

DERLEME MAKALESİ / REVIEW ARTICLE

**GELENEKSEL VE TAMAMLAYICI TIP UYGULAMALARI KAPSAMINDA
FİTOTERAPİ VE HOMEOPATİ***

**PHYTOTHERAPY AND HOMEOPATHY WITHIN THE SCOPE OF
TRADITIONAL AND COMPLEMENTARY MEDICINE PRACTICES**

Arş. Gör. Kevser SEZER KORUCU ¹

Prof. Dr. Aygen OKSAY ²

ÖZET

Fitoterapi ve homeopati, doğal yöntemlere dayanan ancak farklı prensiplere ve uygulama şekillerine sahip geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamalarındandır. Bu çalışma kapsamında birbirine benzetilen ve ayrımı pek yapılamayan iki uygulama detaylı olarak ele alınmıştır. Her iki yöntem de vücudun kendi kendini iyileştirme kapasitesini destekleme amacını taşısa da bu hedefe ulaşma şekilleri ve temel felsefeleri arasında ayrılıklar bulunmaktadır. Bu kapsamda fitoterapinin odak noktası hastalıkların tedavisi iken; homeopati, hastalığın semptomlarına benzer semptomlara sahip doğal maddelerin seyreltilerek kullanılması prensibine dayanmaktadır. Bu çalışmanın amacı, fitoterapi ve homeopati gibi geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamalarını detaylı bir şekilde ele alarak, bu iki yaklaşımın farklılıklarını ve benzerliklerini açıklamaktır. Her iki yöntem de doğal kaynaklara dayanmasına rağmen, temel felsefeleri, uygulama prensipleri ve hedefledikleri iyileştirme mekanizmaları açısından önemli ayrılıklar içermektedir.

Anahtar Kelimeler: Geleneksel ve Alternatif Tedavi, Fitoterapi, Homeopati, Bitkisel tedavi.

ABSTRACT

Phytotherapy ve homeopathy are traditional ve complementary medicines based on natural methods but with different principles ve application methods. Within the scope of this study, these two practices, which are similar ve cannot be differentiated, are discussed in detail. Although both methods aim to support the body's self-healing capacity, there are differences in the way they achieve this goal ve their basic philosophy. In this context, the focus of phytotherapy is on the treatment of diseases. At the same time, homeopathy is based on the principle of diluting natural substances with symptoms similar to those of the disease. The main goal of homeopathy is to heal the patient holistically. Although both methods are based on natural resources, there are significant differences in their basic philosophy, principles of implementation, ve targeted improvement mechanisms.

Keywords: Traditional ve Alternative Treatment, Phytotherapy, Homeopathy, Herbal treatment.

* Bu çalışma birinci yazarın doktora tez çalışmasından türetilmiştir.

¹ Süleyman Demirel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sağlık Yönetimi Anabilim Dalı Doktora Programı, kevserkorucu@sdu.edu.tr

² Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, İşletme Bölümü, aygenoksay@sdu.edu.tr

1. GİRİŞ

Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (GETAT) uygulamaları, küresel çapta artan bir taleple beraber yaygınlaşmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ), bu artan talebi karşılamak ve GETAT uygulamalarını belirli tıbbi ürünlere uygun hale getirmek amacıyla kanıta dayalı politikalar ve stratejik planlar geliştirmekte ve GETAT uygulamalarıyla ilgili düzenli raporlar sunmaktadır. Aynı zamanda ülkeler kendi politika ve düzenlemelerini oluşturarak GETAT uygulamalarını ve uygulayıcılarını düzenlemekte, doğal sağlık ürünleri konusunda düzenlemeler yapmaktadır. Çoğu ülkede erişilebilir olmaları nedeniyle bitkisel tedaviler, GETAT uygulamalarının yaygın bir tercihi haline gelmiştir. Üye devletler, bitkisel ürünlerle ilgili düzenlemeler yaparak, bu ürünlerin güvenliği ve yüksek kalite standartlarını koruma amacı gütmekte ve toplum sağlığını gözetmektedir (www.who.int/health-topics). Türkiye'de Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları ile ilgili düzenlemeler, Sağlık Bakanlığı tarafından yürütülmektedir. Sağlık Bakanlığı, bu tür uygulamaların standartlarını belirleyen ve faaliyet gösteren sağlık profesyonellerini düzenleyen politika ve yönergeleri oluşturmaktadır. Bu politika ve yönergeler, geleneksel tıp uygulamalarının standartlarını belirleyerek, uygulayıcıların belirli bir eğitim ve yetkinlik seviyesine sahip olmalarını sağlamayı amaçlamaktadır (Resmi Gazete, Sayı No: 29158). Bu bağlamda, GETAT Uygulamaları Yönetmeliği kapsamında yer alan fitoterapi ve homeopati uygulamalarına dair detaylı bilgiler, bu araştırma kapsamında ayrıntılı bir şekilde ele alınmıştır. Fitoterapi ve homeopati uygulamalarıyla ilgili ayrıntılı bilgiler sunulurken, bu yöntemlere dair faydalarının kanıtlanması ve modern tıpla entegre bir şekilde yürütülmesi amaçlanmıştır. Derleme makalesi olarak tasarlanan bu araştırma kapsamında fitoterapinin tanımı, tarihçesi, kullanım alanları, Türkiye'deki tanımı, uygulama alanları, eğitim ve araştırma merkezleri gibi birçok konu ele alınmıştır. Ayrıca homeopatinin tanımı, tarihçesi, prensipleri, kullanım alanları ve eleştirileri hakkında bilgiler de bulunmaktadır.

2. FİTOTERAPİ

Fitoterapi, bitki kaynaklı tedavi anlamına gelir. Bitkisel tedavinin kökeni, Çin ve Hindistan gibi bölgelere dayanmaktadır. İnsanlık tarihi boyunca birçok bulaşıcı hastalık, bitkisel ilaçlar kullanılarak tedavi edilmiştir. Tıbbi bitkiler, yeni ilaçların geliştirilmesinde önemli bir rol oynamaktadır. Hindistan'da, modern ilaçlar genellikle doğal bitkisel ürünlerden elde edilmektedir (Bedi ve Shenefelt, 2002, s. 232; Verma ve Singh 2008, s. 347). Asya'da günümüzde yaygın olarak kullanılan bu yöntem, aslında insanlık var olduğu günden beri var olan eski bir uygulamadır. Henri Leclerc (1870-1955) adlı Fransız bir hekim, bu yöntemi ilk kez "Fitoterapi" terimiyle tanımlamıştır (Bedi ve Shenefelt, 2002, s. 232; Faydaoğlu ve Sürücüoğlu, 2011, s. 53). Türkiye'de, Sağlık Bakanlığı (2015) fitoterapiyi, "*hastalıklardan korunmayı ve tedaviyi desteklemeyi amaçlayan, tıbbi etkisi bilimsel olarak kanıtlanmış bitkiler, bu bitkilerin etkin maddelerini içeren kısımlar ve/veya belirli bir işleme elde edilmiş doğal ürünlerden türetilen standardize edilmiş farmasötik formlar (tablet, kapsül, tentür vb.) ve bitkisel tıbbi ürünlerle yapılan uygulamalar*" olarak tanımlamıştır. Fitoterapi, bitkisel drog³ adı verilen bitkilerin faydalı kısımlarından hazırlanan ve standartlaştırılmış ayrıca aynı veya benzer etken madde içeren şurup, draje, kapsül, pomat gibi formlarla gerçekleştirilen bir yardımcı tedavi yöntemidir (zekaitahir.saglik.gov.tr). Ayrıca, sağlığı koruma ve tedavi etme amacıyla tıbbi ve aromatik bitkilerden elde edilen uçucu yağlar, reçineler, balzamlar, polen, algler, zamklar ve meyve ekstreleri gibi çeşitli doğal malzemelerin kullanıldığı bir yöntem

³ İlaç anlamına gelen ve tedavi amaçlı kullanılan doğal, organik, inorganik veya sentetik kökenli tüm ham maddelere verilen addır.

olarak da bilinmektedir (Sarı, 2016, s. 135; bitem.bezmialem.edu.tr). Fitoterapi, yalnızca tek bir bitki ekstresi değil, aynı zamanda iki veya daha fazla bitki ekstresinin kombinasyonu ile oluşturulan preparatlar aracılığıyla da uygulanabilir (Erdem ve Kadioğlu, 2020, s.13).

M.Ö. 3000'e kadar uzanan antik Sümer, Asur ve Akat uygarlıklarında bitkisel ilaçlar ve ürünler kullanılmıştır. İbn-i Sina'nın "El-Kanun Fi't Tıbb" adlı eserinde iyileştirici bitkiler ve kullanımları üzerine detaylı bilgiler bulunmaktadır. Bu eserde vurgulanan bazı bitkiler arasında hindiba, zencefil, yabani kekik, menekşe yağı, yasemin, mantar, zeytinyağı, karpuz çekirdeği, zufa otu, zencefil, kuru kayısı, incir, süt, dut, limon, üzüm, nar, hurma, turp, marul, susam ve benzeri bitkiler yer almaktadır (Avicenna ve Kâhya, 2009, Getatportal.saglik.gov.tr/TR,8509/; islamansiklopedisi.org.tr/el-kanun-fit-tib).

1525'te Bancke "Lokman Hekimliği" adlı eseriyle, 1734'te ise John Tennent "Herkes kendi kendisinin hekimidir" adlı eseriyle fitoterapiye katkıda bulunmuşlardır (Tennent, 1734; Price, 1951, s. 540). Geçmişte birçok hastalığın tedavisinde kullanılan bitkisel ürünler, zaman içinde popülerliğini artırmıştır. 1998'de en çok satan bitkisel ilaçlar arasında ginko, sarı kantaron, ginseng, sarımsak, kirpi otu, sawpalmetto ve kava bulunmaktadır (Blumenthal, 1999).

Modern fitoterapi uygulamalarında en yaygın kullanılan ürünler şunlardır (zekaitahir.saglik.gov.tr):

- Tıbbi bitkisel çaylar (poşet çaylar, suda eriyen preparatlar, hekimin önerdiği ölçülerde karışımlar)
- Uçucu yağlar (aromaterapi ürünleri)
- Kozmetik ürünler
- Tıbbi banyolar (tıbbi bitkiler veya uçucu yağlar kullanılarak hazırlanan banyolar)
- Gıda takviyeleri ve standardize edilmiş fitomedicine adı verilen kapsül, hap, şurup, kremler.

M.Ö. 3000'lerden günümüze kadar asırlardır, bitkiler şifa kaynağı olarak kullanılmaktadır. Özellikle 19. ve 20. yüzyıllarda endüstrinin gelişmesi ve teknolojik ilerlemelerin yaşanmasıyla birlikte klinik ve laboratuvar çalışmalarının artması, tıbbi ilaçların geliştirilmesine yol açmıştır. Özellikle kimyasal olarak kabul edilen modern tedavi yöntemleri arasında, kemoterapi, aşular ve kimyasal ilaçlar konusundaki tartışmalar, bu yöntemlerin sağladığı faydaların yanı sıra potansiyel zararları da beraberinde getirebileceği üzerinedir. Modern tıpta, hastaya zarar vermeye odaklanan "Primum nihil nocere" ilkesine uygun olarak, hastaya yaklaşan bu yöntemde hastalıkların önlenmesi ve tedavi edilmesinde özellikle koruyucu tedavi hizmetlerinin daha fazla kullanılması önerilmektedir (Childress ve Beauchamp, 2001, s. 618; Smith, 2005, s. 371).

Ancak tıbbi ilaçların yan etkilerinin fazla görülmesi, kimyasal içeriklerinin yoğunluğu ve toksiklerinin atılamaması düşüncesi nedeniyle, bireyler bitkisel tedavilere yönelerek şifa arayışına girmiş ve rastgele bitkisel tedavilere başvurmaya başlamıştır (Sert vd., 2015, s. 35).

"Bitkiler doğaldır" anlayışı ile tüketilen ve gelişigüzel kullanılan bitkilerin yan etkileri veya kontraendikasyonları, sıklıkla düşünülmemektedir (Rockwell ve Raw, 1979, s. 13; Algier, 2005, s. 139). Tıbbi bitkilerin güvenilirlik ve etkinlik bilgileri, doğrudan kullanılmak yerine farmakolojik araştırmalarla desteklendiğinde daha fazla önem kazanmaktadır (Lanski ve diğerleri, 2003, s. 981; apps.who.int/iris/bitstream/). Bu sebeple özellikle bu alanlardaki boşlukların doldurulması ve bitkisel ürünlerin güvenilirliğinin artırılması önemlidir. Bitkilerin

tedavi amaçlı kullanımı için klinik araştırmaların artırılması, tedavilerin güvenilirliğinin ve etkinliğinin artmasına katkı sağlayabilir (Uğurlu ve diğerleri, 2016, s. 119).

1978'de Almanya'da kurulan Alman Federal Tıbbi Cihazlar ve İlaçlar Enstitüsü, 300 bitkinin klinik etkilerini inceleyerek bir rapor oluşturmuştur. Sonraki yıllarda, bu tedavilerin standardize edilmesi de gerçekleştirilmiştir (Bedi ve Shenefelt, 2002, s. 232). Bu ürünlerin ve tedavilerin etkinliği, DSÖ (Dünya Sağlık Örgütü - apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js2200e/; apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js4927e/), ESCOP (Avrupa Bilimsel Bitki Komitesi - <http://www.koop-phyto.org/en/medicinal-plants/escop.php>), Avrupa Farmakopesi (<https://www.edqm.eu/en/>), EMA (Avrupa İlaç Ajansı - www.ema.europa.eu/) gibi kurumlar tarafından değerlendirilmektedir. Kullanılan ürünlerin etken maddesi, etken maddenin miktarının hesaplanması, standardizasyonun sağlanması, alınması gereken dozaj miktarları, yan etkileri, diğer bitkilerle olan etkileşimleri gibi konularda detaylı bilgiler sunulmaktadır. Modern ilaç teknolojisinin standartlarına uygun bir şekilde üretilen geleneksel bitkisel tıbbi ürünler ve bitkisel droglar, Avrupa Farmakopesi, EMA ve ESCOP monograflarına titiz bir uyum içinde hazırlanmaktadır. Bu durumu, kanıta dayalı fitoterapi olarak adlandırmak mümkündür (Mat, 2020, s. 3).

Türkiye'de fitoterapi alanındaki bilgi toplama, araştırma ve uygulamaların gerçekleştirilmesi, eğitim ve seminerlerin düzenlenmesi, kalite kontrol çalışmalarının yapılması ve halkın farkındalık düzeyinin artırılması amacıyla 2015 yılında "Bezm-i Alem Vakıf Üniversitesi Fitoterapi Eğitim Uygulama ve Araştırma Merkezi Yönetmeliği" yayımlanmıştır. Bu düzenleme kapsamında belirlenen faaliyetlerle, fitoterapi alanındaki çalışmaların geliştirilmesi hedeflenmektedir (Resmi Gazete, Sayı No: 29346):

- ✓ *Fitoterapi alanında kullanılan bütün standart bitkisel drogların ve bitkisel hammaddelerinin (sabit yağlar, uçucu yağlar ve ekstraktlar) bulunduğu bir koleksiyon oluşturmak.*
- ✓ *Fitoterapi ile ilgili kitap, görsel, video ve benzeri şeyleri içeren geniş bilgi ve belgelerin yer aldığı kütüphane oluşturmak.*
- ✓ *Tıbbi bitkiler, bitkisel droglar ve içerdikleri bileşiklerin farmakolojik etki ve etki mekanizması ile ilgili eğitim dokümanlarını hazırlamak.*
- ✓ *Tıbbi bitkiler ve bitkisel droglardan hammaddelerin elde edilmesi, standardizasyonu ve bitkisel ilaçları geliştirmek.*
- ✓ *Merkezin faaliyetleri ile fitoterapi konusunda Üniversitenin kamu, özel sektör ve uluslararası kuruluşlarla iş birliğini geliştirerek iletişim ağı oluşturmak.*
- ✓ *Fitoterapi alanında kullanılan bitkisel hammaddelerin, ürünlerin kalite kontrollerini yapmak.*
- ✓ *Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı ile Sağlık Bakanlığı kriterlerine göre ruhsat verilecek bitkisel ürünlerle ilgili sektörleri bilgilendirmek ve uzman desteği vermek.*
- ✓ *Fitoterapi alanında halkı bilgilendirmeye yönelik seminerler ve eğitimler düzenlemek.*
- ✓ *Fitoterapi alanında sağlık çalışanları gıda, kozmetik ve ilaç sektörlerine yönelik sertifika eğitimi, çalıştay ve konferans düzenlemek.*
- ✓ *Yönetim Kurulunun kararlaştıracak diğer faaliyetlerde bulunmak.*

Sağlık Bakanlığı onaylı bu merkezlerde fitoterapi eğitimi almayı planlayan hekim veya dış hekimlerine, etkin ve verimli bir şekilde uygulamaları gerçekleştirebilmeleri için hem teorik

hem de pratik eğitimler sunulmaktadır. Tamamlanan bu eğitim programı sonrasında hekim veya diş hekimi, fitoterapi konusunda kapsamlı bir bilgiye sahip olacaktır.

Bitkisel ilaçları etnobotanik⁴ kayıt süreci, ilacın geliştirilme aşaması, klinik araştırmalar, bitkisel ürünlerin yan etkileri, dünya genelinde ve Türkiye'de fitoterapi uygulamaları hakkında geniş bilgiye sahip olan hekimler, ESCOP, WHO gibi kuruluşların monograflarını etkili bir şekilde anlamakta ve bitkisel drog ve preparat standartları hakkında detaylı bilgi edinmektedirler. Sağlık Bakanlığı tarafından geçmişteki fitoterapi uygulamaları ile günümüzdeki fitoterapi yöntemleri arasında önemli farklılıklar bulunduğu belirtilmiştir. Modern fitoterapi pratiğinde, bitkilerin tamamı yerine sadece faydalı kısımları kullanılmaktadır. Örnek vermek gerekirse, geçmişte bir bitkinin uçucu yağından faydalanmak amacıyla çay içilirken, günümüzde aynı bitkiden sadece faydalı olan kısmın alınması için uçucu yağ ekstre edilmekte ve hastaya sadece bu faydalı kısım sunulmaktadır (Getatportal.saglik.gov.tr/TR,8509/). Bitkisel ürünler, meme kanseri (%12), astım (%24), karaciğer hastalıkları (%21), HIV (%22), romatolojik hastalıklar (%26) ve kronik durumları olan hastalar tarafından sıkça tercih edilmektedir (Herbal ve Botanical, 2000, aktaran, Bent ve Ko, 2004, s. 478; Şarışen ve Çalışkan 2005, s. 182). Aşağıda, bazı hastalıkların ve rahatsızlıkların tedavisinde kullanılan bitkisel ürünlere örnekler verilmiştir:

⁴ İnsanların bitkilerle çok yönlü ilişkisini araştıran disiplinlerarası bilim dalına verilen addır.

Şekil 1: Bazı Hastalıklarda Kullanılan Bitkiler

Böbrek hastalıkları:	• Altınotu(ölmez çiçek), atkuyruğu, ayrıkotu
Cinsel isteksizlik:	• Demirdikeni, kakule, meyankökü, safran, zencefil.
Hazımsızlık:	• Anason, dereotu, havlıcan, kakule, kimyon, papatya, rezene, yenibahar, zencefil.
Hemoroit:	• Civanperçemi, kuşburnu, mazi, sultanotu, zencefil.
Mide kanaması:	• Civanperçemi, kuşburnu, sumak
Menopoz:	• Civanperçemi, adaçayı, anason, papatya, tarçın
Karaciğer rahatsızlıkları:	• Enginar, hindiba, Kurtpençesi, meryemana diken, zerdeçal
Kanserden korunma:	• Isırganotu, kırmızıbiber, ökseotu.
Kalp rahatsızlıkları:	• Alıç, ökseotu
Kabızlık:	• Keten, rezene, sinemaki, sinirliot tohumu.
Yüksek şeker:	• Kudretnarı, mahlep, tarçın, mersin.
Yüksek Kolesterol:	• Biberiye, kekik, kuşburnu, üzüm çekirdeği, yeşil çay, zencefil.
Yorgunluk:	• Adaçayı, biberiye, meyankökü, kakule, kekik, kuşburnu, zencefil.
Uyku bozukluğu:	• Anason, çuha çiçeği, kediotu, melisa, papatya, rezene, şerbetçi otu.
Unutkanlık ve hafıza zayıflığı:	• Adaçayı, biberiye, kakule, yeşil çay, zencefil.
Stres, depresyon, ve endişe:	• Anason, kantaron, lavanta, melisa, papatya, rezene, şerbetçi otu.
Soğuk algınlığı, üşütme ve öksürük:	• Ardiç, ebegümeci, ekinezya, ihlamur, karanfil, meyankökü, nane, okaliptus, papatya, zencefil.
Safra kesesi rahatsızlıkları:	• Altınotu, civanperçemi, kara hindiba, pelinotu, zerdeçal.
Romatizma ağrıları:	• Anason, atkuyruğu, biberiye, karanfil, kekik, lavanta, melisa, papatya, sarımsak.
Prostat büyümesi:	• Eğirkökü, yeşil çay, zerdeçal, ısırganotu kökü.
Mide bulantısı ve ağrıları:	• Eğirkökü, nane, zencefil.
Yara ve Yanıklar	• Aleo vera, bal, aynı sefa çiçeği
Uyuz ve Bitlenme	• Anason tohumu
Bakteriyel ve Fungal İnfeksiyonlar	• Çay ağacı yağı, sarımsak
Deri Kanseri	• Çay, biberiye, arı reçenesi, kırmızı ginseng, deve diken
Akne	• Çay ağacı yağı, hayıt meyvesi (Vitex), Mazi tozu (Tannin)
Egzama	• Zencefil
Dermatit	• Alman papatyası, hodan yağı, zencefil
Hipertansiyon	• Sarımsak
Vitiligo hastalığı	• Arı balı
Prostat Kanseri	• Afrika erik ağacı kabuğu, ısırganotu kökü

Kaynak: Sheehan, ve Atherton, 1992, s. 181; Tolleson, ve Frithz 1993, s. 95; Wölbling ve Leonhardt, 1994, s. 28 Buchness, 1998, s. 285; Stevensen, 1998, s. 690; Koytchev et all., 1999, s. 228; Ernst 2000, s. 857; Kuhn ve Winston 2000, s. 199-211-281-349; Bedi ve Shenefelt, 2002, s. 232; Crutchfield 2002, s. 208; Durusoy ve Ulusal 2007, s. 48; Baydar, 2009; Djerrou, 2015, s. 10-11; Uğurlu ve Dağcıoğlu, 2016, s. 120 kaynaklarından yararlanılarak yazar tarafından derlenmiştir. Bitkilerin tam olarak etkinliğini ortaya koymak için daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir.

Son dönemlerde bireylerin sağlıklarını koruma konusunda aktif rol almak istemeleri, daha sağlıklı bir yaşam hedefine yönelme eğilimi, tıbbi tedavilerin potansiyel yan etkilerinin artış göstermesi ve tıbbi müdahalelerden istenilen sonuçların alınamaması gibi nedenlerle, fitoterapi ve doğal tedavilere olan ilgi artmıştır. Özellikle koruyucu hekimlik ve hastalığın erken aşamalarında etkili olacağı düşünülen fitoterapiye Türkiye'de daha fazla önem verilmesi gerekmektedir (bitem.bezmialem.edu.tr).

Şarışen ve Çalışkan (2005, s. 187)'ın belirttiğine göre, tıbbi bitkiler, sağlığı korumak ve hastalıkların önüne geçmek amacıyla uzun yıllardır kullanılmaktadır. Özellikle gelişen teknoloji ve endüstri ile birlikte artan kimyasal yan etkiler, bireyleri bitkisel tedavilere yönlendirmektedir. Ancak hem dünya genelinde hem de Türkiye'de bitkisel tedavilerin, sağlık sorunlarına neden olma potansiyeli, doğru kullanılmadığında oldukça yüksektir. Özellikle karışık dozlarda veya bilinçsizce alınan bitki karışımları sağlık sorunlarını artırabilir. Birçok kişi, isimlerini dahi bilmedikleri karışımları bilinçsizce kullanarak sağlık riskleri oluşturabilmektedir. Bu nedenle, sağlık profesyonellerinin bu konuda duyarlı olmaları ve araştırmalarını artırmaları önemlidir. Özellikle hastalığın tedavisi konusunda gerçekçi olmayan vaatlerde bulunan sağlık profesyonellerinden kaçınılmalıdır. Bu konuda dava durumlarına yol açmış bir örnek olaya dikkat çekilmek istenmiştir. *“Erken evrede tespit edilmiş yüksek riskli prostat kanseri olan 60 yaşındaki bir hastaya ameliyat önerilmiştir eğer erken evrede tedavi edilirse hastalığın tedavisinin mümkün olduğunu ancak ameliyat sonrası idrar kaçırma veya cinsel fonksiyon bozukluğu gibi risklerin olabileceği hasta ile paylaşılmıştır. Hastaya gerekli bilgiler verildikten sonra onayı alınmak istenir ancak hasta risklerden dolayı ameliyat olmaktan vazgeçer. Bitkisel tedavi konusunda tanınmış bir hekim ile görüşerek kanseri yenebileceği ve bitkisel olarak tedavi sürecini sağlayabileceğini öğrenir. Hastaya hekim tarafından 65 çeşit şifalı bitki ürünü verilmiş ve bir yıl boyunca kullandığı bitkiler sonrasında kanseri yendiği söylenmiştir. Hastalığın kontrolü için yeniden üroloji uzmanına giden hastanın hastalığının ilerlediği kemiklerde metastaz geliştiği anlaşılır ve hastanın erken müdahale ile hastalıktan kurtulma ihtimalinin olmadığı görülmüştür. İlaç ve kemoterapi ile müdahaleye başlanan hastanın tedavisinin gecikmesi sebebiyle tam olarak tedaviyi sağlama ihtimali kalmamıştır. Hasta tedavisinin gecikmesinden dolayı bitkisel tedaviyi yapan hekimden şikâyetçi olmuştur”* (Taşçı, 2020, s. 102-103).

Bu sebeple klinik olarak tam olarak kanıtlanmamış veya standardizasyonu sağlanmamış fitoterapi ajanlarının keyfi olarak kullanılmaması önemlidir. Acil müdahale gerektiren durumlarda hastayı, yan etkilerin olmadığı iddiasıyla alternatif ve tamamlayıcı tıp uygulamalarına yönlendirmemek önemlidir. Ayrıca hastaların hangi durumlarda sağlık kuruluşlarına başvurdukları, hangi durumlarda bitkisel yöntemlere başvurdukları, hastalıklara karşı nasıl bir tutum sergiledikleri, bireylerin sağlık ve hastalık kavramlarını nasıl anladıkları, hangi geleneksel tedavi yaklaşımlarını bildiklerinin doğru bir şekilde belirlenmesi gerekmektedir.

Mat (2020, s. 3)'ün ifadesine göre; tıbbi bitkilerin içeriği, eczacılar tarafından daha iyi anlaşıldığı için hekim ve eczacının işbirliği yapması, fitoterapiyi doğru bir şekilde uygulayarak bitki-ilaç veya bitki-gıda etkileşimlerini önceden engelleyebilmek ve hastaları yan etkilerden uzak tutabilmek adına önemlidir. Yeni yönetmelikle birlikte hekimlerin GETAT

uygulamalarına yönelik sertifika alması ve hastalara bu doğrultuda reçete yazması, eczacıların asıl görevlerine odaklanmalarına olanak tanımıştır. Ancak özellikle rastgele dozlarda kullanılan bitki karışımlarının neden olduğu sağlık sorunlarının önüne geçebilmek için bu alandaki araştırmaların artırılması ve halkın bilinçlendirilmesi önem arz etmektedir.

3. HOMEOPATİ

*“Homeopati, diğer tedavi yöntemlerine göre daha güvenli, daha ekonomik, daha fazla oranda tedavi sağlayan bir bütüncül bir tıp bilimidir.”
M. Gandhi⁵*

Homeopati terimi, "homeos" (benzer) ve "pathos" (acı) kelimelerinin birleşiminden türetilmiştir (Gray, 2000, s. 8; Lansky, 2003; Getatportal.saglik.gov.tr). DSÖ'ye göre homeopati; *hastalıkların tedavi edilebilmesi için, sağlıklı bir insana hastalığın semptomlarına benzer şekilde ilaçlar verilerek tedavi edilmesini sağlayan alternatif tedavi yöntemidir* (WHO, 2001). Daha farklı bir ifadeyle, vücudun tedavi edici süreçlerini aktive etmek için, hastalığın belirtilerine benzeyen ilaçlar kullanılarak uyarılması ve iyileştirilmesidir. Homeopati, dünya genelinde 200 milyondan fazla insanın hem akut hem de kronik durumlarını tedavi etmek için kullandığı doğal bir tıbbi yaklaşımdır. Benzeri benzerle tedavi etme⁶ ilkesine dayanan bu yöntemde, belirli bir madde, az miktarda alındığında belirli semptomları tetikleyebilecek bir durumu iyileştirmek için seyreltilir ve kullanılır (nhs.uk/conditions/homeopathy). Örneğin, çok fazla kahve içmek uykusuzluğa ve sıkıntıya neden olabilir. Homeopati, kahvenin seyreltilmiş formunu kullanarak uykusuzluk ve sıkıntı gibi semptomları tedavi etmeyi amaçlamaktadır. Örnek olarak, soğanın gözleri ve burnu tahriş eden bir madde olduğunu düşünelim. Eğer bir kişinin gözleri sulanıyor ve saman nezlesi gibi rahatsızlıkları varsa, soğanın seyreltilmiş formu homeopatik bir ilaç olarak kullanılabilir. Benzer şekilde, zehirli sarmaşığın neden olduğu kızarıklık, kabarcıklar, yoğun kaşıntı ve sert kaslar homeopatik bir ilaç olarak kullanılarak uçuk, yanık, egzama gibi rahatsızlıklarda etkili olabilir (Schmukler, 2006, s. 8). Emoto (2005) da bir kişinin kurşundan zehirlenmesi durumunda, içerisinde çok az miktarda kurşun bulunan suyun içilmesiyle semptomların azaltılabileceğini ve bu şekilde homeopatik bir ilaç haline getirilebileceğini ifade etmiştir. Geleneksel tıp alanında farmasötik ilaçlar genellikle fiziksel bedeni hedef alırken, homeopati bütüncül bir iyileşme olanağı sunarak organlar, dokular ve sistemler üzerinde etki eder. "Hastalık yoktur, hasta vardır" anlayışı, homeopati ile modern tıp arasındaki temel farkı belirtir. Modern tıp genellikle zıtlık prensibine dayanırken, homeopati benzerlik ilkesine göre çalışır. Benzeri benzerle tedavi felsefesi, köklerini Hipokrat'a (M.Ö. 460-377) dayandırır ve dünya genelinde 200 yıldan uzun bir süredir yaygın olarak kullanılmaktadır (homeopathy-soh.org).

Homeopati olarak bilinen homeopatik tıp, Alman hekimisi Samuel Hahnemann tarafından 1790'larda Almanya'da geliştirilmiştir (May ve Sirur 1998, s. 170; Spence ve diğerleri, 2005, s. 793; Grossinger, 2012, s. 89; nhs.uk/conditions/homeopathy/; homeopathyusa.org; homeopathy-soh.org). Hahneman (1913), homeopatinin temelde basit bir iyileştirme sanatı olduğunu savunarak, hastalık belirtileri ortaya çıktığında homeopatik ilaçlarla hastalığın semptomlarının etkili bir şekilde tedavi edilebileceğini öne sürmüştür (Hahnemann, 1913; Yıldız ve Ürper, 2013, s. 33). Türkiye'de, homeopatiyle ilk karşılaşma 175 yıl öncesine dayanmaktadır. Honigberber, Hahnemann'ın öğrencisi olarak İstanbul'da veba salgınına maruz kalan hastaları tedavi etmiştir. Ancak bu dönemden 1998 yılına kadar Türkiye'de homeopati

⁵ Lottor, E., (2017), "The Miracle of Regenerative Medicine: How to Naturally Reverse The Aging Process", Inner Traditions Bear ve Company, Rochester USA.

⁶ "Similia Similibus Curantur" Latincesinden çevrilmiştir.

alanında çalışma yapılmamıştır. Son yıllarda artan homeopati dernekleri, bu tedavi yönteminin yasal statü kazanması için çeşitli çabalar sarf etmiş ve 2016'dan itibaren Sağlık Bakanlığı tarafından Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları kapsamında kabul edilmiştir (www.homeopatidernegi.org). Homeopati, iki temel ilkeye dayanmaktadır. İlk ilke, benzeri ile tedavi olarak bilinirken, ikinci ilke minimum doz yasasıdır (Kuzniar, 2017, s. 104; www.nccih.nih.gov). Benzeri ile tedavi prensibi, bir hastalığın tedavisi için sağlıklı bireylerde benzer semptomları üreten bir madde kullanılması gerektiği inancına dayanmaktadır. Minimum doz yasası ise, ilacın dozunun ne kadar düşük olursa, etkinliğinin o kadar artacağı fikrine dayanır. Tedaviler kişiseldir ve aynı semptomlara sahip farklı bireylerin farklı tedaviler alması yaygın olarak uygulanmaktadır (McCabe, 1999). Bu ilkelere örnek olarak şu durum gösterilebilir: “İki farklı insanın baş ağrısından şikâyetçi olduğunu, birincisinin baş ağrısının doğum yaptıktan sonra başladığını, ağır yemeklerden sonra kusmalı bir baş ağrısı geçirdiğini, ikincisinin ise iş stresi ve yorgunluğu nedeniyle uykusuzluk çektiğini, polene alerjisi olduğunu, çok fazla kahve tüketen bir iş adamı olduğu farz edelim. Bu iki hastanın ağrı tipleri, hastalığı tetikleme sebepleri, genetik eğilimleri, tıbbi geçmişleri, yaşama bakış açıları gibi birçok yönden farklılık vardır” (www.homeopatidernegi.org). Bu bağlamda, modern tıp aynı farmasötik ilacı iki farklı hastaya uygularken, homeopati tedavisinde hastalığa değil, hastanın bireysel durumuna göre özelleştirilmiş bir yaklaşım benimsendiği için her iki hastaya farklı bir tedavi⁷ uygulandığı gözlemlenmektedir.

Homeopatinin kişiselleştirilmiş bir tedavi sunmasına rağmen, bu yöntemin güvenilirliği ve bilimsel açıklanabilirliği konusunda çeşitli tartışmalar mevcuttur (www.nhs.uk/conditions/homeopathy/; www.nih.gov/health/homeopathy). Bazı araştırmacılar (Walach 1997; Ernst ve Pittler, 1998, s. 1187; Linde ve Melchart 1998, s. 373;) homeopatiyi sadece plasebo⁸ etkisi olarak değerlendirirken, diğer araştırmacılar ise homeopatik ilaçların kullanımının hastalıkların ortaya çıkmasını engellediği, vücudu hastalıkla mücadeleye teşvik ettiği ve hastalığı tedavi ettiği yönünde çeşitli kanıtlar sunmaktadır (Cucherat, 2000, s. 28; Linde et al., 1994, s. 481). Aynı biçimde, ebeveynler, bebeklerde diş çıkarma, enfeksiyon ve kolik⁹ gibi durumları başarıyla tedavi etmek amacıyla homeopatik ilaçları kullanmaktadır (Vithoulkas, 2002, s. 64; Oftedal, 2009, s. 114; www.homeopatidernegi.org). Avustralya Hükümeti Ulusal Sağlık ve Tıbbi Araştırma Konseyi tarafından 2015 yılında yapılan bir değerlendirme, homeopatinin sağlık durumu için güvenilir kanıtlar sunmadığını belirtmiştir. Minimum doz yasasıyla çok düşük aktif bileşen içeren ürünlerin bilimsel olarak nasıl etki gösterebileceğini açıklamak mümkün olmadığı için ve klinik araştırmalarda büyük zorluklar yarattığı için, insan vücudundaki son derece düşük dozda bulunan ürünlerin etkilerini gösteren nesnel ölçütler geliştirilememiştir (www.nccih.nih.gov/health/homeopathy). Ancak homeopatiyle elde edilen bilgiler ışığında, modern tıp eğitiminin etik ilkeleri ortaya konmuş ve temel tıp eğitiminin düzenlenmesi gerekliliği tespit edilmiştir (Sveoz, 2010, s. 79). Holistik bir bakış açısını benimseyen ve doğal yöntemleri kullanan homeopati, ilaçları doğrudan hastalıkla savaşmak yerine vücudu hastalıkla savaşmaya teşvik etmektedir (britishhomeopathic.org/homeopathy). Homeopati uygulamalarında en çok kullanılan ürünler aşağıdaki şekildedir (Oftedal, 2009, s. 27-29; www.nccih.nih.gov/health/homeopathy):

- Bitkiler (Kırmızı soğan, Arnika (dağ otu), zehirli sarmaşık, belladonna, ısırganotu vb.)
- Mineraller (Beyaz Arsenik, fosfor, magnezyum vb.)
- Asitler

⁷ Homeopatik ilaçlar.

⁸ Farmakolojik olarak etkisi olmamasına rağmen bir ilacın telkinedayalı etki göstermesi durumudur.

⁹ Doğumdan sonraki bir veya ikinci haftada bebeklerde ortaya çıkan aşırı huzursuzluk ve geçmeyen ağlama nöbetleridir.

- Hayvanlar (Ezilmiş arılar, böcekler vb.)
- Şeker Paletleri
- Merhemler, Jeller, Kremler
- Damlalar
- Tabletler

Homeopati yöntemi, sadece Avrupa'da değil aynı zamanda Asya ve Kuzey Amerika'da da uygulanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü (WHO) raporlarına göre, Hindistan, Meksika, Pakistan, Sri Lanka, ve İngiltere gibi birçok ülkenin ulusal sağlık sistemlerinde homeopati bulunmaktadır (WHO, 2001). Homeopati, modern tıbbın bir parçası olarak kabul edilip dünya genelinde 200 milyondan fazla kişi tarafından kullanılmaktadır. Hindistan'da 100 milyondan fazla insanın sağlık hizmetleri kullanımı sadece homeopatiye dayanmaktadır (homeopathy-soh.org). Amerika'da, homeopatik ilaçlar FDA tarafından tanınan Homeopatik Farmakopesine göre üretilmektedir (homeopathyusa.org). İngiltere'de Helios, Fransa'da Boiron, Almanya'da DHU gibi güvenilir firmalar homeopatik remedi üretmektedir (www.homeopatidernegi.org). Türkiye'de, Sağlık Bakanlığı homeopatinin bağışıklık sistemini güçlendirmeye, ilaç yan etkilerini azaltmaya ve vücudun fiziksel ile zihinsel dengesine destek olmaya yönelik bir tedavi olarak kullanıldığını belirtmiştir (getatportal.saglik.gov.tr). Ancak diğer sağlık koşulları için etkili bir tedavi olduğuna dair güvenilir kanıtlar bulunmamaktadır.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Fitoterapi ve homeopati, doğal kaynaklardan elde edilen ve sağlık sorunlarına alternatif çözümler sunan iki farklı tıbbi yaklaşımı temsil etmektedir. Ancak, temel prensipleri, kullanım yöntemleri ve bilimsel destek düzeyleri açısından önemli farklılıklar içermektedirler. Fitoterapi bitkilerin tıbbi kullanımına dayanırken, homeopati benzeri benzerle tedavi prensibi üzerine kuruludur.

Homeopati, hastalıkları tedavi etmek için benzer semptomlara sahip maddelerin kullanıldığı bir alternatif tedavi yöntemidir. Bununla birlikte fitoterapinin tıbbi bitkiler üzerine kurulu bir tedavi yöntemi olduğu vurgulanmış, geçmişten günümüze kadar olan kullanımına ve önemine değinilmiştir. Ayrıca Türkiye'de Sağlık Bakanlığı'nın fitoterapiyi nasıl tanımladığı ve düzenlediği, eğitim ve araştırma merkezlerinin rolü üzerinde durulmuştur. Ayrıca, fitoterapinin modern tıp uygulamalarıyla karşılaştırıldığında bazı avantajlara sahip olduğu, ancak kullanımının bilinçsiz ve kontrolsüz bir şekilde zararlı olabileceği vurgulanmıştır. Fitoterapiye olan ilginin artmasının, hastaların alternatif tedavilere duyduğu güvenin ve doğal tedavilere yönelimin bir sonucu olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Fitoterapinin bilimsel temellere dayalı, standartlaştırılmış ve kontrollü bir şekilde uygulanması gerektiği, bu konuda sağlık profesyonellerinin eğitim alması ve doğru bilgiyi sağlaması gerektiği ifade edilebilir. Ayrıca, araştırmada fitoterapi uygulamalarının hastalıkların tedavisi konusunda bilinçsiz vaatlerde bulunan bazı sağlık profesyonelleri tarafından eleştirildiği ve bu nedenle dikkatli seçilmesi gerektiği belirtilmiştir.

Bunun yanı sıra homeopatinin temel prensiplerinin, benzeri benzerle tedavi ilkesi ve minimum doz yasası olduğu yukarıda da ifade edilmiştir. Benzeri benzerle tedavi prensibi, hastalığın semptomlarına benzer semptomlar üreten bir madde ile tedavi edilebileceğini savunmaktadır. Minimum doz yasası ise ilacın dozu ne kadar düşük olursa etkinliğinin o kadar artacağı inancına dayanır. Homeopatinin modern tıptan farklı olduğu noktalar arasında, bütüncül bir iyileşme sağlanması, hastalık yerine hastaya odaklanması ve kişiye özel tedavi uygulaması

bulunmaktadır. Ancak, homeopatinin bilimsel temeli ve güvenilirliği konusunda tartışmalar da bulunmaktadır. Bazı araştırmacılar homeopatiyi sadece plasebo etkisi olarak değerlendirirken, diğerleri bazı durumlarda etkili olduğunu savunmaktadır. Homeopatinin kullanım alanlarına da değinilmiştir. Fiziksel durumlar, psikolojik durumlar, cilt hastalıkları, solunum sorunları, migren, stres, alerjiler ve daha birçok sağlık sorununa karşı kullanıldığı belirtilmiştir. Ancak, homeopatinin bazı sağlık koşulları için etkili bir tedavi olduğuna dair güvenilir kanıtlar bulunmamaktadır. Son olarak, Türkiye'de homeopatinin tanıtımı, kullanımı ve yasallaşması hakkında bilgi verilmiştir. Homeopatinin Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp kapsamında kabul edildiğine değinilmiş, fitoterapinin tıbbi bir tedavi yöntemi olarak kullanılmasının potansiyel faydalarına ve risklerine dikkat çekilmiş ve bu yapılan araştırmaların ve eğitimlerin önemine vurgu yapılmıştır. Bu kapsamda homeopati ve fitoterapinin etkinliği konusunda daha fazla bilimsel araştırma yapılması önerilmektedir ve bu araştırmaların geliştirilmesiyle homeopati ve fitoterapinin bilimsel temelini güçleneceği unutmamalıdır.

Fitoterapi ve homeopati uygulamaları ne kadar bilimsel temellere dayalı olursa olsun, Hippokrates'in vurguladığı gibi hekimin, hasta ve hastalığı bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirmedeği sürece hastalığın üstesinden gelinemez (Bayat, 2010). Bu nedenle vurgulanmak istenen, Hippokrates'in tıbbın iyileştirici etkisinin, hekimin ve hastanın birlikte olduğu, bütüncül bir yaklaşımın benimsendiği ve "önce hasta!" prensibinin geçerli olduğu anlarda olduğu unutulmamalıdır. Çünkü hekimler, Hippokrates'in vurgusuna aykırı bir şekilde, hastalık olmayan ancak hasta bireyin var olduğu bir alanda, insandan uzaklaşmış bir rolü üstlenmiş durumdadır (Toraman ve Yıldırım Baş, 2020: 280). Tüm bu faktörlerin etkisinin, hasta, hekim ve hastalık kavramlarının bir araya geldiği üçlü kombinasyona dikkat edildiği sürece ortaya çıkacağını akılda tutmak önemlidir.

Bu bağlamda aşağıdaki önerilere yer verilmelidir.

- Hastaların kendi başlarına bitkisel tedavilere başlamadan önce sağlık profesyonelleri ile iletişim kurmalarını teşvik eden bilinçlendirme kampanyaları düzenlenebilir.
- Bitkilerin tıbbi kullanımı konusunda daha fazla bilimsel araştırma yapılması önerilmektedir. Böylelikle bitkilerin etkinlikleri, dozajları ve olası yan etkileri hakkında daha fazla bilgi sağlanacaktır.
- Fitoterapi, diğer tıp uygulamalarıyla entegre edilebilir. Sağlık profesyonelleri arasında integratif tıp eğitimi ve uygulaması desteklenebilir.
- Rastgele dozlarda kullanılan bitki karışımlarının sebep olduğu sağlık sorunlarını önleyebilmek için bu alandaki araştırmalar artırılmalıdır.
- Toplumun bilinçlendirilmesi, sağlık profesyonelleri ve halk arasında doğru bilgi akışını sağlamak açısından kritik öneme sahip olduğu için bu noktaya ekstra özen gösterilmelidir.
- Homeopatinin bilimsel araştırmalarını desteklemek için özel ve kamu sektörü tarafından araştırma fonları oluşturulabilir.
- Bilimsel araştırmaların geliştirilmesi koşuluyla homeopatinin kullanımıyla ilgili doğru bilgiler içeren halk sağlığı kampanyaları düzenlenebilir.
- Homeopati konusundaki farklı bakış açılarını anlamak ve diyalog kurmak için sağlık profesyonelleri, bilim insanları ve homeopati kullanıcıları arasında iletişimi teşvik eden platformlar oluşturulabilir.
- Fitoterapi ve homeopati uygulamaları, ruhsatlı ve denetimli merkezlerde gerçekleştirilmelidir.

- Bilimsel platformlarda tartışma ortamları oluşturulmalıdır.
- Üniversitelerde bulunan ziraat ve eczacılık fakültelerinin öncülüğünde, GETAT uygulamaları için çeşitli disiplinler arası çalışmalar gerçekleştirilmelidir.

YAZARLARIN BEYANLARI

Katkı Oranı Beyanı: Çalışmaya birinci yazar %90 oranında, ikinci yazar %10 oranında katkı sağlamıştır.

Destek ve Teşekkür Beyanı: Çalışmada herhangi bir kurum ya da kuruluştan destek alınmamıştır.

Çatışma Beyanı: Çalışmada herhangi bir potansiyel çıkar çatışması söz konusu değildir.

5. KAYNAKÇA

Algier, L. A., Hanoglu, Z., Özden, G., & Kara, F. (2005). The use of complementary and alternative (non-conventional) medicine in cancer patients in Turkey. *European Journal of Oncology Nursing*, 9(2), 138-146.

Avicenna, ve Kâhya, E. (2009). *El-Kanun fi't-tıbb* (2.baskı.). Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu.

Avrupa Farmakopesi, <https://www.edqm.eu/en/harmonisation-status-excipient-monographs-pdg> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

Aysoy, M. (2013). Şifa bu değil: modernliğin ara yüzü: alternatif tıp. *Kaknüs yayınları*.

Baydar, H. (2009). *Tıbbi ve aromatik bitkiler bilimi ve teknolojisi (Genişletilmiş III. Baskı)*. Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi.

Bayat, A. H. (2010) *Tıp tarihi*. İstanbul: Geleneksel Tıp Derneği Yayınları.

Bedi, M. K., & Shenefelt, P. D. (2002). Herbal therapy in dermatology. *Archives of Dermatology*, 138(2), 232-242.

Bent, S., & Ko, R. (2004). Commonly used herbal medicines in the united states: a review. *The American Journal of Medicine*, 116(7), 478-485.

Blumenthal, M. (1999). Herb Industry sees mergers, acquisitions, and entry by pharmaceutical giants in 1998. *Herbalgram*, 45: 67-68.

Buchness, M. R. (1998). Alternative medicine and dermatology. In *Seminars in Cutaneous Medicine and Surgery* 17(4), 284-290).

Childress, J. F., & Beauchamp, T. L. (2001). *Principles of biomedical ethics* (P. 618). New York: Oxford University Press.

- Crutchfield, C. E. (2002). Pimecrolimus: A new treatment for seborrheic dermatitis. *Cutis- New York-*, 70(4), 207-208.
- Cucherat M, Haugh M.C, Gooch M, & Boissel J.P. (2000). Evidence of clinical efficacy of homeopathy. a meta-analysis of clinical trials. *hmrag. Homeopathic Medicines Research Advisory Group. Eur J Clin Pharmacol*, 56:27-33.
- Djerrou, Z. (2015). Successful treatment of facial vitiligo with honey bee, *Allium Cepa* and *Avena Sativa* Combined To Sun Light Exposure: A Case Clinical Trial. *International Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 7(1), 9-14.
- Durusoy, Ç., ve Ulusal, B.G, (2007). “Dermatolojide bitkisel tedavi-fitoterapi”. *Türk Dermatoloji Dergisi*, 1: 47-50.
- Emoto, M., (2005). *Suyun gizli mesajı. Kuraldışı Yayınları.*
- Erdem, S., ve Kadioğlu A., (2020). Genito-üriner hastalıklarda fitoterapinin yeri içinde fitoterapi ajanları prostatı nasıl etkiler? *Pre-Klinik Çalışmalar. Canat H.L., Kadioğlu H., (Edt), Türk Üroloji Akademisi Yayını, İstanbul.*
- Ernst, E, & Pittler M.H. (1998). Efficacy of homeopathic arnica. a systematic review of placebo-controlled clinical trials. *Arch Surg*; 133: 1187–1190.
- Ernst, E. (2000). The usage of complementary therapies by dermatological patients: a systematic review. *british Journal of Dermatology*, 142(5), 857-861.
- Faydaoğlu, E., ve Sürücüoğlu, M.S., (2011). Geçmişten günümüze tıbbi ve aromatik bitkilerin kullanılması ve ekonomik önemi. *Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi*, 11(1), 52-67.
- Gray, B. (2000). *Homeopathy: science or myth?. North Atlantic Books.*
- Grossinger, R. (2012). *Homeopathy: the great riddle. North Atlantic Books*
- Hahnemann S. (1913). *Organon of medicine, İyileştirme Sanatının Organonu (Önsöz). İyileştirme Sanatının Organonu. Everyman's Library No. 663. London, UK.*
- <http://bitem.bezmialem.edu.tr/tr/Sayfalar/Fitoterapi-Nedir.aspx> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.
- <http://bitem.bezmialem.edu.tr/tr/Sayfalar/Fitoterapi-Nedir.aspx> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.
- <http://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/3972,fitoterapi-sep---pdfpdf.pdf> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

<http://www.koop-phyto.org/en/medicinal-plants/escop.php> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

<https://homeopathy-soh.org/homeopathy-explained/what-is-homeopathy/> adresinden 31 Mart Nisan 2020 tarihinde alınmıştır.

<https://homeopathyusa.org/homeopathic-medicine.html> adresinden 6 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.

<https://homeopathyusa.org/homeopathic-medicine.html> adresinden 6 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.

<https://islamansiklopedisi.org.tr/hacamat> adresinden 16 Nisan2020 tarihinde alınmıştır.

<https://www.ema.europa.eu/en/committees/committee-herbal-medicinal-products-hmpc> adresinden 25 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

<https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2015/05/20150505-13.htm>: 23 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

<https://zekaitahir.saglik.gov.tr/TR,51705/getat--geleneksel-ve-tamamlayici-tip-uygulamalari.html> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

Koytchev, R., Alken, R. G., & Dundarov, S. (1999). Balm mint extract (lo-701) For Topical Treatment of Recurring Herpes Labialis. *Phytomedicine*, 6(4), 225-230.

Kuhn, M. A., & Winston, D. (2000). Herbal therapy and supplements: a scientific ve traditional approach. Lippincott Williams ve Wilkins.

Kuzniar, A. A. (2017). The birth of homeopathy out of the spirit of romanticism. University of Toronto Press.

Lanski, S. L., Greenwald, M., Perkins, A., ve Simon, H. K. (2003). Herbal therapy use in a pediatric emergency department population: Expect The Unexpected. *Pediatrics*, 111(5), 981-985.

Lansky, A. L. (2003). Impossible Cure: The Promise of Homeopathy. RL Ranch Press.

Linde K, Jonas Wb, Melchart D, Worku F, Wagner H & Eitel F. (1994) critical review and meta-analysis of serial agitated dilutions in experimental toxicology. *Hum Exp Toxicol*. 13, 481-92.

Linde K. & Melchart D. (1998) Rveomized controlled trials of individualized homeopathy: A State-of-The-Art Review. *J Altern Complement Med.*, 4, 371-88.

Mat, A., (2020), "Genito-üriner hastalıklarda fitoterapinin yeri" içinde "geçmişten günümüze fitoterapi" Canat H.L., Kadioğlu H., (Edt), Türk Üroloji Akademisi Yayını, İstanbul.

- May, C., & Sirur, D. (1998). Art, science and placebo: incorporating homeopathy in general practice. *Sociology of Health and Illness*, 20(2), 168-190.
- Mccabe, V. (1999). *Homeopathy, Healing and You*. Macmillan.
- NHS, <https://www.nhs.uk/conditions/homeopathy/> adresinden 6 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.
- National Center for Complementary Integrative Health www.nccih.nih.gov/health/homeopathy adresinden 6 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.
- National Institutes of Health, www.nih.gov/health/homeopathy adresinden 6 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.
- Oftedal, K. (2009). *Family homeopathy and survival guide*. Oftedal.
- Price, H. T. (1951). *Middle English Occupational Names*. 50(4), 540-542.
- Resmi Gazete, Sayı No: 29346.
- Resmi Gazete, Sayı No: 29158.
- Rockwell, P. & Raw, I. (1979). A Mutagenic screening of various herbs, spices, and food additives. *Nutrition and Cancer*, 1(4), 10-15.
- Sağlık Bakanlığı Fitoterapi Sertifika Eğitim Standartları, (2015) <http://dosyasb.saglik.gov.tr/Eklenti/3972,fitoterapi-sep---pdfpdf.pdf> adresinden 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.
- Sağlık Bakanlığı, <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,24680/homeopati-uygulamasi-hakkinda-bilgilendirme.html> adresinden 6 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.
- Sağlık Bakanlığı, <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,8509/fitoterapi.html> adresinden 18.02.2020 tarihinde alınmıştır.
- Sağlık Bakanlığı, <https://getatportal.saglik.gov.tr/TR,8509/fitoterapi.html> adresinden 18.02.2020 tarihinde alınmıştır.
- Sarı, İ., (2016). *Kanseri Yenen Kitap: Kanserden Korunmanın Ya Da Kanseri Yenmenin Yolları*, Net Medya Yayıncılık, İstanbul.
- Schmukler, A. (2006). *Homeopathy: an a to z home hvebook*. Llewellyn Worldwide.
- Sert, E., Sert, A., Kalaycı, M. Z., Sakarya, A. A., ve Yüksel, Ş. B. (2015). İntegratif tıp dergisi. *Turk J Integr Med*, 3(2), 35-40.
- Sheehan, M. P. & Atherton, D. J. (1992). A controlled trial of traditional chinese medicinal plants in widespread non-exudative atopic eczema. *British Journal of Dermatology*, 126(2), 179-184.

- Smith, C. M. (2005). Origin and uses of primum non nocere—above all, do no harm!. The Journal of Clinical Pharmacology, 45(4), 371-377.
- Society of Homeopaths, <https://homeopathy-soh.org/homeopathy-explained/what-is-homeopathy/> 06.03.2023 tarihinde alınmıştır.
- Spence, D. S., Thompson, E. A., & Barron, S. J. (2005). Homeopathic treatment for chronic disease: a 6-year, University-Hospital Outpatient Observational Study. Journal Of Alternative and Complementary Medicine, 11(5), 793-798.
- Stevensen, C. J. (1998). Aromatherapy in dermatology. Clinics in Dermatology, 16(6), 689-694.
- Şarışen, Ö., ve Çalışkan, D. (2005). Fitoterapi: bitkilerle tedaviye dikkat (!). Sted, 14(8), 182-187.
- Taşçı, A. İ., (2020). Genito-Üriner hastalıklarda fitoterapinin yeri içinde geleneksel ve tamamlayıcı tıp uygulamalarının hukuki yönü Canat H.L., Kadioğlu H., (Edt), Türk Üroloji Akademisi Yayını, İstanbul.
- Tennent, J. (1734). Every Man His Own Doctor, Or, The Poor Planter's Physician: Prescribing Plain ve Easy Means for Persons to Cure Themselves of All, Or Most of the Distempers, Incident to this Climate, and with Very Little Charge, the Medicines Being Chiefly of the Growth ve Production of this Country". Printing Office of Colonial Williamsburg.
- Tolleson, A., & Frithz, A. (1993). Borage Oil, an effective new treatment for infantile seborrheic dermatitis. British Journal of Dermatology, 129(1), 95-95.
- Toraman, A., ve Yıldırım Baş, F., (2020). "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp (Getat) Uygulamalarının Hekim Gözüyle Değerlendirilmesi," İçinde Modern Tıbbı ve Sağlık Sektörüne Eleştirel Yaklaşımlar, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Uğurlu, M., Üstü Y. ve Dağcıoğlu B. F. (2016). Fitoterapide soğan (bulbus allii cepae) ve sarımsak (bulbus allii sativi) kullanımı. Ankara Med J. 16(1), 119-22
- Verma, S., & Singh, S. P. (2008). Current and future status of herbal medicines. Veterinary World, 1(11), 347-350.
- Vithoulkas, G. (2002). The Science of homeopathy, B. Jain Publishers.
- Walach, H. (1997). Unspezifische Therapie-effekte. das beispiel homo"opathie [phd thesis]. Freiburg, Germany: Psychologische Institut, Albert-Ludwigs-Universita" Freiburg;

WHO, (2001). Cough and cold remedies for the treatment of acute respiratory infections in young children. Department of Child and Adolescent Health and Development, World Health Organization 1–39.

WHO,

https://apps.who.int/iris/bitstream/hvele/10665/63801/WHO_TRM_98.1.pdf?sequence=1&eisAllowed=y 19 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

WHO, <https://apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js2200e/> 18 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

WHO, <https://apps.who.int/medicinedocs/en/d/Js4927e/> 18 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

WHO, https://www.who.int/health-topics/traditional-complementary-ve-integrative-medicine#tab=tab_1 20 Şubat 2020 tarihinde alınmıştır.

Wölblin, R. H., & Leonhardt, K. (1994). Local Therapy of Herpes Simplex With Dried Extract From Melissa Officinalis. *Phytomedicine*, 1(1), 25-31.

www.homeopatidernegi.org adresinden 16 Mart 2020 tarihinde alınmıştır.

Yıldız, S. ve Ürper S. (2013). İyileştirme sanatı: homeopati. *İntegratif Tıp Dergisi* 1(1), 32-36.