyardığı için aynı enzim alt tipleri tarafından metabolize edilen ilaçlarla etkileşme riski mevcuttur.²² Yeterli veri bulunmaması nedeniyle hamilelik ve emzirme döneminde ve 12 yaşın altındaki çocuklarda dahilen kullanılmamalıdır.²¹

Matricariae flos

Familiya: Asteraceae

Latince adı: *Matricaria recutita* L. Rauschert, *Matricaria chamomilla* L.

Türkçe adı: Papatya, Mayıs papatyası

Drog adı: Matricariae flos

Kullanılan Kısımları: Çiçekleri

Fitokimya: Bitkinin kapitulumları flavonoit ve uçucu yağ içerir. Uçucu yağ başta mavi renkli olup, bekledikçe yeşil ve akabinde sarı renge döner. Uçucu yağ alfa-bisabolol, bisabolol oksit A ve B, bisabolon oksit A, beta-trans-farmesen kamazulen, spatulenol ve trans-en-in-disikloeter içerir. Kapitulumlarda ayrıca müsilaj, polisakarit kumarin, amino asit, yağ asitleri ve fenolik asitler ile kolin bulunur. Anadolu'da yetişen örnekler incelendiğinde uçucu yağda kamazulen bulunmadığı; ancak bisabolol oksit ve bisabolonoksit yönünden zengin olduğu saptanmıştır.²³

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: Soğuk algınlığı belirtilerinin hafifletilmesinde, midede şişkinlikte ve spazmlarda, yanık ve güneş yanığına bağlı hafif enflamasyonda kullanılır.^{24,25} Bazı preparatlarda laktonların varlığı hassas kişilerde temas dermatiti ve alerjik reaksiyonlara sebep olmuştur. Özellikle *M. recutita* L.'ya

karşı alerjik reaksiyonlara dair vakalar bildirilmiştir.²⁵ Asteraceae familyasında yer alan bitki türlerine hassas kişilerde kullanılmamalıdır.²⁵ Hidrokumarin içeriği nedeniyle antikoagülan ilaçlarla birlikte kullanılması tavsiye edilmez. Yeterli veri bulunmaması nedeniyle hamilelik ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır.²⁵

Marrubii Herba

Familya: Lamiaceae

Latince adı: *Marrubium vulgare* L.

Türkçe adı: Yalancı ısırgan, kara derme, köpek otu, mayasıl otu, kukas otu

Drog adı: Marrubii herba

Kullanılan Kısımları: Toprak üstü kısımları

Fitokimya: Bitkinin labdan diterpenoit, 12(S)-hidroksifrubinin, 3-deokso-15-metoksilütün C, marrubin, peregrinin, tessalin C, marrubinon B, deasetilviteksilakton, verbaskozit, lökoseptosit A, martinozit, anisofolin A, terniflorin ve apigenin içerdiği tespit edilmiştir.²⁶

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: Soğuk algınlığına bağlı öksürükte balgam söktürücü olarak kullanılır.²⁷ Çiçekli dallar göğüs yumuşatıcı olarak kullanılır.²³ Bu bilgilerin yanı sıra anti-enflamatuvar ve antimikrobiyal etkileri mevcuttur. Lamiaceae familyasında yer alan bitki türlerine hassasiyeti olan kişilerde kullanımı önerilmemektedir. 12 Yaşın altında çocuklarda kullanımı tavsiye edilmemektedir. Ekspektoran olarak bir hafta kullanılmasına rağmen, devam eden şikayetlerde hekime başvurulması tavsiye edilir. Yeterli veri bulunmaması nedeniyle hamilelik ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır.²⁷

Menthae Piperitae Aetheroleum

Familya: Lamiaceae

Latince adı: *Mentha x piperita* L.

Türkçe adı: Nane

Drog adı: Menthae piperitae aetheroleum

Kullanılan Kısımları: Toprak üstü kısımları

Fitokimya: Uçucu yağ mentol, menton, izomenton, 1,8-sineol, tanen, alfa-pinen, limonen, neomentol ve mentofuran içerdiği tespit edilmiştir.²⁸

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: Transdermal, oromukozal ve inhalasyon yoluyla soğuk algınlığı ve öksürüğün semptomlarının giderilmesinde kullanılır.²⁹ 2 yaşın altında, nane yağı veya mentole alerjisi olan kişilerde ve ateşli veya ateşsiz nöbet geçmişi olan çocuklarda kullanımı önerilmemektedir. Geleneksel kullanımda 2-4 yaş arası çocuklarda kullanımı önerilmemektedir. Ayrıca yaygın bilinen kullanımda ise 8 yaşın altında çocuklarda kullanımı önerilmemektedir. Nane yağı irritasyona sebep olabileceği için göze temasından kaçınılmalıdır. Nane yağı ve mentol içeren preparatlar küçük çocukların ve bebeklerin özellikle yüz, burun ve göğüs bölgelerine doğrudan uygulanmamalıdır. Uçucu yağ doğrudan uygulandığı takdirde tahriş ve yanıklara sebebiyet verebilir. Oral kullanılan nane yağının, yiyecekler veya antiasit ilaçlarla birlikte kullanımı önerilmemektedir. Hamilelik ve emzirme döneminde kullanımı ile ilgili yeterli veri bulunmadığı için kullanımı önerilmemektedir.²⁹

Tiliae Flos

Familya: Tiliaceae

Latince adı: *Tilia Cordata* Miller, *Tilia Platyphyllos* Scop.

Türkçe adı: Ihlamur çiçeği

Drog adı: Tiliae flos

Kullanılan Kısımları: Çiçekleri

Fitokimya: Ihlamur çiçeği müsilaj, fenilkarboksilik asitler (klolojenik asit, kafeik asit, kumarik asit), uçucu yağ (linalol, geraniol, farnesol, farnesil asetat) ve flavonoit bileşikleri (rutin, kersetin, astragalin) içerir.

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: Soğuk algınlığı belirtilerinin hafifletilmesinde kullanılmaktadır. Öksürük kesici, ter çıkışını artırıcı, göğüs yumuşatıcı ve analjezik etkilidir. Kuru öksürük ve bronşitte Komisyon E tarafından kullanımı onaylanmıştır.³⁰ Etken maddeye karşı aşırı duyarlı olan kişilerde kullanılmamalıdır. Burun konjunktiviti veya temas dermatiti olan kişilerde drog tekrar kullanılmamalıdır. Aktif bileşene aşırı duyarlılık gelişebilir. Kullanım sırasında nefes darlığı, ateş veya irinli balgam oluşursa hemen bir hekime danışılmalıdır. Lityum ile etkileşir.³¹ Yeterli veri bulunmaması nedeniyle hamilelik ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır.³¹

Pelargonium Sidoies Radix

Familya: Geraniaceae

Latince Adı: *Pelargonium sidoides* DC

Türkçe Adı: İtır kökü

Drog Adı: Pelargonii sidoides radix

Kullanılan Kısımları: Kurutulmuş kökler

Fitokimya: Köklerinden elde edilen bileşiklerin içerisinde oligomerik ve polimerik proantosyanidinler bulunur. Ayrıca umkalin ve okside olmuş ve sülfatlanmış kumarin bileşikleri, kumarinler, fenolik asit ve protoantosyanidin bileşiklerini içeren fenolik bileşikler grubu flavonoitler ve fitosterol bileşikleri bulunur.

Kullanım Alanları ve Sakıncaları: Köklerinden hazırlanan ekstre akut bronşit, farenjit, sinüzit ve tonsilit gibi solunum yolu enfeksiyonlarının semptomlarının giderilmesinde kullanılır.³² Burun ve diş eti kanamalarına, alerjik reaksiyonlara ve gastrointestinal rahatsızlıklara (bulantı, kusma, ishal) neden olabilir. Karaciğer ve böbrek rahatsızlıkları olan hastalarda kullanılmamalıdır. Cerrahi girişimlerden iki hafta öncesine kadar kullanımı bırakılmalıdır.³³ Altı yaşın altındaki çocuklarda kullanılmamalıdır.³² Bağışıklık sistemini baskılayıcı, antikoagülan ve antiplatelet tedavisi gören hastaların güvenli kullanımına ilişkin yeterli veri bulunmadığından kullanılmamalıdır.³³ Yeterli veri bulunmaması nedeniyle hamilelik ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır.³²

Tartışma

Birinci basamakta soğuk algınlığı semptomları en sık görülen hasta şikayetlerinden biri olup, antibiyotik kullanılan hastaların tanılarının yaklaşık %75'ini solunum yolu enfeksiyonları oluşturur ve en sık sebebi viral ajanlar olduğundan antibiyotik tedavisi gerektirmemektedir.^{2,34,35} Düzenlenen reçetelerin analizi sonucunda antibiyotiklerin çoğunun üst solunum yolu enfeksiyonları için reçetelendiği, bununla birlikte, tüm reçetelerin neredeyse üçte birinin hiçbir klinik gerekçe ile belgelenmediği tespit edilmiştir.³⁶ 2011 yılında ülkemizde antibiyotik kullanımının birinci sırada olduğu, bunun %40-50'sinin ise gereksiz kullanıma bağlı olduğu bildirilmiştir.³⁷ Uluslararası Ekonomik İş Birliği ve Kalkınma Örgütü (Organisation for Economic Co-operation and Development-OECD) tarafından yapılan araştırmalar sonucunda; Türkiye'nin ortalama antibiyotik direnç oranının (%35) en yüksek ülkeler arasında yer aldığını bildirmiştir.^{38,39} Son yıllarda Türkiye'de Sağlık Bakanlığı

başta olmak üzere ilgili tüm kurum ve kuruluşlarda antibiyotik tüketiminin azaltılmasına yönelik son derece önemli programlar yürütülmekte ve yeni politikalar uygulamaya konması sonucunda önemli bir ilerleme sağlanmış ve bir farkındalık yaratılmıştır. Soğuk algınlığında gereksiz antibiyotik kullanımı bu program dahilinde akılcı ilaç kullanımının en önemli konularından biridir.³⁸ Özellikle birinci basamak sağlık hizmetlerinin en sık başvuru nedenlerinden olan soğuk algınlığı tedavisinde özellikle antibiyotikler olmak üzere etkin olmayan farmakolojik ajanların reçete edilmesi mali yükü arttırdığı gibi yan etki ve direnç gelişimi potansiyelleri nedeniyle önemli sağlık konularından biridir.⁴⁰ Hastalığın ilerlememesi, enfeksiyon etkeninin topluma yayılmaması için yatak istirahati ve bol sıvı alımı en etkin tedavi yöntemidir. Soğuk algınlığında semptomların hafifletilmesinde ve destekleyici tedavi olarak burada da bahsedilen bazı bitkisel droglar kullanılmaktadır. Ülkemizde de market raflarında sıkça karşılaşılabilen bitkisel drog olarak satılan ürünlerin kendi içlerinde standart içerikleri bulunmamaktadır. Çünkü bu derlemede de bahsedildiği üzere bitkinin gövde, yaprak ya da çiçek gibi farklı bölümlerinden farklı üretimleri olabilmektedir. Ayrıca farklı ekstraksiyon yöntemleriyle çok çeşitli ürün formları ortaya çıkabilmektedir. Ambalaj bilgileri de çok farklı ve yanıltıcı olabilmektedir.⁴⁰ Bitkisel drogların in vitro koşullarda faydalı etkileri tespit edilen ve yıllardan beri şifa amacıyla kullanılan bitkisel drogların uygun kalitede ve standartlarda üretilmesi ve işlenmesi çok önemlidir. Ayrıca ülkemizde yıllardır dış hastalıklarında kullanılmakta olan bitkisel drogların derlendiği bir yayında, bitkilerden elde edilebilecek faydaları reddetmek yerine, klinik araştırmalarla doğrulanması, yeni preparatların üretilmesine ve güvenli kullanımına olanak sağlayacağı belirtilmiştir.⁴¹

Son zamanlarda, tıbbi bitki türlerinden elde edilen ekstre ve izole edilen saf biyoaktif bileşiklere ilgi giderek artmakta olup, bu konuda ARGE faaliyetlerini geliştirmek amaçlanmıştır.⁴³ Dünya nüfusunun yaklaşık %80'i ilk basamak tedavide bitkisel tıbbi ürünleri tercih etmektedir. Sağlık bilincinin farkındalığının artmasına bağlı olarak bitkisel ürünlerin global market büyüklüğü de gün geçtikçe artmakta olup bu artışın 2017 yılında 107 milyar dolar olduğu ve 2020 yılında 115 milyar dolara kadar çıkacağı öngörülmüştür.⁴² Ülkemiz konumu ve iklim özellikleri nedeniyle çok çeşitli bitki türlerini bulundurmaktadır. Ayrıca yerli ilaç sanayi de bitkisel ilaçları üretecek, yeterli bilgi birikimi ve teknolojiye sahiptir. Dolayısıyla ülkemizde yetişen tıbbi bitkilerin kullanıldığı halk ilacı çalışmalarından yola çıkılarak, klinik araştırmalar ile desteklenerek bitkisel drogların geliştirilmesi ve fitoterapi uygulamalarında kullanılması önem arz etmektedir. Tıbbi amaçla kullanılacak bitkisel ürünlerin kalite, etkinlik ve güvenilirlik unsurlarını bulundurması gerekmektedir.⁴³

Sonuç

Bu derlemede; soğuk algınlığında kullanılan bazı bitkisel drogların fitokimyasal içerikleri, kullanım alanları, sakıncaları, yan etkileri, ilaç etkileşimleri, çocuklarda, hamilelerde ve emzirenlerde kullanım durumları kısaca açıklanmıştır. Sonuç olarak, tümü endikasyon belirtilerek çeşitli yan etkileri ve kontrendikasyonları bulunan bitkisel droglar eczane dışındaki yerlerde; aktarlarda, baharatçılarda ve internet satış siteleri aracılığı ile serbestçe halka sunulmaktadır. Ancak standardize edilmiş bitkisel drogların hekim ve eczacıların kontrolünde kullanılması sonucunda etkin ve güvenli tedavi ile sağlığın korunması ve geliştirilmesi sağlanacaktır.

Bilgi

Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Farmakognozi Anabilim Dalı, Fitoterapi Tezsiz Yüksek Lisans Programı kapsamında Prof. Dr. Fatih Demirci danışmanlığında hazırlanan dönem projesinden yararlanılmıştır. Yazarlar arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır. Araştırmayı destekleyen kurum ve kuruluş bulunmamaktadır.

Araştırmacı Katkı Oranı Beyanı

Neşe Büyükkök: Fikir veya kavram, tasarım, veri toplama veya işleme.

Buket Güngör: Veri toplama veya işleme, analiz veya yorum, kaynak taraması, makalenin yazımı, eleştirel inceleme.

Ayşe Asena Genç: Fikir veya kavram, tasarım, veri toplama veya işleme, analiz veya yorum, kaynak taraması, makalenin yazımı.

Kaynaklar

1. Thomas M, Bomar PA. Upper respiratory tract infection. In: StatPearls Publishing [Internet]; 2021. pp.1-21. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK532961/>
2. Arroll B. Common cold. *BMJ Clin Evid* 2008;1510:1-10
3. File TM, Hadley JA. Rational use of antibiotics to treat respiratory tract infections. *Am J Manag Care* 2002;8:713-27.
4. Roxas M, Jurenka J. Colds and influenza: A review of diagnosis and conventional, botanical and nutritional considerations. *Altern Med Rev* 2007;(12):25-48.
5. Delfan B, Kazemeini H, Bahmani M. Identifying effective medicinal plants for cold in Lorestan province, West of Iran. *ECAM* 2015;20(3):173-179.
6. World Health Organization [Internet]. WHO international standard terminologies on traditional medicine in the Western Pacific Region. WHO Library Cataloguing in Publication Data [Updated 2007; cited 2021 October 7]. Available from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/206952/9789290612487_eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y
7. T.C. Resmî Gazete (2010) Geleneksel bitkisel tıbbi ürünler yönetmeliği Tarihi 06.10.2010. Sayı: 27721. Başbakanlık Basımevi. Ankara.
8. Bisset NG. Herbal drugs and phytopharmaceuticals. *Medplan* 1994;91-95.
9. Titck.gov.tr [Internet] Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu Tıbbi Bitki Monografları *Pimpinella anisum* L. [Updated 2017; cited 2021 October 3]. Available from: <https://www.titck.gov.tr/dinamikmodul/51>
10. Ema.europa.eu [Internet] London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Community herbal monograph on *Pimpinella anisum* L. fructus [updated 12 November 2013; cited 2021 September 30]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/anisi-fructus#documents-section>.
11. European Scientific Cooperative on Phytotherapy Monographs (ESCOP). The Scientific Foundation for Herbal Products. 2nd ed. Thieme, New York; 2003.
12. Stavretovic N. Biological characteristics of the species *Hedera helix* L. and its use in controlling erosion in shady places. *Archives of Biological Sciences* 2007;(59):39-43.
13. Blumenthal M. Herbal Medicine Expanded Commission E. Monographs. 1st ed. Austin. 2000;215-218.
14. Ema.europa.eu [Internet] London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), European Union herbal monograph on *Hedera helix* L. folium [updated 2017 November 21; cited 2021 December 30]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/hederae-helicis-folium>
15. European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOP) Monographs *Filipendulae ulmariae herba* – Meadowsweet. United Kingdom; 2015.
16. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Assessment report on *Hedera helix* L. folium [updated 2017 November 21; cited 2021 September 5]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/hederae-helicis-folium>
17. Bączek K, et al. Phenolics in *Primula veris* L. and *P. elatior* (L.) Hill raw materials. *Int. J. Anal. Chem* 2017;2871579.doi: 10.1155/2017/2871579.
18. Morozowska M, Wesolowska M. In vitro clonal propagation of *Primula veris* L. and preliminary phytochemical analysis. *Cracov* 2004;(46):69-75.
19. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Assessment report on *Primula veris* L. and/or *Primula elatior* (L.) Hill, radix [updated 2012 September 19; cited 2021 October 1]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/primulae-radix>
20. Goodger JQD, et al. Non-volatile components of essential oil secretory cavities of *Eucalyptus* leaves: discovery of two glucose monoterpene esters, cuniloside B and froggattiside A. *Phytochemistry* 2009;(70):1187-1194.
21. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Community herbal monograph on *Eucalyptus globulus* Labill. folium [updated 2012 March 27; cited 2021 October 17]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/eucalypti-folium>
22. Titck.gov.tr [Internet]. Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu Tıbbi Bitki Monografları *Eucalyptus Globulus* Labill [Updated 2017; cited 2021 October 3]. Available from: <https://www.titck.gov.tr/dinamikmodul/51>

23. Baytop T. Türkiye'de bitkiler ile tedavi geçmişte ve bugün. 2. Baskı. İstanbul: Nobel Tıp Kitapevleri,1999.
24. Miller T, et al. Effects of some components of the essential oil of Chamomile, *Chamomilla recutita*, on histamine release from mast cells. *Planta Medica* 1996;(62):60-61.
25. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), European Union Herbal Monograph On *Matricaria Recutita* L. Flos [updated 2015 July 5; cited 2021 November 21]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/matricariae-flos>
26. Masoodi M, Lian GS, Yin H. Labdane diterpenoids from *Marrubium vulgare*. *Phytochem. Lett* 2015;(13):275-279.
27. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Community Herbal Monograph On *Marrubium Vulgare* L. Herba [updated 2013 January 13; cited 2021 October 1]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/marrubii-herba>
28. Tate S. Peppermint oil: a treatment for postoperative nausea, *J. Adv. Nurs* 1997;26(3):543-9.
29. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Community Herbal Monograph On *Mentha X Piperita* L. Folium [updated 2008 September 4; cited 2021 October 10]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/menthae-piperitae-folium>
30. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), Community herbal monograph on *Tilia cordata* Miller, *Tilia platyphyllos* Scop. *Tilia x vulgaris* Heyne or their mixtures, flos [updated 2012 July 10; cited 2021 October 7]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/tiliae-flos>
31. Titck.gov.tr [Internet] Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu Tıbbi Bitki Monografıları, *Tilia spec.* [Updated 2012; cited 2021 November 23]. Available from: <https://www.titck.gov.tr/dinamikmodul/51>
32. Ema.europa.eu [Internet]. London, United Kingdom: European Medicines Agency Committee on Herbal Medicinal Products (EMA/HPMC), European Union herbal monograph on *Pelargonium sidoides* DC and/or *Pelargonium reniforme* Curt., radix [updated 2012 June 5; cited 2021 October 12]. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/medicines/herbal/pelargonii-radix>
33. Titck.gov.tr [Internet] Ankara: T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye İlaç ve Tıbbi Cihaz Kurumu Tıbbi Bitki Monografıları *Pelargonium sidoides* DC. [Updated 2017; cited 2021 October 3]. Available from: <https://www.titck.gov.tr/dinamikmodul/51>
34. Mendelson M, Matsoso MP. The World Health Organization global action plan for antimicrobial resistance. *S Afr Med J* 2015;105(5):325.
35. Bisno AL. Acute pharyngitis: etiology and diagnosis. *Pediatrics* 1996;(97):949-54.
36. Dolk FCK, et al. Antibiotics in primary care in England: which antibiotics are prescribed and for which conditions? *J Antimicrob Chemother* 2018;73(2-10).
37. Şencan İ. Antibiyotik Kullanımına Kamu Bakışı. 26.Ankem Antibiyotik ve Kemoterapi Kongresi; Kızılağaç, Manavgat:2011;25 (Ek 2):123-125.
38. Ulu Kılıç A. Birinci Basamakta Akılcı Antibiyotik Kullanımı. İçinde Ünal S, editör. Erişkin Hastada Antibiyotik Kullanımına Akılcı Yaklaşım. TC Sağlık Bakanlığı Yayın No: 1188 TİTCK Yayın No: 28. Ankara; 2020: 8-12.
39. OECD.org [Internet]. Milano: Stopping antimicrobial resistance would cost just USD 2 per person a year. [updated 2018 May 16; cited 2021 Jul 9]. Available from: <https://www.oecd.org>
40. Oturak MG, Ekerbiçer H. Soğuk Algınlığının Tedavisi Ve Korunmasına Güncel Bir Bakış. *Sakarya Tıp Dergisi* 2020;10:51-56.
41. Gürsoy OV, Gürsoy UK. Anadolu'da Diş ve Dişeti ile İlgili Hastalıkların Tedavisinde Halk Arasında Yaygın Olarak Kullanılan Bitkiler, Kullanım Şekilleri ve Bitkisel Özellikleri. *Cumhuriyet Üniversitesi Diş Hekimliği Fakültesi Dergisi* 2004;7:1-4.
42. Demirel T, Şahin K. Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Ürünlerinin Ruhsatlandırılması Sempozyum Bildiri Kitabı. Ağca AC. Geleneksel bitkisel tıbbi ürünlerin Sağlık Bakanlığı ruhsatlandırma süreçleri. Ankara: Türkiye Bilimler Akademisi; 2017.pp:25- 28.
43. Zare G, Çankaya İİ. Etnobotanik Çalışmalar ve Bitkisel Tıbbi Ürünlere Genel Bir Bakış. *Türk Farmakope Dergisi* 2021;6(1):41-51.