

**K.K.T.C.
YAKINDO ÜNİVERSİTESİ
ECZACILIK FAKÜLTESİ**

**K.K.T.C. ECZANELERİNDE ZAYIFLAMA AMAÇLI SATILAN
TIBBİ ÇAYLARIN FİTOTERAPİ YÖNÜNDEN İNCELENMESİ**

**Hazırlayan
Suzan ÇATALOLU**

**Danışman
Doç. Dr. Dudu ÖZKUM YAVUZ**

**Fitoterapi
Yüksek Lisans Tezi**

**LEFKOSA
2018**

K.K.T.C.
YAKIN DO U ÜN VER STES
ECZACILIK FAKÜLTES

K.K.T.C. ECZANELER NDE ZAYIFLAMA AMAÇLI SATILAN
TIBB ÇAYLARININ F TÖTERAP YÖNÜNDEN NCELENMES

Hazırlayan
Suzan ÇA ALO LU

Danı man
Doç. Dr. Dudu ÖZKUM YAVUZ

Fitoterapi
Yüksek Lisans Tezi

LEFKO A
2018

1.G R

Kıbrıs, Akdeniz'in 3. büyük adası olup tarih boyunca çok de i ik kültürlerin mekanı olmu tur. Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (K.K.T.C.), 3355 kilometrekare yüzölçümlü, yerel kalıcı nüfus yaklaşık 300 bin olup (2013 genel nüfus sayımı 286.257) sayıları 15 e yakın üniversitelere gelen yabancı öğrenci ve aileleri ile bu sayı 400 bin civarındadır. Hali hazırda 200 civarında eczane bulunmaktadır. K.K.T.C. Üniversitelerinde mezun veren 3 Eczacılık Fakültesi'nde okuyan Kıbrıs vatandaşı öğrencilerin açmakta olduğu eczaneler ile bu sayı her yıl daha da artmaktadır. Eczanelerle ilgili yasa ve yönetmenlikler, İngiliz döneminden kalan maddelerle birlikte ayrıntılı olarak Türkiyedekine benzer kuralları içermektedir.

Tüm dünyada olduğu gibi K.K.T.C.'de de yazılı ve görsel basının da etkisiyle tıbbi bitkisel ürünlere ilgi giderek artmaktadır. Diğer yandan «*Tamamen do aldır, zararsızdır*» anlayışı ile do ru bitki, do ru ürün, do ru yerde, do ru dozda kullanım gerektiği yan etki ve ilaç etkileşimlerinin dikkate alınmadığı bu uygulamalar insan sağlığı için risklidir ve bu ürünlerin (tıbbi çaylar, tıbbi yağlar ve ilaç formunda bitkisel ürünler) eczane kalitesinde üretilmesi ve eczanelere halka ulaşması gerekir.

Bu çalışmada K.K.T.C.'de bulunan eczanelerde bitkisel sağlık ürünlerinin yeri ve eczacıların konuya yaklaşımları saptanarak özellikle çok popüler olan zayıflama çayları ile ilgili bilgi ve ürünlerinin irdelenmesi hedeflenmiştir.

2. GENEL B LG LER

2.1. Tıbbi Çaylar

Halk arasında bitkilerden faydalanmanın en eski ve yaygın ekli bitkilerin çay haline getirilerek içilmesidir. "Çay" ismi bugün dünyanın pek çok yerinde belki de sudan sonra en fazla tüketilen *Camellia sinensis* bitkisiyle hazırlanan sıcak veya soğuk içilebilen bir içecek için kullanılmaktaysa da, özellikle Çin ve Hindistan'daki ülkelerde çok daha eskiden farklı bitkiler çay olarak hazırlanmıştır. Ülkemizde de, dallı çay, kekik çayı, elma çayı, ada çayı, dağ çayı gibi farklı çaylar farklı bitkilerden hazırlanarak içilmektedir (Ozan, 2011; Özkum ve Kaya, 2010).

Geli en ya am ko ulları ile birlikte tek kullanımlık süzen po et çaylar (filter bag), eriyebilen (instant ve granüle) çayların hazırlanması ba lı ba ına bir endüstri haline gelmi tir. Daha çok lezzet ve maliyet dikkate alınarak üretilen ve marketlerde satılan çayların farmakope standartlarına uyması beklenmez. Almanya’da gıda kapsamında üretilen ve satılan nane, papatya ve rezene çaylarındaki uçucu ya miktarı farmakopelerde belirtilen en dü ük miktarın çok altındadır. Türkiye’de piyasaya sürülen ku burnu mamulleri üzerinde yapılan analizlerde de C vitamini miktarının çok dü ük oldu u tespit edilmi tir. Gıda, gıda deste i ve fonksiyonel gıda kapsamındaki endüstriyel çayların imalatına ve ithalatına Türkiye’de Tarım ve Köyi leri Bakanlığı ı izin vermektedir. Bu çayların üzerinde “ u rahatsızlı a kar ı kullanılır” gibi ifadelere yer verilemez. Piyasada “ot çayı” (herbal tea, kräutertee) ve “meyve çayı” (fruit tea, früchttee) olarak satılmaktadırlar. Ahududu, anason, ayı üzümü, bö ürtlen, çilek, elma, frenk üzümü, ihlamur, ku burnu nane, rezene, papatya, sapanca çayı, yaban mersini en çok tüketilen çaylardandır. Bu çayların ço una do ala e de er olarak ifade edilen aromalar eklenmektedir (Arslan, 2008).

Tıbbi amaçla kullanılacak süzen po et veya instant-granüle çayların ise eczane kalitesinde droglardan yani iyi tarım uygulamaları ile yeti tirilmi (tercihen organik) ve hasat edilmi , uygun yöntemlerle kurutulmu (GAHP), etken madde içeri i kontrol edilmi , aflatoksin vb kontaminasyonların olmadı ına dair sertifikası olan, üretim, paketlenme ve son kullanım tarihi ve saklama ko ulları belirtilmi (GLP) droglardan, iyi üretim ko ullarında (GMP) üretilmesi gerekir (Schulz et. Al., 2004). Kullanılan drogların ve bitmi ürünün farmakopelerde belirtilen özellikleri mutlaka ta ınması, paket bilgilerinde içerik, üretim ve son kullanım tarihi, çayın tüketilme (hazırlanma) yöntemi, günlük dozu, kullanılmaması gereken durumlar, çocuk, hamile ve emziren anneler için vb uyarıları yer almalıdır. Tıbbi çaylar di er ilaçlar gibi kalite de erleri, farmakolojik etkileri ve yan etkileri kontrol edilerek Sa lık Bakanlığı tarafından ruhsatlandırılmalıdır (Meriçli, 2009).

Kullanım amaçları ve etkileri yüzyıllardır bilinen drogları, piyasaya yeni sürülen sentetik ilaçlar gibi ayrıntılı incelemeye tabi tutmayı gereksiz bulan bazı ülkeler, tıbbi çayların ruhsatlandırılması için özel komisyonlar kurmu tur (Arslan, 2008).

2.2 Tıbbi ay e itleri

Tıbbi aylar, kullanılan drog sayısına göre Mono (tek bitki) ayları ve Karı ım çayları olarak 2 gruba ayrılır. Di er yandan tıbbi çaylar; homojen tanecik büyüklü nde bitki parçaları halinde (coarsely cut) veya szen po et (filter bag) veya eriyebilen (instant veya granüle) aylar olarak, ekil ve kullanım açısından da 3 gruba ayrılırlar. ekil ve kullanım yönünden gruplandırılan tüm çaylar içerdikleri drog sayısına göre mono veya karı ım halinde olabilirler. Tıbbi aylar, kullanım amaçlarına göre de gruplandırılabilirler. Zayıflama (form) ayları, böbrek ve idrar yolları çayları, so uk algınlı ı çayları, ksrk (Husten tee) ayları, kabızlık çayları, sindirim sistemini rahatlatıcı (gaz - i kinlik giderici) aylar, karaci er ve safra çayları, uykusuzluk–gerginlik giderici sakinleştirici çaylar, kalp ve damar sistemini destekleyen çaylar, en fazla kullanılan tıbbi aylardır (Meriçli et. Al., 2004).

2.2.1. Tek Bitki ayları (Mono aylar)

Tek bir drog içeren aylardır. Bitkinin kök, rizom, kabuk, yaprak, iek, meyve ve tohum gibi kısımlarından veya bütününden hazırlanan aylardır. Ihlamur ayı, ku burnu ayı, nane ayı, papatya ayı, sinameki ayı gibi çaylar bu gruba girer. Halk hekimli inde yaygın ekilde kullanılır. Endüstriyel olarak da üretilenler genellikle szen po et (filter bag) halindedirler, kutu içinde 10-20 li paketler halindedirler (Meriçli, 2018).

2.2.2. Karı ım çaylar

ki veya daha fazla bitkinin uygun kısımlarını içeren aylardır. Karı ım çaylarda kullanılan drogların parça büyüklükleri e it olmalıdır; aksi takdirde iyi bir karı ım sa lanamaz. Droglar tat, koku vb. zellikler bakımından da uyumlu olmalıdır. Karı ım Tıbbi ay, aydan beklenen etkiyi gösterecek temel drog (remedium cardinale), etkiyi destekleyecek tamamlayıcı droglar (adjuvants) ve koku ve/veya tadı düzeltip içimi kolayla tıracak düzeltici (corrigen) droglardan olu ur. Özellikle kk paralanmı droglardan olu an (coarsely cut) aylara o u kez homojeniteyi sa lamak için inert ve örtü tylerince zengin droglar da eklenebilir (constituents). Karı ım tıbbi çaylarda temel drogun bir tane, en fazla 3 tane olması istenir, ancak bunun istisnalarıda vardır. Karı ımdaki drog sayısı genellikle 4-7 arasında olup bazı çaylarda drog sayısı daha da fazla olabilmektedir (Schulz et. Al., 2004; Meriçli, 2018).

Tedavide kullanılan karı ım çayların o u ba ta Almanya olmak üzere e itli ülkelerin ilaç indekslerinde yer almaktadır (Rote Liste, 2009). Son yıllarda yazılı ve görsel basının da desteklemesiyle insanların do al ve bitkisel ürünlere yo un ilgi göstermesi sonucu çok e itli szen po et karı ım çayların geli tirilmesi ve endüstriyel üretimi de artmaktadır. Bu artı ta teknolojideki geli meler, insano lunun farklı iceceklere yönelmesi, e itli toplumlarda kullanılan sa lıkta iyilik (wellness) halinin sürdürülmesi için yararlı çayların di er toplumlar tarafından  renilmesi gibi faktörler rol oynamaktadır (Meriçli, 2009). Özellikle zayıflama aylarına olan ilgi, bu konu ile ilgili ara tırmaları da artırmaktadır (Cantepe, 2013).

2.2.2.1. Zayıflama (Form) ayları

Obezite ve kilo fazlalı ı son dönemde batı toplumlarında ve geli mekte olan ülkelerde günlük ya am tarzı, beslenme alı kanlıkları ve fiziksel aktivite azlı ı gibi nedenlerle yaygınla an çok önemli bir sa lık sorunudur. Dünya Sa lık Te kilatı (WHO) da tüm ülkelerde obeziteye dikkat çekmekte, vücut kitle indeksi (VKI) 25 ve üzerinde olan ki ileri kilo kontrolü, vücut kitle indeksi 30 ve üzeri olan obezleri de kilo vermeleri-zayıflamaları konusunda uarmaktadır (Yetkin ve imen, 2010; WHO, 2017). A ırı kilo, obezite, vücudu ba ta kanser, kardiyovasküler hastalıklar ve diyabet olmak üzere çok ciddi hastalıklara kar ı açık hale getirmektedir. Bu nedenle kilo kontrolünü sa lama ve/veya zayıflama amaçlı pekçok ürün geli tirilmektedir. Pekçok bitkisel zayıflama preparatı da zararsız oldukları ne sürülerek satı a sunulmaktadır.. Toplumda bitkisel ürünlerin zararsız oldu una yönelik var olan genel yanlı inanı , bu ürünlerin zararsız oldu una yönelik reklamlar ve yine özellikle bitkisel çayların marketlerden ve internet yolu ile bile kolayca sa lanabilmeleri, ürünlerin geni kitleler tarafından yaygın olarak kullanılmasına yol açmaktadır. Ancak bu ürünlerin bilinçsizce ve yaygın olarak kullanımına ba lı olarak ortaya çıkan istenmeyen etkileri bildiren olgu raporları da artmaktadır (Corns, 2002; Castot, 1992).

3. MATERYAL VE METOD

Bu çalı mada K.K.T.C. eczanelerinde bulunan zayıflamak amaçlı kullanılan tıbbi bitkisel ürünlerin çe it ve içeriklerinin saptanması ve Rasyonel Fitoterapi Bilimi açısından de erlendirilmesi amaçlanmı tır. Bu amaçla Kıbrıs Türk Eczacılar Birli i'ne ba vurularak KKTC'deki tüm eczanelere gidilmesi ve EK 1 de tümü verilen anket sorularının yanıtları alınmı tır. Ankette a a ıdaki ba lıklar altında sorular sorulmu tur.

1- Eczane ve Eczacı Bilgisi

2- Bitkisel zayıflama ürünleri soran ve alan ki iler ile ilgili sorular

Ya 1, cinsiyeti,

Ki inin herhangi bir sa lık sorunu var mı? (varsa ne/ nelerdir?)

Ki i ba ka ilaç kullanıyor mu? (kullanıyorsa ne/ nelerdir?)

Sonuçları ile ilgili geri bildirim alıyormusunuz? (varsa ne/ nelerdir?)

Diyetisyen kontrolü altında mı alınıyor yoksa her isteyen bu ürünleri alabiliyor mu?

3- Eczanede bulunan zayıflama ürünleri ile ilgi sorular

Eczanede bulunan zayıflama ürünleri çe itleri (tıbbi çay, kapsül,toz vb)

Genel olarak tercih edilen ürünün içinde hangi tıbbi bitkiler bulunmaktadır?

Ürünün içinde bulunan tıbbi bitkilerin günlük dozaj kullanım oranı nedir?

Eczanede satılan bitkisel zayıflama ürünlerinin yan etkileri var mı? Varsa nelerdir?

Ürünün hangi ülkeden geldi i:

4- Seçilen ürünün paket bilgilerinin uygunlu u (içerik, kullanım, doz, uyarı, üretim-son kullanım tarihi vb)

Alınan yanıtlar ve derlenen bilgiler SPSS programı kullanılarak sonuçlar istatistiki olarak de erlendirilmi tir. istatistiki sonuçlara göre de de erlendirme ve yorum yapılmı tır. Ayrıca eczanelerde bulunan zayıflama çaylarının bile imine giren drogların ayrıntılı literatür taramaları yapılmı ve etken madde kompozisyonları, farmakolojik özellikleri ve olası yan etkileri de ara tırılarak eklenmi tir.

4. BULGULAR

4.1. K.K.T.C. Eczanelerinde Bitkisel Sağlık Ürünleri

Eczanelerde bazı tıbbi çaylar yanında çok sayıda kapsül, tablet vb. farmasötik ekilde bitkisel ürünler, vitaminler ile nütrasötikler adı altında toplanabilecek bitki ekstraları de içeren ürünler bulunmaktadır. Tümü OTC kapsamındaki bitkisel ürünlerin bir kısmı Türkiye'den, büyük bir kısmı da İngiltere'den ço u da eczacıların kendi olu turdukları ithalat firmaları tarafından Kuzey Kıbrıs'a getirilmektedir.

4.1.1. İlaç Formundaki Bitkisel Zayıflama Ürünleri

Eczanelerde bulunan ilaç formundaki (kapsül, tablet, jel vb.) bitkisel zayıflama ürünleri Tablo 1 de özetlenmiştir. Ürünlerin bileşiminde yer alanlar paket üzerinde aynen alınmış ve bitkilerin bilimsel isimleri parantez içinde eklenmiştir. Paket üzerindeki uyarılarda aslına sadık kalınarak yazılmıştır.

Tablo 1. K.K.T.C. Eczanelerindeki Zayıflama Amaçlı Satılan Tıbbi Çaylar Dışındaki Bitkisel Sağlık Ürünleri

Ürün İsmi ve Farmasötik Ekil	<u>İçindeki Bitkiler</u>	<u>Kontrendikasyon ve Uyarılar</u>
Maurers ^R Kapsül	*Garoka meyve ekstresi (<i>Garcinia cambogia</i>) *Meyan kökü (<i>Glycyrrhiza glabra</i>) *Yeşil çay yaprağı (<i>Coffea arabica</i>) *Zencefil kök sapı (<i>Zingiber officinale</i>) *Buğday otu yaprağı (<i>Triticum aestivum</i>)	*Hamile olan, emziren ve ilaç kullanan kişilerin doktora danışarak kullanılması gerekmektedir.

<p>Coffee Slim^R Kapsül</p>	<p>*Ye il kahve (<i>Coffea arabica</i>) çekirde i ekstresi</p> <p>*Ahududu (<i>Rubus idaeus</i>)</p> <p>*Ye il çay (<i>Thea sinensis</i>)</p> <p>*Afrika mango tohumları (<i>Irvingia gabonensis</i>)</p> <p>*Yaban mersini meyve ekstresi (<i>Vaccinium myrtillus</i>)</p> <p>*Kırmızı biber (<i>Capsicum annuum</i>)</p> <p>*Hindiba kökü (<i>Taraxacum officinalis</i>)</p>	<p>*İçerisinde kafein bulunur. *Yemek ve/veya ilaç alerjisi olanlarda</p> <p>*Hamile ve emziren ki ilerin uzman sa lık danı manına sorarak kullanılması gerekmektedir.</p>
<p>Carbosilm^R Kapsül</p>	<p>*Ye il çay ekstresi (<i>Thea sinensis</i>)</p> <p>*White kidney bean extract (standardize <i>Phaseolus vulgaris</i> ekstresi)</p>	<p>*Yemek ve/veya ilaç alerjisi olan ki ilerin uzman sa lık danı manına sorarak kullanılması gerekmektedir.</p> <p>*Hamile ve emziren ki ilerin kullanımı uygun de ildir.</p>
<p>Health Aid Konjuge Lineloik Asit CLA^R Kapsül</p>	<p>*Aspir ya 1 (<i>Carthamus tinctorius</i>)</p>	<p>*Yemek yerine kullanılmaz</p>
<p>Garcia Slim^R Tablet</p>	<p>*<i>Garcinia cambogia</i></p> <p>*Zencefil kökü ekstresi (<i>Zingiber officinale</i>)</p>	<p>*Hamile ve emziren kadınlarda</p> <p>*İlaç kullananlar</p>
<p>Dr. Organic^R Krem</p>	<p>*(<i>Aloe vera</i>)</p> <p>*Argan ya 1 (<i>Argania spinosa</i>)</p> <p>*Avakado ya 1 (<i>Persea americana</i>)</p> <p>*Kırmızı yonca (<i>Trifolium pratense</i>)</p> <p>*Limon (<i>Citrus limonum</i>)</p>	<p>*Ciltte hassasiyet, alerji veya de i iklik görülürse kullanımın bırakılması gerekmektedir</p> <p>* ç kullanımı yoktur</p> <p>*Göze temas edilmez</p> <p>*Açık veya irite edilmi cilde Kullanılmaz</p> <p>*Hayvanlarda kullanılmaz</p> <p>*Çocuklardan uzak tutulması gerekir</p>

	<p>*Sardunya (<i>Pelargonium graveolens</i>)</p> <p>*Shea ya 1 (<i>Vitellaria paradoxa</i>)</p> <p>*Turunç uçucu ya 1 (<i>Citrus aurantium</i> var. <i>amara</i>)</p> <p>*Sandal a acı (<i>Santalum album</i>)</p>	
<p>Bodylean^R Tablet ve Kapsül</p>	<p>*Ye il çay (<i>Thea sinensis</i>)</p>	<p>*16 ya ve üzeri yeti kinler kullanabilir</p> <p>*İlaç kullanan ki ilerde doktoru tarafından uygunlu u control edilmesi gerek</p> <p>*Hamile ve emziren annelerin kullanmaması gerekmektedir.</p> <p>*Son kullanım tarihi geçtikten sonra kullanılmaz</p> <p>*Gıda olarak tüketilmemelidir</p>
<p>Elancyl^R Jel</p>	<p>*Duvar sarma 1 1 ekstresi (<i>Hedera helix</i>)</p>	-
<p>GNC Apple Cider Vinegar^R Tablet</p>	<p>*Elma arap sirkesi (<i>Malus communis</i>)</p> <p>*Kırmızı biber meyve tozu (<i>Capsicum annuum</i>)</p> <p>*Zencefil kökü tozu (<i>Zingiber officinale</i>)</p> <p>*<i>Garcinia cambogia</i></p>	<p>*Kullanmadan önce uzman ki iye danı ılmalı</p> <p>*Ameliyattan iki hafta önce bırakılması gerekir</p> <p>*Hamile ve emziren ler</p> <p>*ilaç kullananlar</p> <p>*Çocuklardan uzak tutulmalı</p>
<p>Diyetmax^R Transdermal Bant</p>	<p>*Hoodia (<i>Hoodia gordonii</i>)</p>	<p>Doktora sorularak kullanılması gerekenler;</p> <p>*Hamileler ve emzir anneler</p> <p>* eker hastaları</p> <p>*Kan ekeri dü ük olanlar</p> <p>*Kalp ve troid problemi olanlar</p> <p>*Glikoz alerjisi olanlar</p> <p>*18 ya ın altında olanlar</p>

Cider Trim ^K Kapsül	*Kuru elma sirkesi (<i>Malus communis</i>) *Soya yağı (<i>Glycine max</i>)	*16 yaşından küçükler kullanamaz *Günlük dozu uzman kişiye sorularak tüketilmelidir. *Soya karışımlı alerjisi olanlar kullanamaz *Gıda yerine tüketilmemelidir
Gauranax ^K Kapsül	*Soya yağı (<i>Glycine max</i>) *Guarana tohum tozu (<i>Paullinia cupana</i>)	*Kısa dönem kullanılması tavsiye edilir *Kullanılmadan önce doktora danışılması gerek *İlaç kullanılıyorsa *Yüksek tansiyonu olan kişilerde *Soya ve kafein içermektedir
Safflower Oil ^K Yumuşak Kapsül	*Aspirin yağı (<i>Carthamus tinctorius</i>)	*Uygun doz için doktora danışılmalıdır *Bu ürün hazırlanmaya başlamadan önce ekipmanlar fındık vb. Ürünler içinde kullanılmıyordur
Obesimed Forte ^K Kapsül	*Patates niastası (<i>Amylum solani</i>)	*VKI 28'den büyük olanlar Maksimum 6 kapsül alınabilir. Doz için uzmana danışılmalıdır. *30 günden fazla süre kullanılmamaz *Çocuklar kullanamaz *Çiğnenmez, su ile yutulur.
Siber Silm ^K Kapsül	*Yeşil Çay Ekstresi (<i>Thea sinensis</i>) *Guarana ekstresi (<i>Paullinia cupana</i>) *Zencefil ekstresi (<i>Zingiber officinale</i>) *Sibirya ginsengi (<i>Eleutherococcus senticosus</i>) *Beyaz Fasulye (<i>Phaseolus vulgaris</i>)	*Gıda takviyeleri diyet yerine kullanılmamalıdır *16 yaşından küçükler için kullanılamaz *Günlük kullanımı, uzman kişiye danışılmadan artırılmamalıdır

<p>Green Coffee Bean^R Kapsül</p>	<p>*Ye il kahve çekirde i ekstresi (<i>Coffea canephora robusta</i>)</p>	<p>*Bu ürün kafein içermektedir *Gıda takviyeleri diyet yerine kullanılmamalıdır *18 ya ından küçükler için kullanılamaz *Günlük kullanımı uzman ki iye danı madan artırılmamalıdır</p>
<p>Cellusite^R Tablet</p>	<p>*Karı ık meyveler (ku üzümü (<i>Vitis vinifera</i>), bö ürtlen (<i>Rubus fruticosus</i>), yaban mersini (<i>Vaccinium myrtillus</i>) ve tatlı kiraz (<i>Prunus avium</i>) *Turunçgil (<i>Citrus spp.</i>) *Ardıç meyvesi (<i>Juniperus communis</i>) *Soya fasulye leksitini (<i>Glycine max</i>) *Ginkgo biloba ekstresi *Kırmızı biber ekstresi (<i>Capsicum annuum</i>) *Ye il çay (<i>Thea sinensis</i>)</p>	<p>*Bu ürün kafein ve soya içermektedir *Gıda takviyeleri diyet yerine kullanılmamalıdır *16 ya ından küçükler için kullanılamaz *Hamile olan veya hamile kalmayı dü ünen ve ilaç kullanımı olan ki ilerin bu ürünü kullanmadan önce uzmana danı ması gerekmektedir</p>
<p>Chitosan Complex^R Kapsül</p>	<p>*Gurmar ekstresi (<i>Gymnema sylvestre</i>) Chitosan</p>	<p>*Bu ürün kabuklu ürün içermektedir *Gıda takviyeleri diyet yerine kullanılmamalıdır *16 ya ından küçükler için kullanılamaz</p>
<p>Lipomagnet^R Suda eriyen Tablet</p>	<p>*Ye il çay (<i>Thea sinensis</i>) *Guarana (<i>Paullinia cupana</i>) Chitosan</p>	<p>*Deniz kabuklarına alerjisi olanlar doktoruna danı madan kullanmamalı</p>

<p>Aquaflow^R Tablet</p>	<p>*Ardıç (<i>Juniperus communis</i>)</p> <p>*Maydanoz (<i>Petroselinum crispum</i>)</p> <p>*Yaban mersini (<i>Vaccinium myrtillus</i>)</p> <p>* Turunçgil (<i>Citrus spp.</i>)</p>	<p>*Gıda takviyeleri diyet yerine kullanılmamalıdır</p> <p>*16 ya ından küçükler kullanamaz</p> <p>*Hamile ve emziren anneler kullanamaz</p> <p>*İlaç kullananlar kullanamaz</p>
<p>Colonase Plus^R Kapsül</p>	<p>*Aloe (<i>Aloe vera</i>)</p> <p>*Nane ya ı (<i>Mentha piperita</i>)</p> <p>*Maydanoz tohumu ya ı (<i>Petroselinum crispum</i>)</p> <p>*Adaçayı ya ı (<i>Salvia officinalis</i>)</p> <p>*Soya fasulyesi ya ı (<i>Glycine max</i>)</p>	<p>*Bu ürün soya içermektedir</p> <p>*Gıda takviyeleri diyet yerine kullanılmamalıdır</p> <p>*12 ya ın altındakiler kullanamaz</p> <p>*İlaç kullanıyorsanız ve herhangi bir sa lık sorunuz var ise doktorunuza danı arak kullanılması gerek</p>
<p>Safe Slimmer^R Tablet</p>	<p>*Fasulye özü (<i>Phaseolus vulgaris</i>)</p>	<p>*30 günlük kullanımdan sonra 3-5 hafta ara verilmesi gerekmektedir</p> <p>*Diayabet ve di er önemli sa lık sorunu yaayan hastaların doktor danı arak kullanması gerekmektedir</p> <p>*Fasulye özü içerdinden bu druma kar ı duyarlılı ı olan kişiler kullanmaması gerekmektedir</p> <p>*Hamile ve emziren annelerin kullanmaması gerekir</p> <p>*Normal kilonun altındakiler kullanmamalı</p>

4.1.2. Eczanelerde Bulunan Zayıflama Çayları

K.K.T.C. de eczanelerde zayıflama amaçlı satılan tıbbi çaylar; tek bitki, karışım form çayları olmak üzere 25 adet olarak belirlenmiştir. İçerisinde en çok kullanılan 8 adet çayın etiket bilgilerine dayanarak bu çayların bileşimine en fazla giren ilaçlar belirlenmiştir. Ürünlerde yer alan bitkilerin laksatif, diüretik, terlemeyi artırıcı, safra artırıcı, sindirim sistemi uyarıcısı ve gaz giderici etkileri olduğu ve bu nedenlerle kilo vermeye yardımcı olarak kullanıldıkları belirlenmiştir. Buna göre çaylarda en çok bulunan bitkiler sırasıyla *Foeniculum vulgare*, *Glycyrrhiza glabra*, *Cassia angustifolia*, *Mentha piperita*, *Urtica dioica*, *Panax ginseng*, *Citrus sinensis* olarak belirlenmiştir. Sonuçlar, bu çayların bileşimine en fazla giren ilaçun laksatif etki amacı ile kullanılan sinameki yaprağı olduğunu göstermiştir. Sinameki yaprağını sırası ile meyan kökü, ısırgan yaprağı, rezene meyvesi ve biberiye yaprağının izlediği görülmektedir.

Tablo 2. K.K.T.C. Eczanelerinde En Çok Satılan Zayıflama Çaylarının Bileşimi ve Paket Bilgileri

<u>Ürün Adı</u>	<u>Kullanım Önerisi</u>	<u>İçindeki Bitkiler</u>	<u>Kontrendikasyon ve uyarılar</u>
Nova teatox ^R	Gündüz ve gece çayları bulunmaktadır. Gündüz çayını her sabah 1 adet ve gece çayını ise 2 günde bir adet içilmesi gerekmektedir.	<u>Gündüz çayı:</u> *Oolong *Mate *Zencefil *Rezene *Limon *Karahindiba *Gotu kola *Isırgan otu <u>Gece çayı:</u> *Sinameki *Nane yaprağı *Çemen otu *Meyan kökü *Dulavrat otu *Alıç yaprağı *Kedi otu kökü *Karnıyarık otu	*Hamile ve emziren annelerin kullanmaması gerekmektedir. * İçerisinde bulunan bitkilere karşı alerjisi olan kişilerin de kullanmaması gerekmektedir.

Günvit Form Bitki Çayı^R	-	*Sinameki yapra 1 *Rezene meyvesi *Ku burnu meyvesi *Kantaron otu *Isırgan yapra 1 *Civanperçemi *Anason meyvesi *Kayın a acı meyvesi *Ahududu yapra 1 *Ardıç a acı meyvesi	Bilgi ve uyarı yok.
Herbal Slimming Tea^R Limon-Ihlamur	Yemekten 15 dk önce veya yemek esnasından içilmesi gerekmektedir.	*Ye il çay yapra 1 *Limon *Ihlamur *Sinameki *Meyan kökü	*Hamile ve emzirenler *İlaç kullananlar *Ameliyat olacak olanlar
Herbal Slimming Tea^R Limon-Bal	Yemekten 15 dk önce veya yemek esnasından içilmesi gerekmektedir.	*Sinameki *Ebegümeçi yapra 1 *Meyan kökü *Do al bal ve limon aroması * Ginseng kökü	*Hamile ve emzirenler *İlaç kullananlar *Ameliyat olacak olanlar
Herbal Slimming Tea^R eftali-Kayısı	Yemekten 15 dk önce veya yemek esnasından içilmesi gerekmektedir.	*Sinameki *Ebegümeçi yapra 1 *Meyan kökü *Do al eftali, kayısı ve portakal aroması * Ginseng kökü	*Hamile ve emzirenler *İlaç kullananlar *Ameliyat olacak olanlar
Herbal Slimming Tea^R Yaban Mersini ve Ahududu	Yemekten 15 dk önce veya yemek esnasından içilmesi gerekmektedir.	*Sinameki *Ebegümeçi yapra 1 *Meyan kökü *Do al ve yapay Yaban mersini *Ahududu aroması * Ginseng kökü	*Hamile ve emzirenler *İlaç kullananlar *ameliyat olacak olanlar
Herbal Slimming Tea^R Portokal Baharatı	Yemekten 15 dk önce veya yemek esnasından içilmesi gerekmektedir.	*Sinameki *Ebegümeçi yapra 1 *Meyan kökü *Do al portakal aroması * Ginseng kökü	*Hamile ve emziren ler *İlaç kullananlar *ameliyat olacak olanlar
Herbal Slimming Tea^R Nane	Yemekten 15 dakika önce veya yemek esnasında içilmelidir	*Ebegümeçi *Sinameki *Kore ginseng kökü *Meyan kökü *Nane yapra 1	*Hamile ve emziren ler *İlaç kullananlar *Ameliyat olacak olanlar

Herbal Slimming Tea^R Ye il Çay	Yemekten 15 dakika önce veya yemek esnasında içimeli	*Ye il çay yapra ı *Sinameki yapra ı *Meyan kökü *Do al limon *Ihlamur aroması	Kullanmadan önce doktora danı ılması gereken ko ullar; *Hamile ve emziren kadınlar *Ameliyat olacaklar *İlaç kullananlar *Kullanımında herhangi bir reaksiyon ile kar ıla ıldı ında
---	--	--	---

4.2.Bitkisel Zayıflama Ürünlerin Bile imine Giren Önemli Bitkiler

K.K.T.C. Eczanelerindeki zayıflama çaylarının bile iminde en fazla yer alan bitkisel droglar incelendi inde pek ço unun ilaç formundaki zayıflama ürünlerinin de bile imine girdi i de görülmektedir. K.K.T.C. deki zayıflama çaylarının bile iminde en çok yer alan bitkiler/droglar ile ilgili ESCOP, EMA-HMPC vb kaynaklardan ara tırılan bilgiler Tablo 3 de özetlenmi tir.

Tablo 3. K.K.T.C. Eczanelerindeki Zayıflama Çaylarının Bile iminde En Fazla Yeralan Bitkiler / Droglar

Bitki adı Latince Türkçe Familiya adı	Drog adı Latince Türkçe	Fitokimyasal içeri i	Kullanı ı
<i>Cassia angustifolia</i> Sinameki (Fabaceae)	<i>Sennae folium</i> Sinameki yapra ı	Sennozit A,B,C,D, Reçine Müsilaj	Laksatif, Safra preperatları terkibinde
<i>Citrus limon</i> Limon (Rutaceae)	<i>Citrus x limonum</i> Limon meyvesi	Sitral, Limonen olan uçucu ya Flaavonoid bile ikler	Anti-anemik, Terletici, Diüretik, Antiseptik, Antiromatizmal, Tonik, Hipotansif
<i>Citrus sinensis</i> Portakal (Rutaceae)	<i>Auranti pericarpium</i> Portakal kabu u	Uçucu ya , Flavedo, Biyoflavonoidler	tah artırıcı, Antioksidan, Antidiyabetik
<i>Foeniculum vulgare</i> Rezene (Apiaceae)	<i>Foeniculi fructus</i> Rezene meyvesi	Uçucu ya (anetol, fenkon, östragol), Organik asitler (sitrik asitler, malik, okzalit asit)	Dispesik ikayetler, Gaz i kinlik, So uk algnlı ı – Öksürük vb. ikayetler, Spazmolitik, Körminetif

<i>Glycyrrhiza glabra</i> Meyan (Fabaceae)	<i>Ligustrum radix</i> Meyan kökü	Triterpenik Saponinler (glisiretik Asit türevleri, glisirizin), Flavonon, Kalkon türevleri	Ekspektoran, Antitussif, Antibakteriyal Antiviral, Antiülser, Antiflojistik, spazmolitik
<i>Mentha piperita</i> Nane (Lamiaceae)	<i>Mentha folium</i> Nane yaprağı	Triterpen saponinler (ginsenositler)	Mide bulantılarını giderici, Korrigent, Antibakteriyel, Spazmolitik, Kolagog, Karminatif
<i>Panax ginseng</i> Ginseng (Araliaceae)	<i>Ginseng radix</i> Ginseng	Triterpen saponinler (ginsenositler)	Bağımsız sistemini güçlendirici, Adaptogen, Antifatik
<i>Urtica dioica</i> Isırgan (Urticaceae)	<i>Urticae folium</i> Isırgan yaprağı	Flavonoid bileşikler (kersetin vb.), Polifenoller, Mineral tuzlar, Formik, fumarik vb. asitler, Histamin	İdrar yolları irritasyonları (böbrek kumu), Antioksidan, Analjezik (analjezik)

4.2.1. Zayıflama Çaylarında En Yaygın Bulunan Bitkilerin Monografıları

***Foeniculum vulgare* M.**

Türkçe ismi: Rezene

Latince ismi: Fennel

Drog Adı: *Foeniculi fructus*

Familyası: Apiaceae

Kullanılan Kısımları: Olgun meyve, tohum yaprak ve kök

Kimyasal İçerik: Yüksek oranda uçucu yağ (anetol, fenkon, estragol, α -pinen, limonen, β -pinen, β -mirisin, p -simen).

Etki ve Kullanılı ı: Midevi, gaz söktürücü, kökleri diüretik, uçucu ya ı düz kaslar üzerine spazmolitik, sekretomotorik etkilidir. i kinlik, gaz ve hazımsızlık gibi dispeptik ikayetler, gastrointestinal rahatsızlıklar, nezle ve grip semptomlarında kullanılmaktadır.

Dozaj: 7.5 g drog/gün olarak verilmektedir. Yeti kinler ve 10 ya ı üzeri çocuklar günde 5-7 g, 4-10 ya ı arası çocuklar 4-6 g, 1-4 ya ı arası çocuklar 3- 5 g, 0-4 ya ı arası çocuklar ise 2-4 g drogdan hazırlanmı infüzyonlar ekinde kullanmalıdır (Çubukçu, et. al., 2002).

Kayıtlı oldu u Farmakope ve Monograflar

- Alman Farmakopesi
- ngiliz Farmakopesi
- Avrupa Farmakopesi
- sviçre Farmakopesi
- Çin Farmakopesi
- ESCOP Monografları
- Fransız Farmakopesi
- Komisyon E Monografları
- ngiliz Bitki Farmakopesi
- PDR Bitki Monografları

Avrupa Farmakopesi'ne göre; Acı rezene, *Foeniculum vulgare* Miller subsp. *vulgare* var. *vulgare* bitkisinin kurutulmu meyveleridir. Bunlar %4 (h/a)'den az miktarda uçucu ya içermemelidir. Bu ya da %60'dan az anetol ve %15'den az oranda fenkon olmamalıdır. Tatlı rezene, *Foeniculum vulgare* Miller subsp. *vulgare* var. *dulce* Thellung bitkisinin kurutulmu meyveleridir. %2'den daha az uçucu ya içermemelidir ve içindeki anetol oranı en az % 80 olmalıdır (Baytop, 1999).

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: Anetol'e duyarlılı ı olan ki ilerde kullanılmamalıdır (ESCOP Monographs, 2003). Anetol'ün a ırı kullanımı konvülziyona neden olabilece i için epileptik hastalarda kullanılmamalıdır (Skalli ve Bencheikh, 2011). Anetol'e duyarlılı ı olan ki ilerde kullanılmamalıdır (ESCOP Monographs, 2003). Umbelliferae (Apiaceae) ve Compositae (Asteraceae) familyalarında bulunan bitkilere duyarlılı ı olan ki iler rezene kullanmaktan kaçınmalıdır.

Etkileşimler: Rezenenin sulu ekstresinin siprofloksasin'in absorpsiyonu, dağınıklık ve eliminasyonu üzerinde etkisi olduğu görülmüştür. Bu etkilerin oldukça lipofil olan siprofloksasin'in rezenedeki metal iyonları ile etkileşmesi nedeniyle olabileceği bildirilmiştir. Bu nedenle siprofloksasin ile rezenenin birlikte kullanımı sırasında siprofloksasin'den beklenen etkinin sağlanabilmesi için yeterli doz ayarlaması gerektiği belirlenmiştir (Zhu et. al., 1999).

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Önerilen dozlarda kullanılmasında sakınca yoktur.

Doz Aşımı: Toksik etki bildirilmemektedir.

Glycyrrhiza glabra L. :

Türkçe ismi: Meyan

İngilizce ismi: Licorice

Drog adı: Liquiritiae radix

Familyası: Fabaceae

Kullanım kısımları: Kökü ve stolonları

Kimyasal yapı: Niastin, kumarin, zamk, rezin, flavon türevleri ve glisirizin içerir. Glisirizin, glikozit yapısında bir bileşik olup kumardan 50 kat daha tatlıdır.

Etki ve Kullanımı: Ekspektoran, diüretik ve korrigen olarak kullanılır. Gastrit ve mide ülserlerinde, peptik ülser profilaksisinde ve tedavisinde antiflojistik ve spazmolitik etkilidir. Glycyrrhizin asit antiflojistik aktiviteye sahiptir. Spazmolitik etki, içerdiği flavonoidlerden meydana gelmektedir.

Dozaj: Tozu 0.5-1 g'lık tabletler halinde günde birkaç kez, infüzyon veya dekoksasyonu ise günde 2-3 bardak içilir.

Kayıtlı olduğu Farmakope:

- Afrika Farmakopesi
- Avrupa Farmakopesi
- Çin Farmakopesi
- Endonezya Farmakopesi
- Hint Farmasötik Kodeksi
- İngiliz Farmakopesi

- Japon Farmakopesi
- Macar Farmakopesi

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: Glisirizin mineral okortikoid aktiviteye sahip olması nedeniyle, yüksek dozlarda uzun süre alınması halinde vücuttaki k iyonlarının artmasına sebep olur ve Na-K dengesi bozulur. Buna ba lı olarak Na iyonu konsantrasyonu ve su miktarı artar, diürez azalır. Hipokalemi sonucu kas kasılmasında anormallik, hiponatremi, ödem, ba a rısı, hipertansiyon ve kardiyak bozukluk görülür. K kaybıyla *Digitalis* glikozitlerine hassasiyet artar. Meyan preparatlarının 4-6 haftadan fazla alınmaması gerekir. Kullanım sırasında potasyumca zengin gıdalar alınmalıdır. Böbrek ve karaci er rahatsızlıkları, hipertansiyon, potasyum yetersizli i ve kortikoid kullananlara verilmemelidir (ESCOP, 2003; Demirezer, 2007).

Etkile imler: Potasyum kaybına neden olan di er ilaçlarla (Tia-zid diüretikleri vb) kullanıldı nda etkilerini iddetlendirebilir. Potasyum kaybına neden oldu undan kalp glikozitlerine duyarlılık artar. Sodyum tutulmasına neden oldu u için hipertansiyonda kullanılan ilaçların etkisini azaltabilir. Spironolakton, triamteren ve amiloridle birlikte kullanılmalıdır. Glisirizik asit plazma atılımını azalttı ı için hidrokortizonun deri üzerindeki etkisi artar. Meyan aspirin ile ve kortikosteroidler ile de etkile ebilmektedir.

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Hamilelik durumlarında kullanılmamalı.

***Cassia angustifolia* Vahl.**

***Cassia senna* L.**

Türkçe adı: Sinameki

ngilizce adı: Senna

Drog adı: Sennae folium

Familya: Fabaceae

Kullanılan Kısımları: Yaprakları

Kimyasal çerik: Sinameki yaprakları %2.5-3.5 antrasen türevleri (ba lıca sennozid A, A1 ve B, daha az C ve D); naftalen türevleri (*Cassia senna*, %0.85 6-hidroksimizin glukozit, *Cassia angustifolia* %0.3 tinnevelin-6-glukozit) ta ır. Serbest olarak %0.05-0.10 rein ile bunun yanında az miktarda krizofanol, aloe-emodin, %10 müsilaj ve flavonoitler (kemferol türevleri) bulunur.

Etki ve Kullanılı ı: Kalın ba ırsak etkili müshildir ve kabızlı a kar ı kullanılır. Dahilen, ay olarak kullanılmak üzere hazırlanmı , küçük parçalara ayrılıımı bitki yaprakları, tozu ve kuru ekstresi, dekoksiyon, so uk maserasyon veya eliksiri, sıvı ya da katı formları müshil olarak kullanılır. Haricen kullanılmamaktadır.

Doz A ımı: Ana semptomlar diyare, sıvı ve elektrolit kaybıdır. Barsak kanamaları ve barsak tembelle ine yol açabilir. Sıvı ve elektrolit kaybı, fazla oranda sıvı ve gerekli elektrolitlerin, özellikle de potasyumun alınmasıyla yerine konabilmektedir.

Toksisite: Drogdan hazırlanan ekstreler in vitro olarak mutajeniktoksisite göstermi tir. Saf glikozitlerden Sennozid A ve Sennozid B ile yapılan in vivo çalı malarda ise mutajenite tespit edilmemi tir. Bu alı mada %1.4-3.5 oranında antranoit ta ıyan örnekler kullanılmı tır.

Karsinojenite testleri ise, %40.8 oranında antranoit içeren sennozid fraksiyonları ile yapılmı tır. Test alı maları 104 hafta boyunca sıçanlarda yapılmı ve tümörlerde büyüme saptanmamı tır (Demirezer, 2007).

Kayıtlı oldu u Farmakope ve Monograflar

- A.B.D. Farmakopesi
- sviçre Farmakopesi
- Alman Farmakopesi
- Japon Farmakopesi
- Avrupa Farmakopesi
- ESCOP Monografları
- Fransız Farmakopesi
- Komisyon E Monografları
- ngiliz Farmakopesi
- PDR Bitki Monografları
- WHO Monografları

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: Ba ırsak tembelle i ve tıkanıklıklarında veya enflamasyonlu ba ırsak hastalıklarında, nedeni belli olmayan karın a rılarında, elektrolit eksikliği inde ve apandisit sorunu olanlarda kullanılmamalıdır.

Sinameki, kolit ve kramp gibi hafif karın a rılarına sebep olur. Uzun süreli veya a ırı dozda laksatif kullanımı, su kaybı ve elektrolit dengesizli ine neden olabilir. Metabolik asidozis ya da alkalozis, malabsorbsiyon, kilo kaybı, albümin üri ve hematüriye sebep olabilir. Yeti kin

hastalarda laksatif stimulanların sürekli kullanımında halsizlik ve ortostatik hipotansiyon görülebilir. Sınamedeki yapraklarının kronik kullanımında, kolon anatomisinde de i iklikler ve katartik kolon görülebilir. Bunun sonucunda emici tabakalarda azalma olur ve buna ba lı sinir kaybı yada kolon kaslarında hasar olu abilir. Antrasen türevlerinin uzun süreli kullanımını takiben kolonda karsinojenik etki gösterip göstermedi i konusu henüz açıklı a kavu turulamamı tır.

Etkile imler:Barsaklardan geçi zamanının kısa olması, drogun oral alımındaki absorbsiyonu azaltabilir. Sınamedeki alımı sonucu olu an potasyum kaybının artması, kardiyotonik glikozitlerin etkilerini artırır. Uzun süreli laksatif kullanımı sonucundan olu an hipokalemi, potasyum kanallarını etkileyerek sinüs ritmini de i tiren kinidin gibi antiaritmik ilaçların etkisini artırabilir. Tiyazit grubu diüretikler, kortikosteroitler ve meyan kökü gibi hipokalemiye neden olan ilaç ve bitkiler ile birlikte kullanılması elektrolit dengesizli ini artırabilir.

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Teratojenik etkisi olabilece i için hamilelikte ve emzirme döneminde kullanılmamalıdır. Emzirmede, eser miktarda aktif metabolitlerin süte geçti i saptanmı tır

Mentha piperita L.

Türkçe ismi: Nane

ngilizce ismi: Peppermint

Drog adı: Menthae piperitae folium

Familyası: Lamiaceae

Kullanım kısımları: Yaprak ve çiçekli toprak üstü kısımlarının distilasyonu ile elde edilen uçucu ya ı

Kimyasal çerik: Rezin, tanen ve %0.5-1 oranında uçucu ya ı ta ımaktadır.

Uçucu ya ı miktarı ırka ve yeti me ko ullarına göre büyük de i iklikler göstermektedir. Anadolu kökenli bitkinin kurutulmu dal ve yapraklarında %0.51 uçucu ya ı bulundu u gösterilmi tir. stanbul civarında yeti en bitkilerin taze yapraklarında %0.8, kurutulmu yapraklarında ise %3.25 uçucu ya ı bulundu u saptanmı tır. Uçucu ya ı içinde terpenler, %40-60 oranında serbest ve ester halinde mentol ve %8-10 oranında menton ve mentofuran bulunmaktadır (Saraço lu ve Ergun, 2006).

Dozaj: % 4-5'lik infüzyon sabah ve ak am birer bardak, nane suyu ise günde 20- 80 gr alınır.

Kayıtlı oldu u farmakope ve monograflar:

- Avrupa Farmakopesi
- Fransız farmakopesi
- Hint Farmakopesi
- İngilizFarmakopesi
- Türk Farmakopesi
- Amerika Birle ik Devletleri Ulusal Formüleri
- ESCOP Monografları
- Komisyon E monografları

Etki ve Kullanılı ı: Özellikle sinirsel kökenli mide bulantılarını kesici, pürгатif, korriген, antibakteriyel, spazmolitik, kolagog ve karminatif olarak kullanılmaktadır.

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar:: Mentol, hassas ki ilerde allerji yapabilir, mentol allerjisi olanlar kullanmamalıdır. Ayrıca, Gastrointestinal sistem veya safra kesesi iltihaplı hastalar tarafından veya karaci er fonksiyonlarında bozulma bulunan hastalar tarafından dahili olarak kullanılmamalıdır.

Safra ta 1, safra yolları ve karaci er rahatsızlıkları olanlar dikkatli kullanılmalıdır.

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Herhangi bir bilgi bulunmamaktadır.

Urtica dioica L.

Türkçe Adı: Isırgan

ngilizce Adı: Nettle, Coomon nettle, Great stinging nettle

Drog Adı: Urticae folium, Urticae herba.

Familya: Urticaceae

Kullanılan Kısımları: Yaprakları, toprak üstü kısımları, kök ve tohumları

Kimyasal çerik: Toprak üstü kısımları %20 mineral tuzlar, özellikle kalsiyum, potasyum, silikon (% 0. 9-1. 8) ve nitratlar; aminler asetilkolin, betain, kolin, histamin, seratonin (%0. 02), lesitin; kolin asetiltransferaz; kafeoilmalik asit (%1. 6), kafeik ve klorojenik asit, kersetin, izokersitrin, rutin, kemferol ve izoramnetin gibi flavonoitler; asetik, butirik, sitrik,

formik ve fumarik asitler; karotenoitler (-karoten, likopen); lökotrienler; steroller (-sitosterol); uçucu yağlar (%38.5 ketonlar, % 14.7 esterler, % 2 serbest alkoller); vitamin A, B2, C, K, folik asit, pantotenik asit gibi maddeleri içermektedir.

Kök kısımlarında ise steroller, fenilpropanlar, lignanlar, polifenoller, tanenler, monoterpendioller, polisakkaritler, yağ asitleri ve *Urtica dioica* aglutininleri de denilen lektinleri bulunmuştur.

Dozaj: Toprak üstü kısımları (herba) olarak günde 8-12 gr. günde, kök kısmı 4-6 gr. günde (Demirezer, 2007).

Kayıtlı Olduğu Farmakope Ve Monograflar

- Alman Farmakopesi
- İngiliz Bitki Farmakopesi
- Hint Ayurvedik Farmakopesi
- İsviçre Farmakopesi
- ESCOP Monografları
- Komisyon E Monograflar

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: Kalp ve böbrek rahatsızlıklarından dolayı olan ödemlerde kullanılmamalıdır. 12 yaşın altındaki çocuklarda kullanılmamalıdır.

Dahilen kullanımda nadiren alerjik reaksiyonlar, ödem, oliguri ve gastrik irritasyon görülebilir. Haricen ısırgan ile temas edildiğinde 5 dk. içinde ortaya çıkan bir ürtiker görülür (Aronson, 2009).

Etkilemler: Antioksidan, antimikrobiyal, antiülser, analjezik, immünostimülan, hipotansif, hipoglisemi antiinflamatuvar ve antiromatizmal etkiler ile iyicil prostat hipertrofisinde yararlı etkileri tespit edilmiştir (114, 116). Uriner sistem hastalıklarında antiinflamatuvar, böbrek taşı önleyici ve tedavi edici olarak kullanılır. Ayrıca romatizmal hastalıklarda da destekleyici olarak kullanılmaktadır. Hipoglisemik etkisi nedeniyle topraküstü kısımlarından elde edilen çay diyabette kullanılır. Köklerin tek başına veya Sabalserrulata (Sawpalmetto) ekstresi ile kombinasyonları halinde iyicil prostat hipertrofisinde kullanımı yaygın olarak bilinmektedir.

Hamilelik ve Laktasyona Kullanımı: Gebelik sırasında ve emziren annelerde kullanılmamalıdır.

Panax ginseng C.A.Mayer

Türkçe adı: Ginseng

İngilizce adı: Asean ginseng, Korean ginseng

Drog adı: *Ginseng radix*

Familyası: Araliaceae

Kullanım Kısımları: Kökleri

Kimyasal içerik: Bitkinin kimyasal bileşimini dammaran yapısında triterpensaponinler oluşturur. Oleannolik asit yapısında olanlara da rastlanır (ginsenositRo). Dammara yapısındaki saponinler protopanaksadiol veya protopanaksatriol türevleridir. Protopanaksadiol ginsenositlerden Ra1, Ra2, Ra3, Rb1, Rb2, Rb3, Rc, Rc2, Rd2, Rh2, (20S)-ginsenosit Rg3 ve malonilginsenositler Rb1, Rb2, Rc ve Rd saptanmıştır. Bunların içerisinde en önemli ginsenositler Rb1, Rb2, Rc, Rd, Rf, Rg1 ve Rg2'dir. En fazla bulunanları ise Rb1, Rb2, ve Rg1'dir.

Dozaj: Oral kullanımı mevcuttur. *Panax ginseng* kök ekstresi içerisindeki ginsenositlere göre standardize edilmiş preparatlar ile yapılmış yeterli ara tırma yoktur. Geleneksel olarak günlük 0.5-2 g. kök tozu a e de er *Panax ginseng* ekstreleri önerilmektedir (ESCOP Monographs, 2003)

Kayıtlı olduğu farmakope ve Monograflar:

- A.B.D. Farmakopesi
- Alman Farmakopesi
- Avrupa Farmakopesi
- Avusturya Farmakopesi
- Çek Farmakopesi
- Çin Farmakopesi
- Fransız Farmakopesi
- İngiliz Bitki Farmakopesi
- İsviçre Farmakopesi
- Japon Farmakopesi
- Rus Farmakopesi
- ESCOP Monografları
- Komisyon E Monografları
- PDR Bitki Monografları
- WHO Monografları

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: Herhangi bir kayıt bulunmamaktadır (ESCOP Monographs, 2003). *Panax ginseng* ginsenozitleri, hiperglisemik bireylerden kan glukoz seviyelerinde düme oluturabilece i için diyabetik ki ilerin doktor kontrolünde kullanmaları önerilir (ESCOP Monographs, 2003). Trombosit agregasyonunu geri dönü ümsüz inhale edebildi i için majör cerrahi giri imlerden en az 7 gün önce kullanıma ara verilmesi gerekmektedir (Ang-Lee, 2001, Demirezer, 2007).

Etkile imler: *Panax ginseng* ginsenozitlerinin monoaminooksidaz (MAO) inhibitörü olan fenelzepin ile beraber kullanımı, mani benzeri semptomlara neden olabilir. Yüksek miktarda kafein ile birlikte kullanımı, hipertansiyona yol açabilir ve kan alkol konsantrasyonunu dü ürebilir. Warfarin ile birlikte alındı ında warfarin'in etkisinin azalmasına ve INR de erinin dü mesine yol açmaktadır. Grip a ısı ile birlikte kullanımı grip veya so uk algınlı ı sıklı ının azalmasına, do al öldürücü hücrelerin aktivitelerinin artmasına yol açmı tır (ESCOP Monographs, 2003).

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Genel tıp prati i do rultusunda gebelikte ve emzirme döneminde doktor tarafından önerilmedikçe kullanılmaması gerekmektedir (ESCOP Monographs, 2003).

Citrus sinensis L. (Osbeck)

(Synonym: *Citrus aurantium* var. *sinensis*; *Citrus aurantium* var. *dulce*)

Türkçe adı: Portakal

ngilizce adı: Sweet orange

Drog adı: *Citri pericarpium* (*Aurantii pericarpium*)

Familyası: Rutaceae

Kullanım Kısımları: Meyve kabu u ve çiçekler

Kimyasal çerikler: Meyve kabu u (*Pericarpium aurantii*) ve çiçekler uçucu ya içerirler. Uçucu ya ın bile iminde; Sitral, sitronellal, dekanal, oktanal ve az miktarda neril asetat vb gibi aldehitler bulunmaktadır. Portakal kabu unun flavedo kısmında uçucu ya ın yanında biyoflavonoidler, karotenoidler, albedo kısmında pektin , meyvenin yenen kısmı olan endokarpın etlenmi tüylerinde de vitamin C, A, B ve kalsiyum, manganez, fosfor, potasyum, çinko, do al eker vb bulunmaktadır.

Dozaj: Poratakal kabu u, 10-15 g/gün

Kayıtlı Oldu u Farmakope ve Monograflar

Avrupa Farmakopesi

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: Tatlı portakal genellikle toksik de ildir, ancak kabu un yenmesi sonrasında bazı zehirlenme vakaları vardır. Uçucu ya , cildi tahri edebilir ve alerjik reaksiyona neden olabilir. Cilde do rudan/seyreltilmeden kullanımında ciltte iritasyon ve allerjilere yol açabilmektedir (Janicke, 2003).

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Hamile kadınlar tarafından kullanılmamalıdır.

***Citrus limon* (L.) Burm**

(Synonyms: *C. X limonum* Risso, *C. medica* var. *limon* L.)

Türkçe adı: Limon

ngilizce adı: Lemon, Citrus

Drog adı: *Citri pericarpium*; *Citri flos*, *Citri folium*

Familyası: Rutaceae

Kullanım Kısımları: Yaprak, çiçek ve meyve

Kimyasal çerikler: yaprak, çiçek ve meyve kabu unun flavedo kısmı ba lıca bile enleri sitral ve limonen olan uçucu ya içerirler. Meyve kabu u flavonoid bile ikler (limositrin, limositrol vb), sulu kısım ise C vitamini yönünden zengindir.

Dozaj: Kullanılan kısım a göre de i mektedir.

Kayıtlı oldu u farmakope ve monograflar :

Avrupa Farmakopesi: Amerikan Herbal Products Association (APHA)

Uyarı, Önlem ve Kontrendikasyonlar: A ırı kullanımını dı nda herhangi bir tehlike ve/veya yan etki bilinmemektedir. Hesperidyum meyve suyunun a ırı alımı midede iritasyon, cilde sürülen uçucu ya ı ise fotosensibilizasyon ve allerjiye yol açabilmektedir (Özata, 2009).

Hamilelik ve Laktasyonda Kullanımı: Dikkati kullanılması gerekir.

4.3. K.K.T.C. Eczanelerindeki Zayıflama ayları ile İlgili Bulgular

4.3.1. Zayıflama ayları Bulunduran Eczaneler

Ziyaret edilen 195 eczaneden %73.2si ankete katılıp katkı sa lamı lardır. Eczacıardan eczanesinde tıbbi çay bulundurmayanlardan %20.1 si talep olmayı mını, %6.7 si de tıbbi çayların faydasına inanmayı mını sebep olarak ifade etmi lerdir. Eczanelerinde tıbbi çay bulunduran eczacıların kentlere göre % da ılı mı ise farklılık göstermektedir.

Lefko a (Nicosia) Lefko a’da tıbbi çay bulunduran eczane % 41.8,

Magusa (Famagusta) Magusa’da tıbbi çay bulunduran eczane % 28.9,

Girne (Kyrenia) Girne’de tıbbi çay bulunduran eczane % 21.6,

Güzelyurt (Morphou) Güzelyurt’da tıbbi çay bulunduran eczane % 7.7.

4.3.2. Zayıflama aylarını Eczaneden Alıp Kullananlarla İlgili Bulgular

-) Zayıflama tıbbi çaylarını kullananların ya ortalaması 20-40 olarak yo unluk göstermektedir. |
- |) Zayıflama ayı kullananların cinsiyet oranı; kadınlar %50, erkek %26.8 ve % 23.2 oranında ise her iki cinsiyetin kullandı ı ekinde tespit edilmi tir. |
- |) Zayıflama çaylarını satın alanların % 80 ‘nin doktor, diyetisyen vb sa lık danı manlarının nerisi ile de il ,do rudan kendi tercihi ile satın aldı ı; geldi i eczacıya bile sormadı ı saptanmı tir. |
- |) Zayıflama aylarından en fazla talep görüp eczaneden istenenler genellikle yabancı üretim-farklı aromalı, ngilizce paketli ithal edilmi çaylar oldu u saptanmı tir. |
- |) K.K.T.C.’de üretilmi herhangi bir zayıflama tıbbi ayı bulunmamaktadır. Türkiye’den ithal edilenlerin sayısı da 2-3 ile sınırlı oldu u belirlenmi tir. |
- |) Tıbbi ayları eczanelerden alanların herhangi bir sa lık sorunu olup olmadı ı sorusuna ise o unlu unun herhangi bir sa lık sorunu olmadı ı yanıtı alınmı tir. Ayrıca günlük rahatsızlıklar için alınabilecek OTC ilaçlarla da bir etkile im olmayaca mını ifade etmi lerdir. |

5. SONUÇ VE TARTI MA

K.K.T.C. Eczanelerinde tıbbi çayların sayısının az oldu u, en fazla talep gören tıbbi çayın zayıflama ayı oldu u ve eczacıların da bu konuya fazla ilgili olmadıkları görülmü tür. K.K.T.C. Eczanelerinde bulunan zayıflama aylarının hepsinin ithal ürünler olması, Kıbrıs bitkilerinin de de erlendirilebilece i tıbbi çayların üretilmesi gere ini bir kez daha ortaya ıkarmı tır. K.K.T.C. Eczanelerinde bulunan zayıflama aylarının içeri inde bulunan drogların o onun kullanılan kısımları belirtilmemi tir. Hangi drogdan hangi miktarda kullanıldı ı da belirtilmemi tir. Ancak özellikle ngilizce paketlerde hazırlama, günlük kullanım nerisi ve a ırı tüketimde olası yan etkilerin yazılı oldu u saptanmı tır. Türkiye kökenli olanlarda ise a ırı tüketim ile ilgili herhangi bir risk bilgisi bulunmamaktadır.

Ayrıca, zayıflama çaylarını satın alanların %80'nin herhangi bir sa lık profesyoneline danı madan bu ürünleri satın alıp kullanması, bu konuda halkın bilinçlendirilmesinin gerekti ini ortaya ıkarmı tır. Tıbbi çaylarını zayıflama amacıyla kullananların ya ortalaması 20-40 olarak yo unluk göstermektedir. Zayıflama ayı kullananların cinsiyet oranı; kadınlar %50, erkek %26.8 ve % 23.2 oranında ise her iki cinsiyetin kullandı ı ekinde tespit edilmi tir. Bu sonuçlar özellikle genç kadınların TV ve benzeri yazılı ve görsel basın ve hatta sosyal medya dan etkilenerak bu ürünleri kullandıklarını göstermektedir. Bu nedenle aynı ileti m kanalları kullanılarak bilimsel olarak bilgilendirilmeleri ve bilinlendirmelerine ihtiyaç vardır.

Ki ilerin öncelikle kapsamlı sa lık kontrolünden geçtikten sonra doktor, diyetisyen ve eczacı kontrolü altında bu çayları kullanması gerekti i ile ilgili bilgilendirme toplantıları, bro r vb etkinliklerin yapılması gerekmektedir. Bu ara tırma, K.T.E.B. bünyesinde daha önce Y.D.. Eczacılık Fakültesi retim üyelerince verilen Fitoterapi Meslek i E itim Seminerlerinin önemini göstermi ve meslekii e itim seminerlerinin devam etmesi gere ini bir kez daha ortaya çıkmı tır.

6. KAYNAKLAR

Aslan, N., (2008). Sağlık Çevre Kültürü Dergisi. Zeytinburnu Tıbbi Bitkiler Bahçesi, sa.2, İstanbul.

Aronson, J. K. (ed)., (2009). Meyler's Side Effects of Herbal Medicines. Elsevier. Amsterdam-Oxford.

Baytop, T. (1999). Türkiye'de Bitkiler ile Tedavi (Geçmiş ve Bugün), ilaveli 2. Baskı, Nobel Tıp Kitabevleri, İstanbul.

Cantepe, C. (2013). Piyasada Satılmaya Bulunan Bazı Form Çaylarının Total Kalitatif Analizleri, Yüksek Lisans tezi, Erciyes Üniversitesi Eczacılık Fakültesi, Kayseri.

Castot A, Larrey D. (1992). Hepatitis Observed During a Treatment With Drug or Tea Containing Wild Germander. Evaluation of 26 Cases reported to the Regional Centers of Pharmacovigilance. Gastroenterol Clin Biol; 16: 916-22.

Corns C, Metcalfe K. (2002). Risks Associated with Herbal Slimming Remedies. J R Soc Health 122: 213-9.

Çubukçu, B., Sarıyar, G., Meriçli, A. H., et. al. (2002). Fitoterapi Yardımcı Ders Kitabı. İstanbul Üniversitesi Yayın No : 4311, Eczacılık Fakültesi Yayın No: 79, İstanbul.

Demirezer, Ö. (ed), (2007). FFD Monografıları. MN Medical & Nobel Tıp Kitap Evi, Ankara.

ESCOP Monographs (2003).

Herbal Medicine: Expanded Commission E Monographs: (2000). Therapeutic Guide to Herbal Medicines, (ed. Blumenthal, M.), 1 st ed. American Botanical Council, Lippincott Williams & Wilkins, Austin TX.

Jänicke, C., Grünwald, J., Brendler, Th., (2003). Handbuch Phytotherapie-Indikationen-Anwendungen-Wirksamkeit-Präparate, Wiss.Verlagsgesell. Stuttgart.

- Meriçli, F., Meriçli, A.H., (2018). Phytotherapy Lecture Book I, Near East University.
- Meriçli, F., (2009). Fitoterapötiklerde Do rular ve Yanlı lar, Fitomed Dergisi, Açık Mektup,15, 06-12.
- Meriçli, F., Meriçli, A.H. et. a.l (2004). Tıbbi Çay Reçeteleri. TEKB (Tüm Eczacı Kooperatifleri Birli i) İstanbul.
- Meyer, E., (1994). Teerezepturen Ein Handbuch für Apotheker und Arzte, Deutscher Apotheker Verlag, Stuttgart.
- Ozan, Ç. (2011).Kuzey Kıbrıs'ta Kullanılan Tıbbi Bitkiler, YDÜ Farmakognozi-Farmasötik Botanik Yüksek Lisans Tezi.
- Özata, N., (2009). Fitoterapi ve Aromaterapi, Do an Egmont Yayıncılık, İstanbul.
- Özkum, D. and Ozan, Ç. (2011). Combinations of Medicinal Plants Used as Traditional Medicine in Northern Cyprus, Near East Medical Journal (NEMJ), Vol. 1, Issue,2, 60-68.
- PDR for Herbal Medicines, 2nd ed. (2000). Thomson Medical Economics, Montvale, NJ.
- Rote Liste, (2009). Verlag. Rote Liste Servise GmbH. Frankfurt/Main.
- Saraço lu, A., Ergun B., (2006). Türkiye'de Satılan Bazı Bitkisel Zayıflama Çaylarının İçerikleri ve Bu Çayların Kullanımına Ba lı Ortaya Çıkabilecek İstenmeyen Etkiler, Türkiye Klinikleri, 26:355-63.
- Schulz, V., Hänsel, R., Tyler, V. E. (2004). Rational Phytotherapy, A Physicians' Guide to Herbal Medicine, Springer Verlag, Berlin.
- Skalli, S., Bencheikh, R S (2011). Epileptic Seizure nduced by Fennel Essential Oil. Epileptic Disord; 13 (3): 345-7.

WHO (2018). Eri im: 25 Haziran 2018, <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

Yıldırım, K. F., (2010). Kuzey Kıbrısın Faydalı Bitkilerinin ve Kullanım Alanlarının Ara tırılması, YDÜ Farmakognozi-Farmasötik Botanik Yüksek Lisans Tezi.

Zhu, M., Wong, P.Y.K., Li, R.C. (1999). Effect of Oral Administration of Fennel (*Foeniculum vulgare*) on Ciprofloxacin Absorption and Disposition in the Rat. J. Pharm. Pharmacol. 1999, 51: 1391-1396.

Ek1.

K.K.T.C Eczanelerindeki Zayıflama ayların Fitoterapi Yönünden ncelenmesi

1- Eczane ve Eczacı Bilgisi

Eczanenin adı:

Tarih:

Bölge:

Görü ülen ki i :

2- Bitkisel zayıflama ürünleri soran ve alan ki iler ile ilgili sorular

Ya ortalaması :

20-30 yas__ 31-40 yas__ 41-50 yas__ di er ya lar__

Cinsiyeti : kadın_ erkek_

Ki inin herhangi bir sa lık sorunu var mı? (varsa ne/ nelerdir?)

Ki i ba ka ilaç kullanıyor mu? (kullanıyorsa ne/ nelerdir?)

Sonuçları ile ilgili geri bildirim alıyor musunuz? (varsa ne/ nelerdir?)

Diyetisyen kontrolü altında mı alınıyor yoksa her isteyen bu ürünleri alabiliyor mu?

3- Eczanede bulunan zayıflama ürünleri ile ilgi sorular

Eczanede bulunan zayıflama ürünleri çe itleri (tıbbi çay, kapsül,toz vb)

Genel olarak tercih edilen ürünün içinde hangi tıbbi bitkiler bulunmaktadır?

Ürünün içinde bulunan tıbbi bitkilerin günlük dozaj kullanım oranı nedir?

Eczanede satılan bitkisel zayıflama ürünlerinin yan etkileri var mı? Varsa nelerdir?

Ürünün hangi ülkeden geldi i:

4- Seçilen ürünün paket bilgilerinin uygunlu u (içerik, kullanım, doz, uyarı, üretim-son kullanım tarihi vb)

Ç İNDEK İLER

TE EKKÜR	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iv
TABLolar D Z N	v
1. G R	1
2. GENEL B LG LER	1
2.1. Tıbbi Çaylar.....	1
2.2 .Tıbbi Çay Çe itleri	2
2.2.1. Tek Bitki Çayları (Mono çaylar).....	3
2.2.2. Karı ım Çaylar	3
2.2.2.1. Zayıflama(Form) Çayları	4
3. MATERYAL METOD	5
4. BULGULAR	6
4.1. KKTC Eczanelerinde Bitkisel Sa lık Ürünleri	6
4.1.1. İaç Formundaki Bitkisel Zayıflama Ürünleri.....	6
4.1.2. Eczanelerde Bulunan Zayıflama Çayları.....	12
4.2.Bitkisel Zayıflama Ürünlerin Bile imine Giren Önemli Bitkiler	14
4.2.1.Zayıflama Çaylarında En Yaygın Bulunan Bitkilerin Monografları.....	15
4.3. KKTC Eczanelerinde Zayıflama Çaylar ile İgili Bulgular	26
4.3.1. Zayıflama Çayları Bulunduran Eczaneler.....	26
4.3.2. Zayıflama Çaylarını Eczaneden Alıp Kullananlarla İgili Bulgular	26
5. SONUÇ VE TARTI MA	27
6. KAYNAKLAR	28

TE EKKÜR

“K.K.T.C. Ezcanelerinde Zayıflama Amaçlı Satılan Tıbbi Çayların Fitoterapi Yönünden ncelenmesi” konulu çalı ma Yakın Do u Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Fitoterapi Programında yüksek lisans tezi olarak hazırlanmı tır.

Bu çalı ma süresince her zaman ve her konuda deste ini esirgemeyen, de erli bilgilerini benimle payla an sevgili Fitoterapi Bilim Dalı Ba kanım Prof.Dr. Filiz Meriçli’ye ve danı man hocam Doç. Dr. Dudu Özkum Yavuz’a te ekkürlerimi sunarım.

Tüm hayatım boyunca ko ulsuz olarak yanımda olup bana hep destek olan sevgili annem ve babama sonsuz te ekkürlerimi sunarım.

Suzan Ç a alo lu
2018

K.K.T.C. ECZANELER NDE ZAYIFLAMA AMAÇLI SATILAN TIBB ÇAYLARIN F TOTERAP YÖNÜNDEN NCELENMES

ÖZET

Obezite tüm dünyada giderek yaygınla an en önemli sa lık sorunlarından biridir. Kilo kontrolü ve zayıflama amacıyla tıbbi çaylar ve ilaç formunda bitkisel ürünlerin geli tirilmesi ve kullanımı da yaygınla maktadır. Bu çalı mada, KKTC'deki eczanelerde kilo vermek amacı ile kullanılan bitkisel ürünlerin eczane ziyaretlerinde yapılan anket çalı ması ile belirlenmesi, özellikle zayıflama çaylarının ve içeri inde bulunan bitkisel drogların irdelenerek elde edilen verilerin rasyonel fitoterapi açısından yorumlanması hedeflenmiştir. Çalı ma sırasında Güzelyurt (15), Girne (42), Magosa (56) ve Lefko a (82) bölgelerinde bulunan tüm Eczanelerde; toplam 195 adet anket yapılmı tır.

KKTC eczanelerinde zayıflama amaçlı satılan tıbbi çaylar; tek bitki (mono çay) veya karı m form çayları olmak üzere toplam 25 adet olarak saptanmı tır. Tüm eczanelerde bulunan ve en çok kullanılan çayların etiket bilgileri de erlendirilmi ve çayların bile imine en fazla giren droglar belirlenmiştir. Çaylarda en çok bulunan bitkiler sırasıyla *Foeniculum vulgare*, *Glycyrrhiza glabra*, *Cassia angustifolia*, *Mentha piperita*, *Urtica dioica*, *Panax ginseng*, *Citrus sinensis* olarak saptanmı tır. Ürünlerde yer alan bitkilerin laksatif, diüretik, terlemeyi arttırıcı, safra arttırıcı, sindirim sistemi uyarıcısı ve gaz giderici etkileri oldu u ve bu nedenlerle kilo vermeye yardımcı olarak kullanıldıkları belirlenmiştir. Sonuçlar, bu çaylarının bile imine en fazla giren drogun laksatif etki amacı ile kullanılan sinameki yapra ı oldu unu göstermiştir. Sinameki yapra ını sırası ile meyan kökü, ısırgan yapra ı, rezene meyvesi ve biberiye yapra ı izledi i görülmektedir. Ancak zayıflama çaylarının paket bilgileri ve içeri i incelendi inde, karı mda yer alan bitkilerin ço unun kullanılan kısımlarının (drog adı) belirtilmemi oldu u saptanmı tır. Hangi drogdan hangi miktarda kullanıldı ı da belirtilmemi tir. Nasıl kullanılaca ı ile ilgili bilgi verilmi ise de sakıncalı durumlar (gebeler ve emziren anneler vb) ile ilgili herhangi bir uyarı da yazılmamı tır. Di er yandan zayıflama çaylarının yapısına giren bitkiler gerek laksatif ve diüretik etkilerine, gerekse içerdikleri farklı birçok kimyasal bile ene ba lı olarak çe itli sistemlerde istenmeyen etkilere neden olabilece inden ki ilerin eczaneden eczacının danı manlı ında bu çayları alabiliyor olması, halk sa lı ı açısından olumlu bir durum olarak de erlendirilmi tir. Bu çalı ma, eczanelerdeki zayıflama çaylarının eczane kalitesinde ürünler olarak geli tirilmesi ve eczacıların da genel

fitoterapi bilgileri yanında tıbbi çaylar konusunda meslek içi e itimlerle desteklenmesi gerekti ini de göstermi tir.

Anahtar kelimeler: Fitoterapi, zayıflama, tıbbi aylar, K.K.T.C., eczane.

ABSTRACT

Obesity is one of the most important health issues that spreads around the globe rapidly. Usage and development of medicinal teas and herbal supplement drugs are also getting more common every day. The scope of this study is to determine the medicinal products used for weight loss according to surveys done at pharmacy visits, especially interpreting the data on weight loss teas and herbal drugs they consist in terms of rational phytotherapy. During the study, 195 surveys were carried out at pharmacies in; Omorpho (15), Kyrenia (42), Famagusta (56) and Nicosia (82).

Medicinal teas that are being used for weight loss in TRNC pharmacies are; in total of 25 products including single plant (mono tea) or mixed tea forms. The label information of the most commonly used teas found in all pharmacies was evaluated and most common drugs found in the tea composition were identified. Most common plants in these tea forms are *Foeniculum vulgare*, *Glycyrrhiza glabra*, *Cassia angustifolia*, *Mentha piperita*, *Urtica dioica*, *Panax ginseng*, *Citrus sinensis* respectively. It has also been determined that the plants used in these products have laxative, diuretic, perspire and bile enhancing, digestive system stimulating and carminative effects and are therefore used to help weight loss. The results showed that the most common drug in the composition of these herbal teas is the cassia leaf which is used as laxative. Cassia leaf is followed by licorice roots, nettle leaf, fennel fruit and rosemary leaf respectively.

However, when the label information and the content of the products are compared, it is observed that in most of them, the used part of the plants (drug name) is not specified. Additionally, some of them lack the information of used amount of the drugs. Although they have the information on how to use them, there is no information given on precautions or cautions (e.g for pregnant women or nursing mothers). Moreover, the fact that the patient purchases these products from the pharmacy and receives consultation about how to use them are evaluated as good facts for the sake of public health as these weight loss teas might have some undesired effects on patients because they possess some laxative and diuretic effects on many systems and because of the chemical components they consist of. This study showed that it is important for these weight loss teas to be treated and developed like any other products in the pharmacies, and the pharmacists should be supported with some vocational training about medicinal teas besides their general phytotherapy knowledge.

Key Words: Phytotherapy, lose weight, medicinal teas, TRNC, pharmacy.

Tablolar Dizini

Tablo 1. KKTC Eczanelerindeki Zayıflama Amaçlı Satılan Tıbbi Çaylar Dı ındaki Bitkisel Sa lık Ürünleri

Tablo 2. KKTC Eczanelerinde En Çok Satılan Zayıflama Çaylarının Bile imi ve Paket Bilgileri

Tablo 3. KKTC Eczanelerindeki Zayıflama Çaylarının Bile iminde En Fazla Yeralan Bitkiler / Droglar

Sa lık Bilimleri Enstitüsü M¼d¼rl¼ üne,

Bu çalı ma “K.K.T.C. Ezcanelerinde Zayıflama Amaçlı Satılan Tıbbi Çayların Fitoterapi Yönünden İncelenmesi” j¼rimiz tarafından Fitoterapi Programı’nda Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmi tir.

Danı man:

Doç. Dr. Dudu ÖZKUM YAVUZ
Yakın Do u Üniversitesi

Üye:

Prof. Dr. Filiz MER ÇL
Yakın Do u Üniveristesi

Üye:

Prof.Dr. Zehra Günay SARIYAR
Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi

ONAY: Bu tez, Yakın Do u Üniversitesi Lisanüstü E itim - Ö retim ve Sınav Yönetmeli i’nin ilgili maddeleri uyarınca yukarıdaki j¼ri üyeleri tarafından uygun gör¼lm¼ ve Enstit¼ Yönetim Kurulu kararıyla kabul edilmi tir.

Prof.Dr. Kemal Hüsnü Can Ba er
Enstit¼ M¼d¼r¼