T.C.
HARRAN ÜNİVERSİTESİ
FEN BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ŞANLIURFA'DAKİ AKTARLARDA ZAYIFLAMAK AMACIYLA KULLANILAN BİTKİLERİN FİTOTERAPİ YÖNÜNDEN ARAŞTIRILMASI

AYŞE NUR ALKIŞ

BİYOLOJİ ANABİLİM DALI

ŞANLIURFA
2019

Doç.Dr. Arif PARMAKSIZ danışmanlığında, Ayşe Nur ALKIŞ''ın hazırladığı "**Şanlıurfa'daki Aktarlarda Zayıflamak Amacıyla Kullanılan Bitkilerin Fitoterapi Yönünden Araştırılması''** konulu bu çalışma 27/12/2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Harran Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Biyoloji Ana Bilim Dalı'nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

imza

Danışman : Doç.Dr. Arif PARMAKSIZ

Üye : Prof. Dr. Fevzi ÖZGÖKÇE

Üye : Doç. Dr. A. Cenap CEVHERİ

Bu Tezin Biyoloji Anabilim Dalında Yapıldığını ve Enstitümüz Kurallarına Göre Düzenlendiğini Onaylarım.

Doç. Dr. İsmail HİLALİ
Enstitü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No

ÖZET I
ABSTRACT II
TEŞEKKÜR III
ŞEKİLLER DİZİNİ IV
ÇİZELGELER DİZİNİ V
SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ VI
1.GİRİŞ 1
2. ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR 6
3. MATERYAL ve YÖNTEM 15
3.1. Şanlıurfa'nın Genel Özellikleri 17
3.2. İklim ve Bitki örtüsü 17
4. ARAŞTIRMA BULGULARI ve TARTIŞMA 19
4.1. Bulgular 19
4.2. Tartışma 40
5. SONUÇLAR ve ÖNERİLER 43
5.1. Sonuçlar 43
5.2. Öneriler 49
KAYNAKLAR 50
ÖZGEÇMİŞ 55
EKLER 56

ÖZET

Yüksek Lisan Tezi

Şanlıurfa'daki Aktarlarda Zayıflamak Amacıyla Kullanılan Bitkilerin Fitoterapi Yönünden Araştırılması

Ayşe Nur ALKIŞ

Harran Üniversitesi
Fen Bilimleri Enstitüsü
Biyoloji Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Arif PARMAKSIZ

Yıl: 2019, Sayfa: **75**

Bu çalışma 2018-2019 yıllarında Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflamak amacıyla satılan bitkilerin fitoterapi yönünden araştırılması amacıyla yapılmıştır. 20 kaynak kişiyle görüşmeler yapılmış olup, yaşları ve eğitim durumları da tespit edilmiştir. Buna göre görüşme yapılan aktarların en fazla oranla %35'i 31-40 yaş aralığında, 51-60 yaş aralığı %30, 21-30 yaş aralığı %20, 41-50 yaş aralığı ise %15'tir. Eğitim durumları ise en çok %55 oranı ile Lise mezunu, %40 ilkokul ve ortaokul, %5 ise Üniversite mezunu olduklarıdır. Şanlıurfa'daki aktarlarda yapılan araştırma sonucu 23 familya, 39 cinse ait 40 takson edilmiştir. En çok takson içeren familyalar Lamiaceae 5 (%12), Apiaceae 4 (%10), Asteraceae 3 (%7)'dir. Ayrıca, bu çalışmada zayıflama amaçlı satılan 25 terkibin muhteviyatı, üretici firmaları, kullanım amaçları, drogların yöresel ve bilimsel isimleri de tespit edilmiştir. Araştırma yapılan aktarlardaki bitki ve terkiplerin fotoğrafları da çekilmiştir.

ANAHTAR KELİMELER: Aktar, Fitoterapi, Şanlıurfa, Obezite, Zayıflama çayları

ABSTRACT

MSc Thesis

Investigation of plants used for weight loss in phytotherapy at herbal products in Şanlıurfa

Ayşe Nur ALKIŞ

Harran University
Graduate School of Natural and Applied Sciences
Department of Biology

Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Arif PARMAKSIZ
Year:2019, Page: 75

This study was carried out in order to investigate the phytotherapy of the plants sold in Sanliurfa in 2018-2019. Interviews were conducted with 20 source persons and their age and educational status were also determined. According to this, 35% of the interviewed interviews are in the 31-40 age range, 51-60 age range is 30%, 21-30 age range is 20%, 41-50 age range is 15%. The highest level of education is 55%, high school graduates, 40% primary and secondary school, 5% are university graduates. As a result of the research carried out in the herbalists in Şanlıurfa, 40 taxa belonging to 23 families and 39 genera were obtained. The most taxa-bearing families are Lamiaceae 5 (12%), Apiaceae 4 (10%), Asteraceae 3 (7%). In addition, the contents of 25 compounds sold for weigth loss purposes, manufacturer companies, usage purposes, local and scientific names of drugs were determined. Photographs of plants and compositions of the researched herbal extracts were also taken.

KEYWORDS: Herbalist, Phytotherapy, Sanliurfa, Obesity, Slimming teas

TEŞEKKÜR

Çalışmalarım esnasında bana yardımcı olan danışman hocam Doç Dr. Arif PARMAKSIZ'a, tezimin tashihinde yardımcı olan Prof. Dr. Fatih Satıl ve Prof. Dr. Selami Selvi'ye, saha çalışmalarında desteklerini esirgemeyen bölümümüz lisansüstü öğrencilerinden Haşim Ötnü'ye, Cahit Çeçen'e, Zeynep İzgördü'ye, Remziye Yayğın'a, eşim İzzettin Alkış'a, Diyetisten Sevde Kahraman'a, herbalist Hatice Kahyaoğlu'na, aileme ve bilgilerine başvurduğumuz Şanlıurfa'daki aktarlara teşekkür ederim.

ŞEKİLLER DİZİNİ

Sayfa No

Şekil 5. 1. Familyaların temsil edildikleri takson sayısı 44
Şekil 5. 2. Aktarların yaş dağılım grafiği 45
Şekil 5. 3. Aktarların eğitim durumu 45

ÇİZELGELER DİZİNİ

Sayfa No

Çizelge 3. 1. Şanlıurfa'da tıbbi bitki satan ve ziyaret edilen aktarların bilgileri 16
Çizelge 4. 1. Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan Terkipler 37
Çizelge 4. 2. Araştırmamızın diğer çalışmalarla karşılaştırılması 42
Çizelge 5. 1. Familyaların temsil edildikleri takson sayıları 43

SİMGELER ve KISALTMALAR DİZİNİ

Ark.	Arkadaşları
BKİ	Beden Kitle İndeksi
BKO	Bel Kalça Oranı
C	Santigrat
GAP	Güneydoğu Anadolu Projesi
gr	Gram
AA	Ayşe Nur ALKIŞ
km	Kilometre
m	Metre
ml	Mililitre
mm	Milimetre
M.Ö	Milattan önce
m^2	Metrekare
WHO	Dünya Sağlık Örgütü
%	Yüzde

1.GİRİŞ

Bu çalışma; Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflamak amacıyla kullanılan bitkilerin fitoterapi yönünden araştırılması amacıyla yapılmıştır.

Fitoterapi, *phyton*=bitki ve *therapeia*=hizmet etmek, iyileştirmek, tedavi etmek kelimelerinin birleştirilmesinden meydana gelmekte olup, fitoterapi kelimesini ilk kullanan Fransız hekim Henri Leclerc (1870-1955) olmuştur. Günümüzde fitoterapi'de kullanılan bitkilere "şifalı veya tıbbi bitkiler" adı verilmektedir. (Çubukçu ve ark., 2002).

Fitoterapiye ilgi son zamanlarda artmaktadır. Bu ilgi özellikle zayıflamak isteyen bayanlar arasında daha da yaygındır (Saraçoğlu ve Ergün, 2006).

Obezite ve kilo fazlalığı son dönemde batı toplumlarında ve gelişmekte olan ülkelerde günlük yaşam tarzı, beslenme alışkanlıkları ve fiziksel aktivite azlığı gibi nedenlerle yaygınlaşan önemli bir sağlık sorunu olarak değerlendirilmektedir (Erkekoğlu ve ark., 2009; Saraçoğlu ve Ergün, 2006). Amerika'da yapılan bir çalışma, kitle iletişim araçları sebebiyle yaygınlaşan yeme bozukluklarının son 20 yılda ciddi oranda artış gösterdiğini belirtmektedir. Ayrıca bu tür yeme bozuklukları vakalarının %90'dan fazlası kadınlarda görülmektedir (Boyle & Morris, 1999).

Zayıflama rejimleri ve diyetlerde yaygın olarak kullanılan bitkiler daha çok çay olarak tercih edilmekte ve "bitki çayları" olarak isimlendirilmektedirler (Swerdlow 2000). Bitkisel çaylar (Tıbbi çaylar), Avrupa Farmakopesi'nde: "Bir ve birden fazla drogun maserasyon, dekoksiyon ve infüzyonu suretiyle hazırlanan oral yolla kullanılan sulu preparatlardır, kullanılmadan önce hazırlanırlar'' şeklinde tanımlanmıştır (Gaedoke, 2003). Bitki çaylarının bitkisel zayıflama yöntemleri arasında yan etkileri ve zararlarının çok daha düşük olması nedeniyle popüler olmuştur.

Bitkisel droglardan elde edilen etken maddelerin sentetik olanlara göre daha ucuz ve daha kolay elde edilmeleri nedeniyle şifalı bitkilerin etken maddeleri üzerinde yapılan bilimsel araştırmalar hız kazanmıştır (Çubukçu ve ark., 2002). Günümüzde halen bitkisel ilaçlara olan inancını yitirmemiş olan Anadolu insanı, hem doktora gidip modern tıbbın tanı ve tedavisini uygulamakta, hem de bunun yanı sıra bazı hastalıklarda da aktarlardan aldıkları bitkileri koruyucu ve tedavi edici olarak kullanmaktadır (Koçtürk ve ark., 2009).

Yapılan araştırmalar, bitkisel ürünlerin dünyada ne kadar yaygın olarak kullanıldığını göstermektedir. ABD'de 18 yaş üstü toplumun %60'ı yılda en az bir kez bitkisel tedavi ürünü kullanmaktadır (Özata, 2009). İngiltere'de 40 milyon sterlin harcanması, Dünya Sağlık Örgütü (WHO)'nün insanların %80'inin doğal tedaviye inandığını açıklaması, bu popülaritenin iyi bir göstergesidir (Anonim a).

Bugün yeryüzünde bulunan bitki türü sayısının 250.000-500.000 arasında olduğu kabul edilmektedir. WHO'nun kayıtlarına göre dünya nüfusunun büyük bir bölümü (%70-80) tedavi veya korunmak amacıyla "geleneksel tıp"tan yararlanmaktadır. Bu amaçla yararlanılan tıbbi bitki türünün 70.000 kadar olduğu tahmin edilmektedir. 21.000 bitki türü, ilaç hazırlamak için uygun bulunmuştur (Başaran, 2012). Tıbbi bitkilerden yararlanarak hastalıkları tedavi etme alışkanlıkları günümüzde "alternatif tıp", "geleneksel tıp" ya da "tamamlayıcı tıp" adı altında giderek artmaktadır. Bunun yanı sıra farklı ülkelerde doğal tıp, halk hekimliği,entegratif tıp, folklorik tıp, bütünsel (holistik) tıp, destekleyici tıp vb. isimler de kullanılmaktadır (Ersöz, 2012).

Türkiye'nin de hemen her bölgesinde de özellikle bitkilerden tıbbi otlarla ilgili bilgiler kuşaktan kuşağa aktarılarak gelmiştir (Yıldırımlı, 2004). "Türkiye'de Bitkilerle Tedavi" adlı kitabında, ülkemizde doğal olarak yetişen tıbbi bitki türlerinin 600 kadar olduğu belirlenmiştir. Ülkemizde tıbbi amaçlı kullanılan geniş bir bitki zenginliğine sahiptir. Türkiye Florası tür zenginliği bakımından dünyanın sayılı ülkeleri arasında yer almaktadır. Türkiye Bitkileri Listesi (Damarlı Bitkiler) adlı esere göre; 167 familya, 1320 cins, 9996 tür, 1989 alttür ve toplam 11707 takson

bulunmaktadır. Bunların 3649 taksonu endemiktir (Davis, 1965-1985; Davis ve ark., 1988; Güner ve ark., 2012). Türkiyenin gerek yeryüzü şekilleri gerekse aynı anda dört mevsimi yaşatacak iklim çeşitliliğine sahip olması bitki çeşitliliği açısından büyük fayda sağlamıştır.

Günümüzde fitoterapi: 19.-20. yüzyıllarda Kimya ve Biyokimya bilimlerindeki gelişmeler ilaç sanayisine büyük bir ivme kazandırmış, farmakolojik ve klinik çalışmalar sonucu laboratuvarlarda tıbbın gereksinimlerine yanıt veren pek çok ilaç geliştirilmiştir. Mevcut ilaçların 1/4'i bitkisel kökenlidir ve bunların birçoğunda bitkiden elde edilmek istenen etken madde, laboratuvar ortamında elde edilmektedir. Son zamanlarda Sağlık Bakanlığı tarafından Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp uygulamaları yönetmeliği yayımlanmıştır. Artık ülkemizde de aktarların yanı sıra, sağlık bakanlığının onayı ile fitoterapi amaçlı satılan bitkiler eczanelerde de daha güvenli olarak yerini almış bulunmaktadır (ANONİM b).

Ülkemizde Fitoterapi'nin tarihsel gelişimi:

- 2002 → "Akupunktur Tedavisi Uygulanan Özel Sağlık Kuruluşları ile Bu Tedavinin Uygulanması Hakkında Yönetmelik"
- 2010 → "Hekimlere Yönelik Fitoterapi Sertifika Eğitim Programı Standartları"
- 2014 → "Geleneksel ve Tamamlayıcı Tıp Uygulamaları Yönetmeliği

Sağlık Bakanlığının en son yayımladığı bu yönetmelik ile geleneksel ve tamamlayıcı tıp alanda yaşanan boşlukları doldurmayı, yetkisiz kişiler tarafından ve endikasyon olmadan yapılan uygulamaların engellenmesini hedeflediği görülmektedir.

İlaç yapımında gerekli olan malzemeleri sağlayan esnaf grubu için kullanılan "aktar" kelimesi Arapçada droglar ya da tıbbi madde anlamına gelen "akarir" kelimesinden gelmektedir (Ünyazıcı, 2014**)**. Selçuklular ve Osmanlılar dönemlerinde "Akkar" ya da "Attar" olarak da anılan aktarlar bitkisel drogların yanı sıra hayvansal ve madensel drogları da satmaktadırlar (Ünyazıcı, 2014). Uzun yılların tecrübesi sonucunda günümüze gelen halk hekimliğinin çok önemli mihenk taşlarından birisi olan aktarlık, etkin değerini kaybederek sadece tıbbi bitkileri ve baharatları halka

ulaştıran müesseselere dönüşmüştür (Sargın vd., 2013). Günümüzde baharatçılığa dönüşmüş olan bu mesleğin erbabları, gerçek aktarların sayıları son derece azalmıştır (Koçtürk vd., 2009). Ancak tüm bu gelişmelere rağmen "Baharatçı dükkanı" ya da "Aktar dükkanı" olarak adlandırılan ticarethanelerin hemen her yerleşim bölgesinde bulunması, halkın bir bölümünün tedavi amacıyla buralara baş vurup, aldığı bitki yada bitki parçalarıyla ilacını kendi mutfağında hazırlamaya devam ettiğinin bir göstergesidir (Şarışen ve Çalışkan, 2005). Ayrıca son yıllarda yazılı ve görsel basında bitkisel tedaviye olan ilginin abartılmasıyla açılan aktar sayısında dikkat çekecek düzeyde artış olduğu gözlenmektedir. İnsanlar aktarlardan sağlıkla ilgili tek tek, karışım halinde ya da hazır karışımlar halinde aldıkları drogları, tamamen doğal ve zararsız olduğu düşüncesiyle sorgulamadan kullanmaktadırlar (Tulukçu ve Sağdıç, 2011). Ancak bilinenin aksine tıbbi bitkilerde zararlı yan etkilere sahip olabileceğinden, tıbbi bitkilerle tedavi baharatçılara emanet edilemeyecek kadar önemli bir konudur (Bulut ve ark., 2017).

Bitkisel drog olarak tanımlanan, bitkinin çeşitli organları birbirine benzemeyen farklı etken maddeler içerdiğinden, Şifalı bitkilerle ilgilenen kişilerin en azından bitkinin yapısı, organları ve bu organların işlevleri hakkında bir takım temel bilgilere sahip olması gerekmektedir. Kullanılacak drogun hangi yöntemle, hangi bitkilerden ve hangi oranlarda kullanılması gerektiği iyi bilinmelidir. Aksi takdirde ölümle dahi sonuçlanabilecek olumsuzluklarla karşılaşılabileceği unutulmamalıdır (Bulut ve ark., 2017).

Bu tezin amaçları kısaca şöyle özetlenebilir:

- Medyada yer alan ve zayıflama amaçlı satılan bitkilerin bilimsel olarak tespiti
- Zayıflama amaçlı satılan bitkilerin yöresel ve bilimsel isimlerinin tespiti
- Zayıflama amaçlı kullanılan bitki terkiplerinin bilimsel olarak tespiti
- Zayıflama amaçlı kullanılan bitkilerin fitoterapideki önemi
- Zayıflama amaçlı kullanılan bitkilerin yan etkilerinin olup olmadığının araştırılması Bunun yanı sıra zayıflama amaçlı kulanılan bitkilerin toksisite etkisinin olup olmadığının araştırılması
- Kamuoyunun doğru bilgilendirilmesi

- Zayıflama konusunda bitkisel tedavi ile alakalı bilimsel çalışmaların derlenmesi
- Fitoterapi konusunda ülkemizdeki yasal düzenlemelerin son güncel durumlarına bakılması.

Bu çalışma; Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflamak amacıyla kullanılan bitkilerin fitoterapi yönünden araştırılması" amacıyla yapılmıştır. Fitoterapi alanında ilk kez yapılacak olması özgün değer taşımaktadır. Bölgede kabızlık, şişmanlık ve aşırı kilolara karşı, geleneksel ve tamamlayıcı tıp alanında tedavi yöntemlerinin belirlenmesi anlamında bu çalışma önem arz etmektedir. Zayıflama konusunda son zamanlarda çok ölümcül vakalar yaşanmakta ve halkımız medya aracılığıyla yanlış yönlendirilmektedir, sentetik ilaç yerine doğal tedavi yollarının araşrılmasına ihtiyaç duyulmaktadır

Bu çalışmamızın fitoterapi alanında bir boşluğu dolduracağı kanaatindeyiz.

2. ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR

Yaptığımız literatür taramalarında Fitoterapi ve zayıflama ile alakalı araştırmalardan bazıları şunlardır;

Katušin-Ražem ve ark. (1983), çalışmalarında tedavi edici ve zayıflatıcı etkileri için toz bitki çayları üzerinde araştırma yapmışlardır. Bu araştırmanın sonuçlarına göre toz çayların şeker konulmadan hazırlanmasını önermişlerdir.

Başer ve ark. (1986), tarafından "Türkiye'de Aktarlar ve Bitkisel Droglar" isimli çalışmayı yayımlamışlardır.

Yıldız (1997), "Şanlıurfa'da halk hekimliği" isimli yapmış olduğu çalışmasında halk geleneğinde kullanılan şifalı bitkilere yer verilmiştir.

Ayanoğlu ve ark. (1999), "Hatay yöresinde halk arasında kullanılan bazı önemli tıbbi ve kokulu bitkilerin tespiti ve toplanması" isimli çalışmalarında 44 farklı familyaya ait 80 tıbbi ve kokulu bitki türü tespit edilmiş ve bunlardan 3 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı belirtilmiştir.

Yıldız (2000), "Aktar İsa", isimli çalışmasında Şanlıurfa'nın en meşhur ve deneyimli attarının halk hekimliğine katkıları anlatılmaktadır.

Brudnak (2002), Weight-loss drugs and supplements: are there safer alternatives? isimli çalışmada doğal alternatif ürünlere, örneğin Hibiskus çayı ve deniz yosunlarına dikkat çekmektedir.

Stricker (2002), "Ephedrine and ephedra in weight loss products and other preparations" isimli çalışmada zayıflamada tercih edilen Efedralar üzerinde araştırmalar yapılmıştır.

Malyer ve ark. (2004), "Tekirdağ ve çevresindeki aktarlarda satılan bazı bitkiler ve tıbbi kullanım özellikleri" adlı çalışmada Tekirdağ ve çevresindeki aktarlarda satılan 32 familyaya ait 40 türün kullanım alanları tespit edilmiş ve bunlardan 3 tanesinin zayıflama amaçlı satıldığı belirtilmiştir.

Ersin ve Aksoy (2004), "Şanlıurfa'da Bir Halk Hekimi 'Attar İsa'" isimli çalışmada Attar İsanın biyografisi, Şanlıurfada halk hekimliğine katkıları ve yaptığı yararlılıkları anlatılmaktadır.

Özgökçe ve Özçelik (2004), "Ethnobotanical aspects of some taxa in east Anatolia" isimli çalışmada 71 farklı bitkinin etnobotanik özellikleri ortaya konulmuş ve bunlardan 4 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Harmankaya (2005), tarafından, "Açık ve kapalı şekilde piyasada tüketime sunulan bazı bitkisel çayların kalitesinin incelenmesi" isimli çalışmada Kars ilinde satışan sunulan bazı bitki çaylarının kalitelerini tespit etmek amacıyla 51 adet bitki çayı üzerinde araştırmalar yapılmıştır.

Saraçoğlu ve Ergun (2006), "Türkiye'de satılan bazı bitkisel zayıflama çaylarının içerikleri ve bu çayların kullanımına bağlı ortaya çıkabilecek istenmeyen etkiler." Türkiye'de satılmakta olan 13 ayrı marka zayıflama çayının bileşenleri incelenmiş ve bu çayların kullanımı sırasında ortaya çıkması muhtemel toksik etkiler ve risk faktörleri değerlendirilmiştir.

Kaya (2006), "Piyasada satışa sunulan bazı bitkisel çayların mikrobiyolojik kalitesi" isimli çalışmada Ankara, Bolu ve Mersin illerinden alınan 56 adet açık, naylon ambalajlı veya poşet bitki çayı örnekleri üzerinde araştırma yapmıştır.

Balos ve Akan (2007), tarafından yapılan 'Zeytinbahçe ile Akarçay arasında kalan bölgenin florası ve etnobotanik özellikleri' adlı araştırmada 445 takson tespit edilmiştir. Bu taksonlardan 190 tanesinin etnobotanik özelliğe sahip olduğu belirtilmiş ve 2 taksonun zayıflama amaçlı kullanıldığı belirtilmiştir.

Gençay (2007), tarafından Şırnak'ın Cizre ilçesinde yapılan etnobotanik araştırmada 53 familyaya ait 171 bitki kullanımı belirlenmiş ve 3 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Karademir (2007), "Zayıflama ürünlerinin bileşiminde bulunan tıbbi bitkiler üzerine araştırmalar" adlı çalışmada ülkemizde kullanılmakta olan zayıflama çaylarının bileşiminde bulunan tıbbi bitkiler incelenmiştir. Bunların başında *Pimpinella anisum* L. (anason), *Foeniculum vulgare* Miller. (rezene), *Achillea millefolium* L. (Civanperçemi), *Cassia angustifolia* Vahl. ve *Cassia acutifolia* Delile (Sinameki), *Urtica dioica* L. ve *Urtica urens* L. (Isırgan) ve *Linum usitatissimum* L. (Keten) tespit edilmiştir.

Akan ve ark. (2008), tarafından yapılan "Arat Dağı ve çevresinin (Birecik / Şanlıurfa) etnobotanik özelliklerinin belirlendiği çalışmada 299 takson tespit edilmiş ve 2 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Akan ve Balos (2008), 'GAP bölgesinden toplanan meyan kökü (*Glycrrhiza glabra* L.) taksonunun ihracat durumu, etnobotanik özellikleri ve tıbbi önemi' adlı çalışmada meyan bitkisinin zayıflama amaçlı da kullanıldığı tespit edilmiştir.

Çömlekçioğlu ve Karaman (2008), tarafından yapılan "Kahramanmaraş şehir merkezindeki aktarlarda bulunan tıbbi bitkiler" adlı çalışmada 178 adet bitki tespit edilmiş ve bunlardan 5 tanesinin zayıflama amaçlı satıldığı tespit edilmiştir.

Altan (2008), "Aktarlar: şifalı bitkilerin kullanımı ve etik sorunlar" adlı çalışmada tıbbi bitkilerin kullanımında endüstrileşmiş ülkelerdeki örnekler dikkate alınarak ülkemize uyarlanmış çözüm önerileri ile sağlıklı bir hale dönüştürülmesi hedeflenmiştir.

Yildirim ve ark. (2008), "Ethnobotanical and pharmacological uses of some plants in the districts of Karpuzalan and Adiguzel (Van-Turkey)" isimli çalışmada 79

farklı bitkinin etnbotanik özelliklerini tespit edilmiş ve bunlardan 3 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Bayramoğlu ve Toksoy (2009), "Aktarlar ve Tıbbi Bitki Ticareti Üzerine Bir Araştırma" isimli çalışmada Doğu Karadeniz Bölgesindeki durumu ele almışlardır.

Erkekoğlu ve ark. (2009), "Türkiye'de zayıflama amacıyla kullanılan toz karışımların ve likit preparatların toksikolojik açıdan değerlendirilmesi" isimli çalışmayı yapmışlardır.

Solmaz ve Pınar (2009), "Tedavi amacıyla kullanılan bitkiler ve bitkisel ürünlerin yan etkileri" adlı çalışmada tıbbi bitkilerin yan etkileri tespit edilmiştir.

Koçtürk ve ark. (2009), tarafından yapılan, "Türkiye'de bitkisel ilaçlara bakış" adlı çalışmada Türkiye'de seçilen 28 ilde yapılan hekim reçetesi dışında bitkisel ilaç kullanımı, okuryazar olmayan grupta %55.10 ile en yüksek oranı alırken, ilkokul mezunlarında bu oran % 47.11 olarak en düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Kendir ve Güvenç (2010), "Etnobotanik ve Türkiye'de yapılmış etnobotanik çalışmalara genel bir bakış" adlı çalışmalarında 91 bitkinin etnobotanik özelliği çalışmalarında değerlendirilmiştir.

Faydaoğlu ve Sürücüoğlu (2011), "Geçmişten günümüze tıbbi ve aromatik bitkilerin kullanılması ve ekonomik önemi" adlı çalışmada tıbbi ve aromatik bitkilerin hangi hastalıklarda kullanıldığı ve ekonomik önemi ele alınmıştır.

Altay ve Karahan (2012), "Tayfur Sökmen Kampüsü (Antakya-Hatay) ve çevresinde bulunan bitkiler üzerine etnobotanik bir araştırma" adlı çalışmada 28 familyaya ait 43 takson tespit edilmiş ve 5 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı belirtilmiştir.

Gelse (2012), “Adıyaman ve çevresinin etnobotanik özellikleri” isimli çalışmada Adıyaman merkez ve köylerinde 43 familyaya ait 102 bitkinin etnobotanik açıdan kullanımları belirlenmiş ve 4 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı belirtilmiştir.

Açıkgöz ve Demirkol (2012), "Bitkisel tedavi, halk hekimliği ve aktarlar" isimli çalışmayı yapmışlardır.

Candaş (2012), “Türkiye‟de yaygın kullanılan bitki çaylarının sitotoksik ve genotoksik etkilerinin araştırılması” isimli çalışmada İstanbul’daki aktarlardan toplanan bitki ve meyve çayı örneklerinde toksisite değerlendirilmesi yapılmıştır.

Polat ve ark. (2012a), "Investigations of ethnobotanical aspect of wild plants sold in Bingöl (Turkey) local markets" adlı çalışmalarında yerel pazarlar gezilerek yapılan araştırmalar sonucunda 32 yabani bitki taksonu tespit edilmiş ve 4 tanesinin zayıflama amaçlı satıldığı belirtilmiştir.

Polat ve ark. (2012b), "An evaluation of ethnobotanical studies in Eastern Anatolia" adlı çalışmada 132 etnobotanik içerikli yayın ve 15 tez olmak üzere toplam 147 araştırma tespit edilmiştir.

Akan ve ark. (2013), tarafından yapılan ‘Birecik yöresindeki bazı baklagil bitkilerin etnobotanik özellikleri’ adlı araştırmada Leguminosae (Baklagiller) familyasına ait 55 takson belirlenmiş ve 1 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Aslan (2013), "Plants used for medical purposes in Şanlıurfa (Türkiye)." adlı çalışmada 27 doğal, ve 14’ü kültür olmak üzere toplam 41 takson tespit edilmiş ve 5 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı belirtilmiştir.

Kara ve ark. (2013), "Kazdağlarından (Balıkesir-Edremit) toplanan ve çay olarak tüketilen tıbbi ve aromatik bitkiler” isimli çalışmalarında 20 aktar ve 7 halk

pazarı gezilmiş ve 11 bitkinin tıbbi amaçlarla tüketildiği, bunlartdan 3 tanesinin zayıflama amaçlı kullanıldığı belirtilmiştir.

Sargın ve ark. (2013), "Alaşehir (Manisa) yöresindeki aktarlarda satılan tıbbi bitkiler ve kullanım özellikleri" adlı çalışmalarında yörede tıbbi amaçlarla kullanımı yaygın olan 29 familyaya ait 52 takson belirlenmiştir.

Demirez ve ark. (2014), "Ankara aktarlarında nane adıyla satılan örnekler üzerinde çalışmalar." adlı çalışmada nane olarak satılan yaprak numuneleri üzerinde araştırmalar yapılmıştır.

Korkmaz ve ark. (2014), "Kelkit (Gümüşhane) aktarlarında satılan tıbbi bitkiler" adlı çalışmada Kelkit ilçesi aktarlarında satılan 48 familyaya ait 102 taksonun yörede tıbbi amaçlarla kullanıldığı tespit edilmiştir.

Uzun ve ark. (2014), "Bitkisel ürünlerin yanlış kullanımı ve zararları" adlı çalışmada tıbbi bitkilerin yanlış kullanımı ve zararları tespit edilmiştir.

Gürdal ve Özhatay (2014), "Zayıflama çaylarında bulunan funda türleri" isimli çalışmayı yapmışlardır.

Dağlı (2015), tarafından 'Şanlıurfa merkez ilçe ve köylerinde yapılan etnobotanik çalışma'da 39 familyadan 87 cinse ait 111 takson tespit edilmiştir.

Akan ve Ayaz (2016), tarafından Şanlıurfa Gölpınar mesire alanı'nda yapılan etnobotanik araştırmada 64 bitki tespit edilmiştir.

Akan ve Bakır Sade (2015), tarafından Adıyaman'ın Kâhta ilçesi ve Narince köyünde yapılan araştırma sonucunda 51 familyaya ait 113 bitkinin etnobotanik açıdan kullnımları tespit edilmiştir.

Altay ve ark. (2015), "An ethnobotanical research on wild plants sold in Kırıkhan district." adlı çalışmada araştırma alanında aktarlarda 70, semt pazarlarında ise 37 bitki taksonun bazı etnobotanik özellikleri tespit edilmiştir.

Kökçü ve ark. (2015), "Medicinal plants sold in Çanakkale/Turkey city center herbalists" isimli çalışmada 92 familyaya ait 244 cins ve 280 bitki taksonunun satıldığı tespit edilmiştir.

Adıgüzel ve ark. (2016), "İstanbul ilinde tıbbi, aromatik ve baharat bitkileri satışı yapan aktarların yapısal özellikleri ve mevzuat hakkındaki görüşleri" adlı çalışmada aktarlar ve gıda güvenliği konusu ele alınmıştır.

Kabakçı (2016), "Paket Bitki Çayları Üzerinde incelemeler" isimli çalışmada 153 çeşit bitki çayları üzerinde incelemeler yapılmıştır.

Volkan ve ark. (2016), "Kumru (Ordu) yöresinde doğal olarak yetişen bazı tıbbi ve aromatik bitkiler" adlı çalışmada bölgede 54 tıbbi ve aromatik bitki tespit edilmiştir.

Furkan (2016), "Adıyaman ilinde yetişen bazı bitkilerin etnobotanik özellikleri" isimli çalışmada elde edilen bitkilerden 118'i tıbbi amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Bulut ve ark. (2017), tarafından "Gaziantep'in Nizip ilçesinde yapılan etnobotanik çalışma"da toplam 27 bitkinin yöre halkı tarafından farklı rahatsızlıkların tedavisinde kullandıkları tespit edilmiştir.

Akca (2017), "Düzenli olarak spor salonuna giden kadınların zayıflama amacıyla bitkisel ürün kullanım yaklaşımlarının saptanması" adlı çaılşmada düzenli olarak spor salonuna giden kadınların zayıflama amacıyla bitkisel ürün kullanım yaklaşımlarının saptanması tespit edilmiştir.

Özhatay (2017), "İstanbul'un Avrupa yakasındaki eczane ve aktarlarında zayıflatıcı amaçlı satılan bitkisel droglar" isimli çalışmada karışım çaylarının belli bir formülasyona uyularak hazırlandığı belirtilmiştir.

Çapraz (2017), "Zayıflama kliniğine başvuran bireylerin bitkisel destek ürünleriyle ilgili bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi" adlı çalışmada zayıflama kliniğine başvuran bireylerin, bitkisel destek ürünleri hakkındaki bilgilerini ve bu ürünlere karşı tutumlarını tespit etmek amacıyla yapılmıştır.

Martin (2018), "35-45 yaş arası obez kadınlarda bitkisel zayıflama ürünleri kullananlar ve kullanmayanların antropometrik ölçümler açısından değerlendirilmesi" isimli çalışmada bitkisel zayıflama ürünü kullananlar ve kullanmayanların beslenme alışkanlıklarını belirlemek, bireylerin BKİ, BKO ve antropometrik ölçümler açısından değerlendirilmesi amacı ile yapılmıştır.

Fidan ve Akan (2018), "Tek Tek dağları milli parkı (Şanlıurfa-Türkiye) eteklerindeki bazı köylerde etnobotanik bir çalışma"'da 44 familyaya ait 120 takson tespit edilmiştir.

Oymak (2018), "Bozova (Şanlıurfa) halkının kullandığı doğal bitkilerin etnodotanik özellikleri" isimli çalışmada 171 bitkinin etnobotanik özellikleri tespit edilmiştir.

Dalar ve ark. (2018), "Traditional medicinal plants of Ağrı province, Turkey" isimli çalışmada 118 bitkinin etnobotanik özelliklerini ortaya koymuşlardır.

Demirci Kayıran ve Kırıcı (2019), "Adana (Türkiye) aktarlarında tedavi amacıyla satılan bitkisel droglar" isimli çalışmada 20 farklı aktar ziyaret edilmiş ve 142 tıbbi ve aromatik bitki türünün satışının yapıldığı belirlenmiştir.

Alpınar ve Yazıcıoğlu (2019), Türkiye etnobotanik bibliyografyası 1928-2018 isimli çalışmada ülkemizdeki son 90 yılda yapılmış etnobotanik çalışmalara yer vermektedir.

Ötnü (2019), "Şanlıurfa'daki eczanelerde ve aktarlarda fitoterapi amaçlı satılan bitkiler" isimli çalışmada 48 eczane ve 13 aktarda araştırma yapılmış ve 144 bitkinin fitoterapi amaçlı kullanıldığı tespit edilmiştir.

Aslan (2019), "Yaslıca Beldesi ve Arıkök köyü (Şanlıurfa)'nün etnobotanik açıdan araştırılması" adlı çalışmada 42 familyaya ait 95 takson belirlenmiştir.

3. MATERYAL ve YÖNTEM

Bu çalışma, Şanlıurfa merkez ilçelerdeki aktarlarda zayıflamak amaçlı satılan bitkisel ürünlerin tespiti için yapılmıştır. Şanlıurfa merkezdeki aktarlar periyodik olarak ziyaret edilmiş, çalışmalar esnasında bitkilerin ve terkiplerin isimleri ve kullanım alanları ile ilgili notlar alınmıştır. Aktarlarda zayıflama amaçlı satılan bitkilerin fotoğrafları çekilmiştir. Bitkilerin latince isimleri, yöresel isimleri ve terkipleri de bu araştırma vesilesiyle ortaya konulmuştur. Elde edilen bilgiler için "Bilgi kayıt formları" oluşturulmuştur.

Bilgi formlarında yer alan sorular:

- Zayıflama amaçlı kullanımı olan bitkilerin neler olduğu
- Bitkiye verilen yöresel isimler
- Bitkinin kullanım biçimi
- Bitkinin hangi kısımlarının kullanıldığı

Aktar ziyaretleri sırasında dikkat edilen hususlar şunlar olmuştur:

- Bitki satışı açık mı yoksa paketli mi yapıldığı
- Bitkilerin saklanma koşulları
- Tıbbi bitkiler dışında satışı yapılan ürünlerin olup olmadığı
- Aktarların deneyim sahibi olup olmadıkları
- Satışı yapılan bitkilerin etiketi olup olmadığı

Pilot çalışma olarak farklı semtlerden seçilen 20 aktar dükkânında araştırma yapılmıştır. Aktarların adı, yaşı ve eğitim durumu da tabloya eklenmiştir (Çizelge 3.1). Ayrıca, bu çalışmada zayıflama amaçlı satılan çok sayıda terkibin muhteviyatı, üretici firmaları, kullanım amaçları ve drogların bilimsel isimleri de tespit edilmiştir. Araştırma yapılan aktarlardaki bitki ve terkiplerin fotoğrafları da çekilmiş ve ekler bölümünde sunulmuştur.

Şanlıurfa kent merkezindeki Haliliye, Eyyübiye ve Karaköprü merkez ilçelerinde zayıflama amaçlı satılan tıbbi bitkilerin tespiti için belirli periyotlarla Aktarlar ziyaret edilmiştir. Materyal olarak aktarlarda satılan bitki örnekleri kullanılmış ve bilimsel teşhisleri yapılmıştır. Teşhisinde zorluk çekilen bitki örnekleri için uzman akademisyenlerden destek alınmıştır. Bitki örneklerine araştırmacının numarası verilmiştir. Bitki örnekleri familya, cins ve tür düzeyinde belirlenmiştir. Bu bitkilerin teşhisinde öncelikli kaynak olarak Türkiye Florası'ndan (Davis, 1965-1985; Davis vd., 1988; Türkiye Florası cilt 11 (Güner vd., 2000), Resimli Türkiye Florası 1 (Güner ve Ekim 2014) ve Resimli Türkiye Florası 2 (Güner vd., 2018) adlı eserlerden yararlanılmıştır. Araştırmada elde edilen bitki örnekleri, Harran Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Herbaryumu (HARRAN)'unda saklanmaktadır.

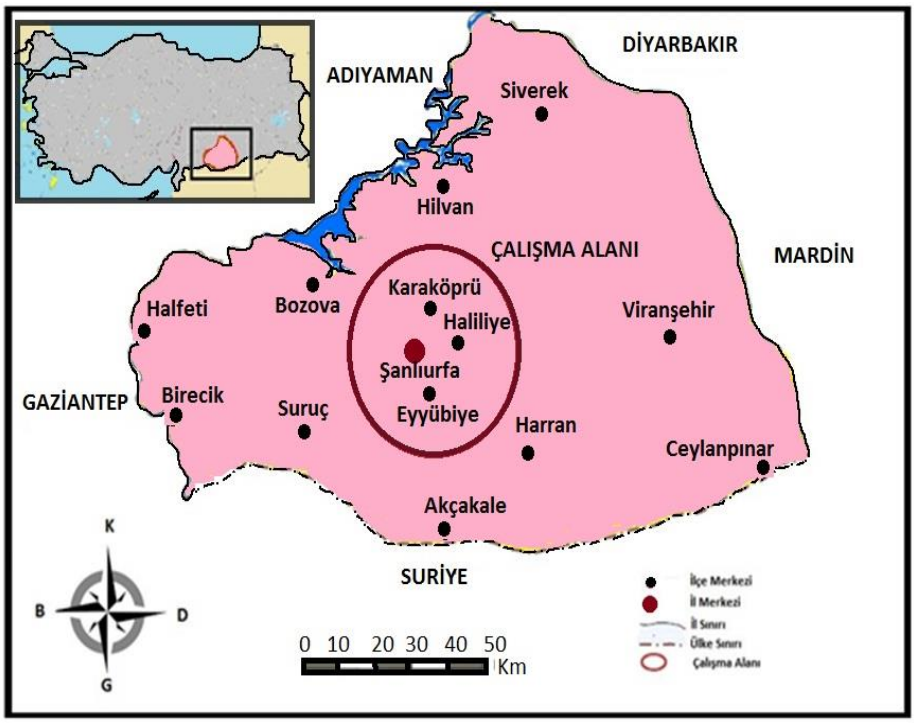
Çalışmada yararlanılan kaynak kişiler ayrıntılı şekilde Çizelge 3.1'de verilmiştir. Ek 1'de araştırma alanında belirlenen aktarların genel görüntüleri (Ek 1 Şekil: 1-20), Ek 2'de zayıflama amaçlı satılan bitkilerin ve Ek 3'de terkiplerin fotoğrafları verilmiştir.

Çizelge 3. 1. Şanlıurfa'da tıbbi bitki satan ve ziyaret edilen aktarların bilgileri

Firma Adı	Aktar Adı	Yaşı	Eğitim Durumu
Aktar Halepli Ahmet	Ahmet Yavuz	40	Lise
Attar Abdurrahmanoğlu	Faruk Açıkgöz	56	Lise
Attar İsa	İsa Demirkol	41	Ortaokul
Bahçelievler Aktarı	Faruk Karakeçili	37	Ortaokul
Bitki Market	Murat Koç	40	Lise
Çağdaş Attar pazarı	Mustafa Demirkol	45	Ortaokul
Dedeoğlu Gıda	Yusuf Dedeoğlu	54	İlkokul
Demirkol Aktar	Mehmet Demirkol	60	İlkokul
Demirkol Ticaret	Murat Demirkol	21	Lise
Eyyüp Şifalı Bitkiler	Recep Akçal	46	İlkokul
Güneş Aktar	Ahmet Güneş	27	Lise
Hacı Yusuf Attar	Yusuf Durmaz	35	Lise
Harran Baharatçılık	Mehmet Güzel	40	Lise
Karacabey Urfa Bazaar	İsmail Karaca	26	Lise
Karagöz Şifalı Bitkiler	Ahmet Karagöz	54	Ortaokul
Lokman Hekim Attar İsa'nın oğlu	Halil Demirkol	56	İlkokul
Reyhan Bitkisel	Ömer Kara	38	Lise
Saraç Attar	Said Saraç	55	Üniversite
Yenişehir Attar Pazarı	Murat Demirkol	40	Lise
Yunus Emre Şifalı Bitkiler	Mustafa Demirkol	25	Lise

3.1. Şanlıurfa'nın Genel Özellikleri

Güneydoğu Anadolu Bölgesi'nin Orta Fırat Bölümü'nde yer alan Şanlıurfa; Mardin, Diyarbakır, Adıyaman, Gaziantep ve Suriye toprakları arasında bulunmaktadır. Davis grid sisteminin C6, C7 ve C8 karesinde yer almaktadır (Davis, 1965-1985). Çalışma alanı haritası Şekil 1' de verilmiştir.



Şekil 3.1. Çalışma alanının haritası

3.2. İklim ve Bitki örtüsü

İklim: Şanlıurfa genelde karasal bir iklim özelliği göstermektedir, yazları çok kurak ve sıcak, kışları bol yağışlı ve nispeten ılık geçmektedir. Şanlıurfa ili Akdeniz iklim bölgesinin"Yarı Kurak" iklim bölgesine girmektedir (Akman, 2011). Son verilere göre Şanlıurfa ilinde yıllık ortalama sıcaklık 18,7 °C 'dir. Ortalama sıcaklık, Temmuz ayında 39,4 °C, ortalama düşük sıcaklık Ocak ayında 3,2 °C'dir. Yıllık ortalama yağış miktarı 457,8 mm'dir (Anonim, 2010).

Bitki örtüsü: Toprakların %60'ı kültür alanları ve %38'i çayır ve mer'alardan oluşmaktadır. Ormanlık ve fundalık oranı ise çok yetersiz olup %0,6'dır. Dağ yamaçları, akarsu kenarları, yüksek yerler, orman ve çalılıklar da bulunmaktadır. İl bazında *Quercus* L. (meşe), menengiç bitkisi (*Pistacia terebinthus* L.), *Populus* L (kavak), *Pistacia khinjuk* Stocks (yabani fıstık ağacı), *Salix* L. (söğüt) ve *Crataegus* L. (alıç) gibi orman kalıntılarına rastlanır**.**

Genellikle otsu formda bozkır görünümlü doğal alanlar mevcuttur. İlkbaharda papatya (Anthemis spp.), çiğdem (Crocus spp.), menekşe (Viola spp.), gelincik (Papaver spp.), düğünçiçekleri (Ranunculus spp.), kandamlaları (Adonis spp.), ballıbabalar (Lamium spp.), sığırkuyrukları (Verbascum spp.), devedikenleri (Cirsium spp., Carduus spp.), gevenler (Astragalus spp.), çoban yastıkları (Acantholimon spp.), peygamberçiçekleri (Centaurea spp.) ve Hazeranlar (Delphinium spp.) gibi bitkiler yer almaktadır. Özellikle Poaceae (buğdaygiller) ve Fabaceae (Baklagiller) bolluğu ile oluşmuş bitki birlikleri karakteristiktir (Aydoğdu ve Akan, 2005; Balos ve Akan, 2008).

4. ARAŞTIRMA BULGULARI ve TARTIŞMA

4.1. Bulgular

Bu çalışmada verilen bilgiler, Şanlıurfa'daki Aktarlarla yapılan görüşmeler sonucu elde edilen derleme bilgilerdir. Tüm hastalıklarınızda doktora danışmadan kullanmayınız.

Bulgular kısmı iki ana bölümden oluşmaktadır:

1) Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan bitkiler
2) Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan terkipler (karışımlar)

Araştırılan bitkiler familya isimlerine göre alfabetik olarak aşağıda verilmiştir:

a) Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan bitkiler

APIACEAE (UMBELLIFERAE) /MAYDANOZGİLLER

Petroselinum crispum (Mill.) AW. Hill (Ek 2. Şekil 21)

Yöresel ismi : Maydanoz

Kullanılan kısımları : Toprak üstü kısımları

Kullanım şekli : Yarım demet maydanoz bir su bardağına konulur ve bir adet limon da içine atıldıktan sonra mutfak robotundan geçirilmektedir. Sabah kahvaltılarından önce içilmesi tavsiye edilmekte ve yaklaşık bir ay boyunca kullanılması önerilmektedir. Böylelikle yağ yakımını hızlandırıp, zayıflatma etkisi olduğu ifade edilmektedir. Göbek eritici özelliği olduğu da aktarlar tarafından ifade edilmektedir. Bazı aktarlarda kurutulmuş halde de satılmaktadır.

Bitki Örnek no : AA 1075

Coriandrum sativum L. (Ek 2. Şekil 22)

Yöresel ismi : Kişniş, Aşotu, Kuzbere, Kezbera

Kullanılan kısımları : Tohum

Kullanım şekli : Bazı aktarlarda Kişniş'e Aşotu denilmektedir. Mide salgılarını arttırıcı ve hazmettirici amaçların yanı sıra zayıflaamada kullanılan bitkilerden biri olduğu ifade edilmektedir. Zayıflama ile ilgili karışımlara da konulmaktadır. Kişniş tohumlarını ezdikten sonra sıcak suyun içine atılması ve 5 dakika demlendikten sonra içilmesi önerilmektedir. Aktarlarda daha çok kişniş tohumu şeklinde satılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1014

Foeniculum vulgare Mill. (Ek 2. Şekil 23)

Yöresel ismi : Rezene

Kullanılan kısımları : Meyveleri, aromatik yağı, tohumu

Kullanım şekli : Şanlıurfa'daki aktarlarda rezene'nin meyvelerinden infüzyon yoluyla elde edilen çay daha çok anne sütünü arttırıcı amacıyla satılmaktadır. Ayrıca süt çocuklarında mide ve bağırsak gazlarını önlemek ve gidermek, bebeği sakinleştirmek için de kullanımı mevcuttur. Aktarlarda rezene meyvesi, rezene tozu, rezene çayı ve hatta rezene yağı bile satılmaktadır. Aktarlardan aldığımız bilgiye göre, zayıflama amacı için rezene tohumu hem terkiplere konulmakta hem de tohumları sıcak suda demlenerek çay gibi içilebilmektedir. Rezene çayı aynı zamanda iştahı kesme özelliği olduğu belirtilmektedir. Detoks etkisi olduğu, vücuttaki fazla yağları erittiği ve kilo vermekte etkili olduğu belirtilmektedir. Metabolizmayı hızlandırdığı söylenmektedir.

Bitki örnek no : AA 1011

Pimpinella anisum L. (Ek 2. Şekil 24)

Yöresel ismi : Anason

Kullanılan kısımları : Meyveleri, tohumu

Kullanım şekli : Aktarlarda daha çok gaz giderici, süt artırıcı, spazm azaltıcı etkileri için satılmaktadır. Ancak, göbek, bel ve karın yağlarını yakan özellikleri olduğu da belirtilmektedir. Ayrıca, zayıflama amacı için rezene tohumu terkiplere konulmaktadır. Birkaç hafta içinde göbekteki yağları yaktığı söylenmektedir. Suyun içine bir tatlı kaşığı anason tohumu konulduktan sonra bir gece bekletilir ve ertesi

sabah suyunun içilmesi gerektiği belirtilmektedir. Yaklaşık 1 ay kullanılması önerilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1025

AQUIFOLIACEAE / ÇOBANPÜSKÜLÜGİLLER

Ilex paraguairensis St. Hill. (Ek 2. Şekil 25)

Yöresel ismi : Mate

Kullanılan kısım : yaprakları

Kullanım amaçları : Şanlıurfa'daki aktarlarda daha çok zayıflama amaçlı satılan ürünlerin başında gelmektedir. İnfüzyon yoluyla elde edilen mate çayı aşırı iştahı dengeleyici özelliği dolayısıyla zayıflama çayı olarak kullanılmaktadır. İçeriğinde kafein maddesi olduğu ifade edilmekte ve iştahı keserek kilo vermede önemli rol üstlenmektedir. Aktarlarda bazen hazır paket olarak satılır bazen de açıkta satılmaktadır. Mate bitkisinin yaprakları demleme metoduyla hazırlanmaktadır. Genelde 1 fincan kaynamış suya 1 tutam mate çayı ilave edilerek hazırlanmaktadır. Genelde çubuk tarçın katılması önerilmektedir. Şanlıurfa'da hemen hemen bütün aktarlarda satılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1009

ASTERACEAE (COMPOSITAE) /PAPATYAGİLLER

Achillea oligocephala DC. (Ek 2: Şekil 26)

Yöresel ismi : Civanperçemi

Kullanılan kısımları : çiçek, toprak üstü kısmı, aromatik yağ

Kullanım şekli : Şanlıurfa'daki aktarlarda daha çok sancı kesici ve basur yaralarını iyileştirici amacıyla satılmaktadır. Aktarlardan alınan bilgiye göre Civanperçemi zayıflama amaçlı kullanılan ve kilo verme hızını arttıran bitkilerden bir tanesidir. İki bardak suyun içine bir çorba kaşığı konulduktan sonra 10 dakika kadar kaynatılıp demlenmesi gerekmektedir. Bir çay kaşığı kadar bal da konulması önerilmektedir. Her gün düzenli olarak içilmesi gerektiği belirtilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1028

Helichrysum orientale (L.) DC. (Ek 2. Şekil 27)

Yöresel ismi : Altın Otu, Ölmez Çiçek, Sarısolmaz

Kullanılan kısımları : Toprak üstü kısımları, çiçekli kısımları

Kullanım şekli : Aktarlarda daha çok idrar sökücü ve Böbrek rahatsızlıkları için satılmaktadır. Zayıflama için hazırlanan terkiplere de konulmaktadır. Bitkinin bir bir demet daha bir litre kaynar suda demlendikten sonra süzülüp içilmektedir. Şanlıurfa aktarlarında genellikle açıkta satılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1023

Matricaria chamomilla L. var. **chamomilla** (Ek 2. Şekil 28)

Yöresel ismi : Papatya, mayıs papatyası

Kullanılan kısımları : çiçekleri, aromatik yağ

Kullanım amaçları : Şanlıurfa'daki aktarlarda Papatya çayı daha çok nezle ve gripte kullanılan bitkilerden biridir. Ayrıca yatıştırıcı ve ateş düşürücü olarak da kullanıldığı belirtilmektedir. Zayıflama diyetlerinde de kullanılan önemli bir bitkidir. Papatya çayının hazırlanışı için bir kaşık papatya çiçeği kaynamış suya konulur ve soğumaya bırakılır. Bu karışıma iki dilim ekşili limon konulması da önerilmektedir.

Bitki örnek no: AA 1001

CHENOPODIACEAE /ISPANAKGİLLER

Chenopodium quinoa Willd. (Ek 2: Şekil 29)

Yöresel ismi : Kinoa

Kullanılan kısımları : Tohumu

Kullanım şekli : Aktarlardan aldığımız bilgiye göre Kinoa bitkisinin içerisinde bol miktarda protein bulundurmaktadır. İçeriğindeki bol proteinden dolayı bu bitki karnı tok tutmakta ve zayıflamaya yardımcı olmaktadır. Genellikle zayıflama diyetlerinin başında gelmektedir. Yağ yakımını hızlandırdığı ve tokluk hissi verdiği ifade edilmektedir. Kinoa tohumu yarım saat kadar suyun içinde bekletildikten sonra içilmesi tasviye edilmektedir. Ayrıca, Kinoa tohumu tane olarak da yemeklere konulabilmektedir. Aktarlarda açık şekilde Kinoa tohumu satılmaktadır. Aynı zamanda Kinoa bitki çayının da satıldığı gözlemlenmiştir.

Bitki Örnek no : AA 1074

CUPRESSACEAE / SERVİGİLLER

Juniperus communis L. var. **communis** (Ek 2. Şekil 30)

Yöresel ismi : Ardıç

Kullanılan kısım : meyve, aromatik yağ, tentür,

Kullanım şekli : Aktarlarda daha çok idrar söktürücü, mideyi kuvvetlendirici ve balgam çıkartıcı amaçlarla satıldığı gibi zayıflama amaçlı satılan bitkilerden biridir. Taze dallarından elde edilen çayla zayıflamak amaçlı kullanılmaktadır. Bir kaynar suya bir tatlı kaşığı ardıç meyvesi konulup yarım saat kadar demlendirildikten sonra sabah ve akşamları günde iki kez birer bardak içilmesi önerilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1066

ERICACEAE / FUNDAGİLLER

Erica vulgaris L. (Ek 2. Şekil 31)

Yöresel ismi : Funda

Kullanılan kısımları : Yaprakları

Kullanım şekli : Aktarlarda Funda yaprağından yapılmış çay daha çok böbrek taşı düşürenlere önerilmektedir. Ancak, funda yaprağı çayı vücuttaki yağları erittiği ve zayıflamaya yardımcı olduğu da belirtilmektedir. Yemeklerden sonra içilmesi tavsiye edilmektedir. Funda yaprağı kaynatılmış suda 5 dakika kaynatılıp yarım saat demlendirilmesi önerilmektedir. Aynı zamanda zayıflama terkiplerinde de en çok tercih edilen bitkilerden biri olduğu aktarlar tarafından ifade edilmektedir. Funda yaprağı, yeşil çay, Biberiye ve mate'den oluşan bir terkip çay gibi içilerek kilo vermeye yardımcı olunmaktadır. Şanlıurfa'daki aktarlarda funda yaprağı hem açık torbalarda hem de ambalajlı paketlerde satılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1021

FABACEAE / BAKLAGİLLER

Cassia angustifolia L. (Ek 2. Şekil 32)

Yöresel adı : Açlık otu, Aşlık otu, deve gözü, erkek sinameki

Kullanılan kısımları :Yaprak, meyve

Kullanım amaçları: Bu bitki aktarlarda daha çok Açlık otu ismiyle satılmakta ancak bazı aktarlarda bu bitkiye Deve gözü de denilmektedir. Vücuttaki yağları çözmede yardımcı olmakta ve tokluk hissi vererek kilo vermede yardımcı olmaktadır. Ayrıca, bağırsakların çalışması ve metabolizmayı hızlandırması sebebiyle kabızlık sorununu ortadan kaldırmaktadır. Açlık otu doğal bir müshil olduğu ifade edilmektedir. Şanlıurfa'daki aktarlarda hem çuvallar içerisinde hem de ambalajlı paket tarzında satılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1010

Cassia marilandica L. (Ek 2. Şekil 33)

Yöresel İsmi : Sinameki

Kullanılan kısımları : Yaprak, meyve

Kullanım şekli : Tüm aktarlarda satılan Sinameki bitkisi en çok kabızlık giderici özelliği nedeniyle satılmaktadır. Popüler zayıflama diyetlerinin başında geldiği ifade edilmektedir. Aktarların verdiği bilgiye göre bir bardak kaynatılmış su içine iki kaşık kurutulmuş sinameki yaprağı konulmalıdır. Aktarlarda bitkinin yarprakları satılmakta ve genelde açıktaki çuvallarda satışa sunulmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1017

LAMIACEAE / BALLIBABAGİLLER

Mentha piperita L. (Şekil Ek 2:34)

Yöresel ismi : Nane

Kullanılan kısımları : toprak üstü kısımları

Kullanım şekli : Bu bitki mide rahatsızlıklarında ve kış mevsimlerinde nezle, grip, üst solunum yolları enfeksiyonlarında nefes açıcı olarak satılmaktadır. Zayıflama diyetlerinde metabolizma hızlandırıcı olarak bilinen bitkilerden biri olup,

tek başına kullanılabildiği gibi zerdeçal ve elma ile birlikte terkiplerde de kullanılmaktadır. Yarım litre suya yarım 2 yemek kaşığı kuru nane kaynatılıp 5 dakika dinlendirildikten sonra içilmesi gerekmektedir. İçine bir limon konulmasın da önerilmektedir. Özellikle bayanların sabah aç karna naneli çayı sıkça tükettikleri ifade edilmiştir.

Bitki örnek no : AA 1020

Salvia hispanica L. (Ek 2. Şekil 35)

Yöresel ismi : Chia tohumu

Kullanılan kısımları : Tohumu

Kullanım amaçları : Aktarlarda zayıflama amaçlı satılan bitkilerin başında gelmektedir. Chia tohumu, yüksek düzeyde Omega-3 içeriğinden dolayı beyin ve kalp sağlığı üzerinde olumlu etkileri olduğu aktarılmaktadır. Ayrıca tokluk hissi verdiğinden dolayı da zayıflamak amacıyla da kullanılmaktadır. Chia tohumlarının lifli bir gıda olması ve uzun süre tok tutması en çok bilinen özelliklerinden biridir. Chia tohumlarının sıvı ile karıştırılıp sıvıyı emdikten sonra jel kıvamına geldikten sonra kullanılması gerekmektedir. Chia tohumu aynı zamanda yoğurt, çorba ve soslara katılarak da tercih edilebilir. Chia tohumlarının kuru formda yenilmemesi gerektiği ifade edilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1022

Rosmarinus officinalis L. (Ek 2. Şekil 36)

Yöresel ismi : Kuşdili, Biberiye

Kullanılan kısımları : Yaprakları

Kullanım şekli : Kış aylarında üst solunum yolu enfeksiyonları, grip ve soğuk algınlığı gibi hastalıkları önleyici amaçlı sıkça satıldığı ifade edilmektedir. Hem baharat hem de tıbbi amaçlı satılan bitkilerdendir. Aynı zamanda biberiye bitkisi kilo alımını engellediği de ifade edilmektedir. Tokluk hissi veren bitkilerdendir. Genellikle kaynatılmış suya bitkinin yaprakları konulur, süzüldükten sonra sıcak olarak içilmesi önerilmektedir. Biberiye çayı kilo vermeyi hızlandıran bir özelliğe sahip olduğu belirtildi. Aktarlarda hem açık hem de hazır paketlerde satıldığı tespit edilmiştir.

Bitki örnek no : AA 1016

Thymus fallax Fisch. & C.A.Mey (Ek 2. Şekil 37)

Yöresel ismi : kekik

Kullanılan kısımları : Toprak üstü kısımları, kekik yağı

Kullanım amaçları : Aktarlarda hazımsızlık giderici, balgam söktürücü ve öksürük kesici olarak satılmaktadır. Zayıflamaya yardımcı ve yağ yakıcı bitkilerdendir. Genellikle çay gibi kaynatılıp içilmektedir. Baharat olarak da kullanılan bitkilerdendir. Aktarlarda hem baharatı hem kekik yağı olarak kullanılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1018

Thymbra spicata L. var. **spicata** (Ek 2. Şekil 38)

Yöresel ismi : cahter, Zahter, zater, kara kekik, yalancı kekik, dağ kekiği

Kullanılan kısımları : Toprak üstü kısımları

Kullanım şekli : Aktarlarda daha çok bronşit ve sinüzit rahatsızlıklarında satılmaktadır. Ayrıca, baharat olarak da kullanılmaktadır. Kent merkezindeki kahvehanelerde zahter çayı ismiyle satılmaktadır. Bugünlerde en çok zayıflama çayları arasında yer aldığı ifade edilmektedir. Vücuttan fazla sıvı atımını kolaylaştırıcı özelliğe sahip olması nedeniyle zayıflama sürecini hızlandırdığı belirtildi. Yörede hem salatalarda hem de kahvaltılık bir yiyecek yapımında sıkça kullanılmakta olduğu belirtildi. Hamile ve guatr hastalığı olan insanlara önerilmemektedir.

Bitki örnek no : AA 1077

LAURACEAE / DEFNEGİLLER

Cinnamomum verum J. Presl (Ek 2. Şekil 39)

Yöresel İsmi : Tarçın

Kullanılan kısımları : Kabuk

Kullanım amaçları : Tarçın kilo vermeye yardımcı, kan şekerini dengeleyici ve antioksidan özellikleri nedeniyle aktarlarda satılmaktadır. Hem baharat hem de şifalı bitki olarak kullanılmaktadır. Tarçın bitkisi yağları yakmada ve metabolizmayı hızlandırmakta olduğu belirtildi. Tarçınlı su kilo vermede faydalı olduğu ifade

edilmektedir. Cezveye ya da çaydanlığa bir bardak su ve içine 1 kaşık tarçın konulup kaynatılması gerekmektedir. Bu karışım genelde sabahları aç karne içilmesi önerilmektedir. Aktarlarda hem toz hem de çubuk şeklinde satıldığı gözlemlenmiştir.
Bitki örnek no : AA 1008

Laurus nobilis L. (Ek 2. Şekil 40)
Yöresel ismi : Defne
Kullanılan kısımları : Yaprak, meyve, tohum, defne yağı,
Kullanım şekli : Aktarlarda defne yaprağı, defne yağı, defne meyvesi ve tohumu satılmaktadır. Yapraklarından elde edilen defne yağı haricen romatizma ağrılarını dindirici, vücut parazitlerini öldürücü olarak kullanılmaktadır. Çay gibi demlenerek gaz giderici ve kabızlık giderici olarak kullanılması tavsiye edilmektedir. Meyveleri ise cilt besleyici ve romatizmaya karşı kullanılması önerilmektedir. Zayıflama için defne yaprağından yapılan çay kilo vermek için kullanılmaktadır. Tarçın ile birlikte kullanılması önerilmektedir. Vücut dokularında tutulan sıvının vücuttan atılmasını kolaylaştırdığı ifade edilmektedir. Zayıflama için aktarların hazırladığı terkip genelde şöyle hazırlanmaktadır: Bir litre suya 1 çay kaçığı tarçın, 5 adet defne yaprağı ve 1 yemek kaşığı bal katılmaktadır.
Bitki örnek no : AA 1024

Persea americana Mill. (Ek 2. Şekil 41)
Yöresel adı : Avokado
Kullanılan kısımları : Yaprak, Meyvesi
Kullanım şekli : Aktarlardan alınan bilgiye göre Avokado bitkisi hem vitamin hem de mineral açısından zengin olup, kilo vermeye katkı sağlamakta ve özellikle tokluk hissi vermektedir. Aynı zamanda bol lif ieçeren bitkilerden biridir. Meyvesi taze olarak tüketilebildiği gibi yaprakları da zayıflama amaçlı kullanılmaktadır.
Bitki örnek no : AA 1067

LINACEAE / KETENGİLLER

Linum usitatissimum L. (Ek 2. Şekil 42)

Yöresel adı : Keten

Kullanılan kısımları : Tohum

Kullanım şekli : Hemen hemen tüm aktarlarda keten tohumunun satıldığı tespit edilmiştir. Tokluk hissi verip zayıflamak için kullanılmaktadır. Aktarlardan alınan bilgiye göre keten tohumu iel zayıflamak son zamanlarda popüler olmuştur. Keten tohumunun içinde omega-3 olduğu belirtilmekte ve bu durum yağ yakmaya yardımcı olmaktadır. Özellikle bölgesel yağlanmanın önüne geçildiği belirtilmektedir. Kabızlığı gidermeye yardımcı olan bitkilerden biri olarak önerilmiştir. Genelde aç karna 1 kaşık ezilmiş keten tohumunun ağızda çiğnenilmesi tavsiye edilmektedir. Sonrasında bir bardak suyun da içilmesi gerektiği belirtilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1012

MALVACEAE / EBEGÜMECİGİLLER

Hibiscus sabdariffa L. (Ek 2. Şekil 43)

Yöresel adı : Hibiskus, narçiçeği, Mekke gülü

Kullanılan kısımları : Çiçekler

Kullanım amaçları : Aktarlarda yaptığımız saha araştırmalarında hemen hemen tüm aktarlarda satıldığı tespit edilmiştir. C vitamini bakımından zengin bir bitki olduğu, bağışıklık sistemini güçlendirdiği ve kış aylarında nezle ve grip gibi hastalıklara karşı korunmaya yardımcı olduğu belirtilmektedir. Zayıflama amaçlı sıkça satılan bitkilerdendir. Metabolizma hızını arttırdığı ve kabızlığı da önlediği belirtilmektedir. İki çay kaşığı hibiskus çiçekleri bir sıcak su içine konulup, birkaç dakika bekletilip, süzüldükten sonra kullanılmaktadır. Bal, tarçın, zencefil ve bir parça limonun konulması da önerilmektedir. Aktarlarda hibiskus çiçeği çuvallar içerisinde açıktan satıldığı gözlenmiştir.

Bitki örnek no : AA 1015

MORINGACEAE / MORİNGAGİLLER

Moringa oleifera Lam

Yöresel adı : Moringa

Kullanılan kısımları : yaprakları

Kullanım şekli : Bütün aktarlarda zayıflama amacıyla satılan bitkilerin başında gelmektedir. Moringa çayı adıyla zayıflama amaçlı popüler olan bir bitkidir. Yaprakları daha çok toz haline getirilip çayı yapılan bir bitki olduğu belirtilmektedir. Poşet çaydan alınan bir miktar moringa'ya su dökülerek, 5 dakika demlenmeye bırakıldıktan sonra içilebilmektedir. Aktarlarda genelde bitkisel drog şeklinde kapalı kutularda poşet çay şeklinde satıldığı tespit edilmiştir.

Bitki örnek no : AA 1058

MYRTACEAE / MERSİNGİLLER

Syzygium aromaticum (L.) Merr. & Per (Ek 2. Şekil 44)

Yöresel ismi : Karanfil

Kullanılan kısım : çiçek, meyve, toz

Kullanım şekli : Aktarlarda bu bitki toz haline getirilip baharat olarak satıldığı gibi meyvesi de satılmaktadır. Bu bitki daha çok ağız kokusunu gidermek ve çaya hoş koku vermek için kullanılmaktadır. Aktarlarda Karanfil bitkisi zayıflamaya yardımcı olarak da satılmaktadır. Hem tek başına hem de zayıflama karışımlarına konularak da değerlendirilmektedir. Karanfil'li su zayıflamayı hızlandırdığı da söylenmektedir. Karanfil suyu hem yağ yakma hem de metabolizmayı hızlandırdığı için kilo vermeyi kolaylaştırdığı belirtilmektedir. Karanfil'li zayıflama terkibinde 1 adet çubuk tarçın ve 1 çorba kaşığı Zencefil kökü ile birlikte 1 çorba kaşığı karanfil ve 1 bardak su konulmaktadır. Hazırlanan bu terkibin sabah ev akşam yemeklerinden önce içilmesi önerilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1026

POACEAE (GRAMINEAE) / BUĞDAYGİLLER

Eragrostis tef (Zucc.) Trotter

Yöresel İsmi : Teff tohumu

Kullanılan kısımları : tohumları

Kullanım şekli : Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amacıyla satılan bitkilerin başında gelmektedir. Metabolizmayı hızlandırıp vücutta sindirilmeyen besinlerin sindirilmesinde yardımcı olduğu belirtilmektedir. Yemekten önce tüketildiğinde iştah bastırmaktadır. Teff tohumlarının yoğurt ile birlikte alınması önerilmektedir. Teff tohumları bir su bardağına konulduktan sonra üzerine kaynar su eklenmesi ve demletildikten sonra içilmesidir. Teff tohumlu çay kahvaltıdan yarım saat önce aç karna kullanılması önerilmektedir. Kapalı kutularda ambalajlı hazır şekilde satılmaktadır. Hamilelerin kullanmaması gerektiği belirtilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1063

Zea mays L. (Ek 2. Şekil 45)

Yöresel ismi : Mısır

Kullanılan kısımları : Püskülü

Kullanım şekli : Aktarlarda bitkinin püskülü satın alınabilmektedir. Zayıflamaya ve vücuttaki yağları eritmeye yardımcı olan bitkilerdendir. Kaynatılarak idrar sökücü ve mesane kumu düşürmede kullanılmaktadır. Ayrıca zayıflama amaçlı ve diyabete karşı yapılan terkiplere katılmaktadır. Bir tatlı kaşığı öğütülmüş mısır püskülü demlenir ve süzülür. Hazırlanmış püskül çayı yemeklerden önce içilir. Bu miktarın günde 3 kez içilmesi önerilir. Kiraz sapı ile birlikte de kullanılmasının daha faydalı olacağına inanılmaktadır. Şanlıurfa'da bolca kültürü yapılmaktadır.

Bitki örnek no : AA 1076

Avena sativa L. (Ek 2. Şekil 46)

Yöresel ismi: Yulaf

Kullanılan kısımları: meyve ve tohum

Kullanım şekli: Buğdaygiller familyasından olan Yulaf bitkisi zayıflama diyetlerinde özellikle kadınların sıkça kullandığı bitkilerden biridir. Lifli yapıyı bolca barındıran

Yulaf ezmesi aynı zamanda şekeri de dengede tutmakta olduğu belirtilmektedir. Uzun süre tok tutturan bitkilerdendir. Yulaf ezmesinin kullanıldığı dönemlerde günde en az 15 su bardağının içilmesi gerekmektedir. Aksi takdirde kabızlığa sebep olabilmektedir. Özellikle sabah kahvaltısında tüketilmesi önerilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1019

PORTULACACEAE / SEMİZOTUGİLLER

Portulaca oleracea L.

Yöresel İsmi : Semizotu, parpar, pırpırım

Kullanılan kısımları : Toprak üstü kısım

Kullanım şekli : Daha çok yorgunluk, halsizlik, Kolesterolün düşürülmesi ve kan basıncının dengelenmesinde satılan bitkilerdendir. Zayıflamaya faydalı olduğu ifade edilmektedir. İçindeki yüksek lif ve kalori değerinin düşük olması nedeniyle lilo vermeye birebir olduğu belirtilmektedir. Semizotu salatası ve yemeği sayesinde yağın yakımını kolaylaştırmaktadır. Ancak, aktarlarda semiz otu tohumu da satılmaktadır. Ayrıca, omega-3 bakımından zengin bir bitki olduğu da ifade edilmektedir.

Bitki örnek no : AA 1078

RANUNCULACEAE / DÜĞÜNÇİÇEĞİGİLLER

Nigella sativa L. (Ek 2. Şekil 47)

Yöresel ismi : Çörekotu, kara çörek

Kullanılan kısımları : Tohumları, çörek otu yağı

Kullanım şekli : Çörek otu bitkisi hakkında tüm aktarların hatırlattığı bir hadisi şerif vardır: "*Ölüm dışında hiçbir hastalık yoktur ki, çörek otunda onun için bir deva bulunmasın"*. Tohumlardan elde edilen yağ haricen saç dökülmesi ve kepeğe karşı kullanılmaktadır. Ayrıca bağışıklık sistemini güçlendirici, kansızlığı önleyici ve süt salgısını arttırıcı amaçlar için de yenilmektedir. Baharat olarak da pasta ve böreklerde aromatik kokusu nedeniyle kullanılmaktadır. Zayıflamak için de kullanılan etkili bitkilerden biri olduğu tüm aktarlar tarafından ifade edilmektedir.

Metabolizmayı hızlandırma ve tokluk hissini verme özelliği de mevcuttur. Çörek otu ile zayıflamaya başlamak için her öğünde yemeklerden yarım saat kadar önce bir tatlı kaşığı çörek otu tüketilmesi tavsiye edilmektedir. Aktarlardan alınan çörek otu tohumunun evde ezilmesi gerekmektedir. Çörek otu yağı da aynı amaç için kullanılmaktadır. Çörek otu yağı her yemekten önce yarım çay kaşığı miktarda tüketilmelidir. Bölgemizde doğal olarak da yetişen bir türdür.

Bitki örnek no : AA 1013

RHAMNACEAE / CEHRİGİLLER

Frangula alnus Mill. (Ek 2. Şekil 48)

Yöresel İsmi : Acı çehre

Kullanılan kısımları : kuru meyve, tohum

Kullanım amaçları : Acı çehre dalı zayıflamak için en çok tercih edilen bitkilerdendir. Zayıflamada, yağların azalmasında, ödemin atılmasında, kan şekeri ve kolesterolün düzenlenmesinde kullanılmaktadır. Özellikle kilo vermek isteyen kadınların sıkça kullandığı bitkilerden biridir. Sabah,öğle ve akşam yemeklerden yarım saat önce su ile içilmesi tavsiye edilmektedir. Vücudun belirli bölgelerindeki yağ depolarını yakan ve kabızlığı da gideren bir özelliğe sahip olduğu ifade edilmektedir. Bir bardak sıcak suya 5 adet acı çehre tohumu konulduktan sonra beş dakika demlenmesini sağladıktan sonra süzülüp içilebilmektedir. Aktarlarda cam kavanozda kuru meyvesi ve aynı zamanda bitkisel çayı satıldığı gözlemlenmiştir.

Bitki örnek no : AA 1027

Ziziphus jujuba Mill. (Ek 2. Şekil 49)

Yöresel ismi : Hünnap

Kullanılan kısım : Yaprak, meyve, sabit yağ

Kullanım şekli : Kuru meyve, yaprak

Kullanım amaçları : Aktarlarda bu bitkiye “ölümsüzlük meyvesi” de denilmekte ve bağışıklık sistemini kuvvetlendirmektedir. Antioksidan bakımından zengin olup karaciğer hastalıklarına da faydalı olduğu belirtilmektedir. Metabolizmayı hızlandıran ve vücutta yağ yaktıran bir özelliğe sahiptir. Dört adet Hünnap meyvesi

bir tencereye konulup, 3 litre su konulduktan sonra kaynatılıp, içine zencefil, armut, zencefil kabukları ve limon da eklendikten sonra Hünnap çayı içilebilmektedir. Hünnap bitkisinin yaprağı ise bronşit, astım, mide ve bağırsak hastalıklarında iyileştirici amaçlı çay şeklinde tüketilmektedir.

Bitki örnek no: AA 1069

ROSACEAE / GÜLGİLLER

Prunus armeniaca L. (Ek 2. Şekil 50)

Yöresel adı : kayısı

Kullanılan kısımları : meyve, çekirdek

Kullanım amaçları : Son zamanlarda kayısı zayıflama çayı popüler olduğu ifade edilmektedir. Meyvesi zayıflama amacıyla kullanılmaktadır. Bağırsakları çalıştırma özelliğine sahip olduğu, tokluk hissi verdiği ve kabızlığı da önlediği ifade edilmektedir. Sabahları aç karna üç tane kuru kayısının yemesi tavsiye edilmektedir. Gün içinde en fazla 10 tane kuru kayısının yenilmesi önerilmektedir. Kayısı çayı için çekirdekleri çıkartılmış üç-beş tane kayısı kaynar suya atılır, daha sonra çekirdekleri de suyun içine ilave edip demlemeye bırakıldıktan sonra süzülmektedir. Böylece kayısı çayı günde iki defa içilmesi gerekmektedir. Kayısı çayı yeşil çay ile birlikte hazırlanırsa daha da etkilidir. Daha fazlasının ishale yol açabileceği ifade edilmektedir. Kayısı çekirdeğinden yapılan kayısı yağı ve kuru meyvesi de satıldığı gözlemlenmiştir.

Bitki örnek no: AA 1072

Rosa canina L. (Ek 2. Şekil 51)

Yöresel ismi : Kuşburnu, Şilan

Kullanılan kısımları : Meyvesi, Tohumu

Kullanım amaçları : Aktarlarda en çok satılan bitkilerden biridir. C vitamini ve mineraller bakımından zengin olduğu söylenilmektedir. İdrar artırıcı, kuvvet verici ve bağışıklık sistemini kuvvetlendirici amaçlar için satılmaktadır. Tohumundan yapılan karışımların daha da etkili olduğu ifade edilmektedir. Ayrıca, zayıflamak için yapılan karışımlara katılmaktadır. Kurutulmuş kuşburnu bir havan içerisine 2 yemek

kaşığı kadar ezilir, ezilen kuşburnuna bir buçuk bardak su eklenerek kaynatılmaya bırakılır ve bir süre sonra kaynamaya ulaştıktan sonra dinlendirilir. Bu karışım ılık olarak ya da soğuk olarak tüketilebilir. Kuşburnu çayının tüketilmesinde herhangi bir sınır yoktur istenilen miktarda tüketilebilir. Çay gibi içilmektedir. Şekersiz olarak içilmesi tavsiye edilmektedir. Kuşburnu'nun karın yağlarının eritilmesinde etkili olduğu belirtilmektedir. Çok nadir de olsa Kuşburnu bitkisine Şilan isminin de verildiği tespit edilmiştir. Bu bitkiye Tansu Çiller Çayı da denilmektedir. Aktarlarda bitkinin daha çok hazır paketli olarak satıldığı görülmüştür.

Bitki örnek no: AA 1004

THEACEAE / ÇAYGİLLER

Camellia sinensis (L.) Kuntze (Ek 2. Şekil 52)

Yöresel İsmi : Yeşil Çay

Kullanılan kısımları : Yaprak

Kullanım amaçları : Aktarların ifadesine göre yeşil çayın zayıflatıcı, kan şekerini düzenleyici, kolesterol dengeleyici, tansiyon düşürücü ve damar tıkanıklığını önleyici etkileri bulunmaktadır. Yeşil çayın siyah çaya göre daha faydalı olduğu belirtilmektedir. Yeşil çayın hazırlanışı da şu şekilde tarif edilmektedir: Kaynayan su ılıdıktan sonra yeşil çayın üstüne eklenir ve demlenmesi için beş dakika kadar beklenilir. Geceleri birkaç bardak yeşil çayın çok faydalı olduğu belirtilmektedir. Yeşil çayın kuvvetli bir antioksidan olduğu da ifade edilmektedir. Zayıflama üzerindeki en önemli etkilerinden biri metabolizmayı hızlandırmasıdır. Aktarlarda yeşil çayların hazır torbalarda satıldığı gözlenmiştir.

Bitki örnek no: AA 1002

TILIACEAE / IHLAMURGİLLER

Tilia platyphyllos Scop. (Ek 2. Şekil 53)

Yöresel ismi : Ihlamur

Kullanılan kısımları : Çiçekleri

Kullanım şekli : Aktarlarda daha çok grip ve soğuk algınlığı tedavisi amacıyla satılmaktadır. Aynı zamanda detoks etkisi sağlayarak zayıflamayı kolaylaştırdığı ifade edilmektedir. Yağ yakımını desteklemekte ve kilo vermeyi kolaylaştırmaktadır. Bitkinin çiçekleri kaynatılıp içilmektedir. Özellikle sabahları aç karna içilmesi tavsiye edilmektedir. Kuşburnu, altın otu ve ıhlamur'dan oluşan bir terkiple zayıflamanın daha da etkili olacağı belirtilmektedir. Bu karışım 5 dakika kadar kaynatıldıktan sonra süzülür ve günde 3 defa içilmesi önerilmektedir. Hazır çay olarak paketlerde satıldığı gözlenmiştir.
Bitki örnek no: AA 1070.

URTICACEAE / ISIRGANGİLLER

Urtica dioica L. (Ek 2. Şekil 54)
Yöresel ismi : Isırgan otu
Kullanılan kısımları : Tohumları, kuru yaprakları
Kullanılış amaçları : Yaprakları çay gibi kaynatılarak ağrı kesici, kan temizleyici, hormon dengeleyici, idrar arttırıcı, iştah açıcı, adet söktürücü ve tansiyon düzenleyici olarak kullanılmaktadır. Tohumları ise kanser tedavisi için önerilmektedir. Özellikle, tohumları ezdirilip terkiplere karıştırılmaktadır. Isırgan otu çayı ödem atıcı, idrar söktürücü özellikleri nedeniyle zayıflama diyetlerinde sıkça başvurulmaktadır. Aktarlarda bitki çayının paketli hali satılmaktadır. Bazı aktarlarda bitkisel yağının da satıldığı gözlemlenmiştir.
Bitki örnek no: AA 1071

XANTHORRHOEACEAE / SARISABIRGİLLER

Aloe vera (L.) Burm.f.
Yöresel İsmi : Sarısabır
Kullanılan kısımları : Yapraklar
Kullanım amaçları : Son yıllarda popüler olan bitkilerden biridir. Aktarlarda daha çok cilt tahrişlerinde, vücudu nemlendirmede, ödemi geçirmede ve kabızlık tedavisinde kullanılmaktadır. Zayıflama için de kullanılmasının sebebi ise

metabolizmayı hızlandırması, sindirimi düzenlemesi ve ödem sorununu ortadan kaldırmasıdır. Bağırsakları yumuşattığı ve iyi çalışmasını sağladığı ifade edilmektedir. Özellikle ananas ve zencefil ile karıştırılarak hazırlanması daha faydalı olmaktadır. Bu karışımın kahvaltıdan önce içilmesi önerilmektedir. Bir başka terkip ise şöyledir: bir bardak ılık suya 2 kaşık Sarısabır suyu eklenir, bir limon sıkılır ve bir kaşık bal ile karıştılır. Kahvaltıdan 15 dakika önce içilmesi tavsiye edilmektedir. Bir başka karışım ise 1 tane sıkılmış limon, 500 ml *Aloe vera* suyu, 1 avuç kuru erik ve 1 tatlı kaşığı bal karıştırılarak hazırlanmaktadır. Bazı aktarlarda aromatik yağ, jel, krem, losyon, şampuan şeklinde satıldığı tespit edilmiştir.

Bitki örnek no: 1079

ZINGIBERACEAE / ZENCEFİLGİLLER

Curcuma longa L. (Ek 2. Şekil 55)

Yöresel ismi : Zerdeçal

Kullanılan kısımları : kök

Kullanım şekli : Zerdeçal bitkisi diyabetten kansere kadar birçok hastalığın tevdavisinde kullanılan, aktarlarda en çok satışı yapılan şifalı bitkilerden biridir. Mide rahatsızlıkları, üst solunum yolu ve soğuk algınlığı hastalıklarında kullanılır. Bölgesel yağlanmaları erittiği, kan şekerini dengede tuttuğu ve vücuttaki fazla yağların atılmasında yardımcı olduğu ifade edilmektedir. Zayıflama için bir bardak sıcak suyun içerisine bir tatlı kaşığı zerdeçal ve yarım limon ilave edilip karıştırılmaktadır. Bir çay kaşığı bal da ilave edilmesi ve kahvaltıdan önce aç karna içilmesi tavsiye edilmektedir. Aktarlarda tıbbi çay, toz ve baharat şeklinde satıldığı gözlenmiştir.

Bitki örnek no: AA 1006

Zingiber officinale L. (Ek 2. Şekil 56)

Yöresel ismi : Zencefil

Kullanılan kısımları : Aromatik yağ, toprakaltı gövdesi (taze veya kurutulmuş)

Kullanım şekli : Kökleri toz haline getirilir. Rendelenmiş Tozu pasta ve tatlı yapımında kullanılmaktadır. Bronşite bağlı öksürükte ve iltihap kurutucu olarak

kullanılmaktadır. Baharat olarak da çok tüketilen bir bitkidir. Zencefil ile iştah baskılanmaktadır. Antioksidan özelliklere sahip bir bitkidir. Mide hareketlerini uyardığı ve toksinlerin vücuttan atılmasını sağladığı ifade edilmektedir. Sabahları 1 çay kaşığı kadar zencefil suya katılır ve aç karna içilmesi tavsiye edilmektedir. Tarçın, nane ve limon da katılması önerilmektedir. Ya da ufalanmış bır zencefil parçası da çiğnenebilir. Aktarlarda tıbbi çay ve toz halinde satıldığı gözlenmiştir.

Bitki örnek no : AA 1007

Aktarlarda zayıflama amaçlı satılan terkipler (Ek 3. Şekil 57-77).

Çizelge 4. 1. Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan Terkipler

Ürünün Adı	Üretici Firmalar	Muhteviyatı
Acı çehreli karışık bitkisel çay	Lokman Sena Sultan	Acı çehre Yeşilçay Mate yaprağı Biberiye Kekik Funda Yaprağı
Açlık otlu karışık bitkisel çay	Biorganix life	Chia Tohumu Açlık Otu Biberiye Funda Yaprağı Kekik Goji berry Papatya Rezene Mersin Yaprağı Defne Yaprağı
Anasonlu karışık bitki çayı	Ress Dermolife	Anason
Avakodo bitkisel karışımlı çay	Nursima	Avakoda yaprağı Civanperçemi çiçeği Papatya çiçeği Kekik otu ve yaprağı Kuyburnu meyvesi Şahtere yaprağı ve dalı
Beyaz çay	Fito viston Fitovision	Beyaz çay yaprağı Bergamut yaprağı Tarçın Karanfil Mate Limon kabuğu
Biberiyeli karışık bitki çayı	Nursima	Biberiye yaprağı Funda yaprağı Sinameki yaprağı Kekik yaprağı ve çiçeği Adaçayı yaprağı

		Karabaş otu çiçeği Oğul otu yaprağı Rezenen tohumu Kuşburnu meyvesi Avakodo yaprağı Şahtere yaprağı ve dalı Papatya çiçeği Civanperçemi çiçeği
Civanperçemli karışık bitkisel çay	Lokman Sena Sultan Nursima Fito vision	Civanperçemi Ilsrgan yaprağı Hindiba Zeytin yaprağı
Fantastik 4'lü karışık bitki çayı	Esila	Acı çehre Chia Tohumu Goji berry Kayısı
Fito- L	Fitovision	Hibiskus Mate Damson eriği Kiraz Yeşil çay Cehri Barut ağacı kabuğu Funda yaprağı
Fitoform karışık bitkisel çay	Şiffahome	Sinameki bitki yaprağı Funda ağacı yaprağı Civanperçemi bitkisi Rezene tohumu Kuşburnu meyce çayı Isırgan otu yaprağı Ardıç çalısı meyvesi Huş ağacı Barut ağacı kabuğu Ardıç meyvesi Civanperçemi Granül kayısı meyvesi
Goji berry form çayı	Mecitefendi	Mate Yaprağı Yeşil çay Huş ağacı yaprağı Biberiye Lisiyum (Gojiberry) Isırgan otu yaprağı, Funda yaprağı Kırmızı pancar Meyan kökü Rezene
Ginseng çayı	Mindivan	Ginseng Nane
Gingko biloba çayı	Patina	*Ginkgo biloba*
Herbal mixtured Tea	Hel-Dem	Biberiye Kekik Rezene (meyve) Mısır püskülü Sinameki Yeşil Çay (yaprak) Limon kabuğu

		Funda (çiçek) Kiraz sapı
Kayısılı-Biberiyeli bitki çayı	Çınar Esila Akzer Fitoform	Kayısı Biberiye Yeşil çay Açlık otu Funda yaprağı Isırgan yaprağı Ardıç tohumu Sandaroz sakızı Şahtere Mersin yaprağı Kayısı aroması Rezene Defne yaprağı Anason Kekik Papatya Kiraz sapı Mısır püskülü Acı çehre Mate Çoban çökerten Yeşil çay Mersin yaprağı
Kinoa bitkisel toz ve bitki çayı	Nurs	*Chenopodium quinoa* Willd.
Kiraz saplı Mısır püsküllü karışık bitkisel çay	Akzer	Kiraz sapı Mısır püskülü Avakoda yaprağı Oğul otu Funda yaprağı Rezene Sinameki yaprak Yeşil çay Biberiye yaprak Mate yaprağı
Kafkafform muhteşem 4'lü	Şekeroğlu	Goji berry Chia tohumu Kayısı Açlık otu
Keten tohumu tıbbi bitkisel drog	Fitovision	Keten tohumu
Moringa çayı	Superfoods	Moringa yaprağı Karahindiba kökü Tarçın Zencefil Avakoda yaprağı Barut ağacı Mate yaprağı Kiraz sapı Spiriluna
Mate	Fitovision	Mate yaprağı
Plates form	Hekimhan	Acı çehre Karnitin
Teff tohumlu çay	Teaherb Teff life slim	Teff tohumu Bamya çiçeği Biberiye Funda

		Yeşil kahve Sanadaroz sakısı Kitre zamkı Tarçın Mate yaprağı Kuşburnu Yeşil çay Kinoa tohumu Chia tohumu Barut ağacı kabuğu Aspir tohumu Kiraz sapı Limon otu Hercai
Yeşil çay tıbbi bitkisel drog	Fitovision	*Camellia sinensis* L. *kuntze*
Zumbafourum karışık bitki çayı	Patina	Biberiye Sinameki Funda Defne yaprağı Chia Tohumu Acı cehre Gojiberry Kayısı

4.2. Tartışma

Bu çalışma 2018-2019 yılları arasında yapılmıştır. Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan bitkisel ürünlerin tespiti amaçlanmıştır.

Bu araştırma için toplam 20 kaynak kişi ile görüşülmüştür. Şanlıurfa'da bulunan 20 aktar dükkânında araştırma yapılmış olup, 24 familyaya ait 40 bitkinin ve 25 karışımın zayıflama amaçlı satıldığı tespit edilmiştir. Ayrıca, bu çalışmada zayıflama amaçlı satılan 25 terkibin muhteviyatı, üretici firmaları ve drogların yöresel-bilimsel isimleri de tespit edilmiştir.

Görüşme yaptığımız kaynak kişiler, Şanlıurfa'nın Haliliye, Eyyübiye ve Karaköprü merkez ilçelerindeki aktarları kapsamaktadır. Şanlıurfa'nın Eyyübiye merkez ilçesinin Haşimiye bölgesindeki Attar pazarı ya da diğer ismiyle Tenekeciler çarşısında yoğunlaşmışlatrdır. Haşimiye çarşısındaki aktarlar arasında en meşhur olanı Attar İsa'dır. Ancak daha sonra kendisi vefat edince çocukları ve torunları bu mesleği devir almışlardır. Haşimiye'deki attar pazarındaki en çok bilinen aktarlar arasında Demirkol Ticaret, Lokman Hekim Attar İsa'nın oğlu, Güneş Attar,

Dedeoğlu Gıda, Aktar Halepli Ahmet, Harran Baharatçılık, Demirkol Aktar, Saraç Attar, Aktar Abudrrahmanoğlu ve Hacı Yusuf Attar'dır. Haliliye merkez ilçesinde Bahçelievler aktar, Çağdaş attar Pazar, Yenişehir attar pazarı, Bitki Market, Reyhan Bitkisel, Karacabey Urfa bazaar'dır. Karaköprü ilçesinde ise bir tek aktar mevcut olup, o da Urfa'nın ilk attarı olan Attar İsa'nın torunu olup, dedesinin ismini taşıyan Attar İsa isimli iş yeridir.

Türkiye'de aktarlık mesleğinin çok uzun bir geçmişi olup, halk kültürümüzde de önemli bir yere sahiptir. Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan tıbbi bitkiler gıda takviyesi veya baharat adı altında yasal olarak satılmaktadır. Ancak burada satılan bitkisel drogların kontrol ve denetlemelerin uzak olduğu tespit edilmiştir. Aktarlarda satışı yapılan tıbbi bitkilerin bilimsel adları, kaynağı, saklanma koşulları, kullanılan kısımları, raf ömürleri, kullanım amaçları gibi bilgiler sağlık bakanlığı tarafından kontrol edilmelidir.

Kaynak kişilerle yaptığımız görüşmelerde şehirdeki aktarlarda tıbbi bitkilerin bir kısmı il genelinden toplanmakta, diğer yaygın tıbbi bitkiler ise İstanbul, Mersin ve Ankara'daki merkezlerden gelmektedir. Aktarlarda tıbbi amaçlı satılan bitkisel ürünlerin tamamı İstanbul gibi metropol kentlerden veya yurt dışından ithal edildiği tespit edilmiştir.

Yaptığımız araştırmalara göre bazı aktarlarda satılan bitkisel drogların genellikle ambalajlı olduğu ve üretim tarihlerinin yanı sıra tüketim tarihlerinin de belirtilerek hazırlandığı tespit edilmiştir. Ayrıca, ambalajların üzerinde bitki muhteviyatının da belirtildiği gözlenmiştir. Ancak, araştırma yapılan aktar dükkânlarının genelinde ise fitoterapi amaçlı satılan çoğu bitkinin ambalajsız ve sağlıklı olmayan şartlarda olduğu görülmüştür. Aktarlardaki ürünler genellikle büyük çuvallarda muhafaza edildiği, naylon poşetlerle satıldığı ve sağlıksız şartlarda depolandığı tespit edilmiştir. Tıbbi amaçlı satılan bitkilerin böceklenme, küf tutma, zararlı bakteri oluşturma riskleri taşıdığı gözlemlenmiştir. Ayrıca, aktar dükkânlarında satılan bitkilerin son kullanma tarihleri ile ilgili bir bilgiye yer vermedikleri gözlenmiştir.

Obezite çağımızın sorunlarından biridir. Yeme alışkanlığı, stres, yorgunluk insan metabolizmasında aksaklıklara neden olur. Metabolik rahatsızlıklar da obeziteye sebep olur. Kilo problemine çare arama insanoğlunun fazla hareket etmeme ve beslenmede hazır yiyecekler tüketmesi kilo sorunlarına neden olmaktadır. Piyasada çok sayıda zayıflatıcı olarak satılan ilaçlar bulunmaktadır. Bu ilaçların zamansız ve kontrolsüz tüketilmesi insan sağlığına daha da zararlara neden olabilmektedir. Sağlık açısından cerrahi işlemler tercih edilmemektedir. Bu sebepler doğal yöntemlere ilgiyi arttırmaktadır.

Aktarlarda isim benzerliği nedeniyle farklı bitkiler aynı isimle satılabilmektedir. Bilimsel isimlerin olmayışı karışıklığa neden olmaktadır. Bitkilerin saklanma koşulları, nereden ve nasıl temin toplandığı konusunda çalışanlar bilgi sahibi değildir. Bu sebeple satışı yapan aktar ve çalışanların eğitime tabi tutulması gerekmektedir.

Çizelge 4. 2. Araştırmamızın diğer çalışmalarla karşılaştırılması

Çalışmanın sonuçları	Çalışmamız (Alkış, 2019)	Gaziantep Aktarlarında satılan bitkiler (Yiğit, 2014)	Kahramanmaraş Aktarlarında satılan bitkiler (Çömlekçioğlu ve Karaman, 2008)	Şanlıurfa'daki Eczanelerde ve Aktarlarda Fitoterapi Amaçlı Satılan Bitkiler (Ötnü, 2019)
Familya sayısı	24	-	-	70
Takson sayısı	40	122	178	144
Terkip sayısı	25	-	-	84
Kaynak kişi sayısı	20	30	17	61

5. SONUÇLAR ve ÖNERİLER

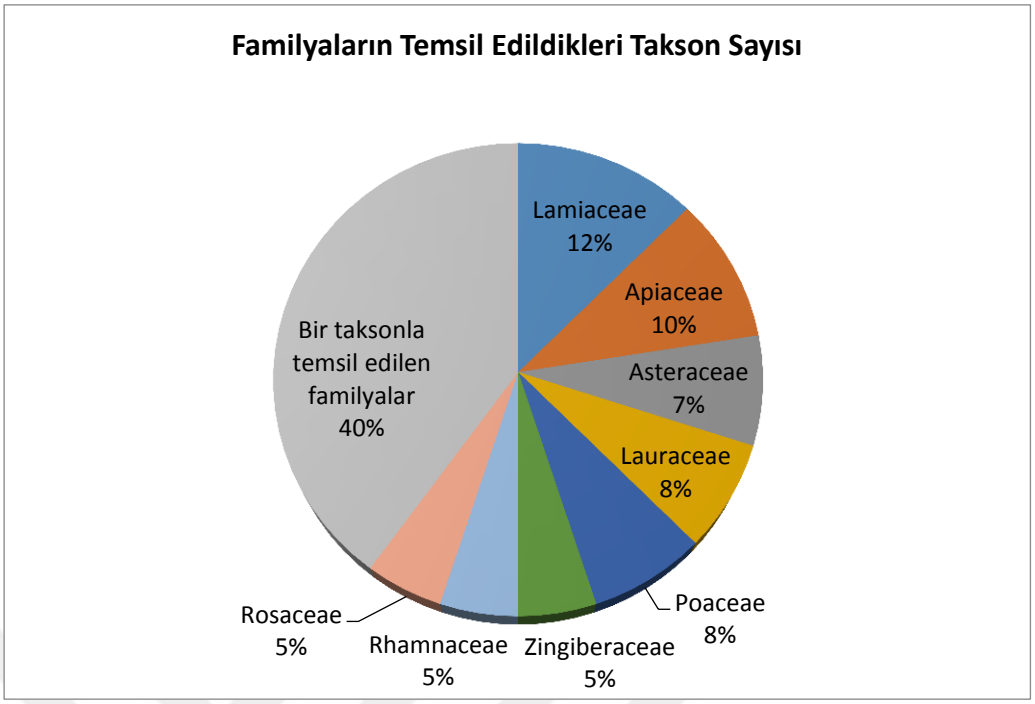
5.1. Sonuçlar

Bu çalışma Şanlıurfa ilindeki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan bitkisel ürünlerin tespit etmek amacıyla yapılmıştır. Bu araştırmada 20 aktar ve toplamda 20 kaynak kişi ile görüşmeler yapılmıştır. Araştırma sonucunda 23 familyaya ait 40 taksonun ve 25 **f**arklı karışımın zayıflama amaçlı satıldığı tespit edilmiştir.

Yaptığımız çalışmada en fazla takson içeren büyük familyalar sırasıyla; Lamiaceae 5, Apiaceae 4, Asteraceae 3, Lauraceae 3 ve Poaceae 3'tür (Çizelge 5.2, Şekil 5.1).

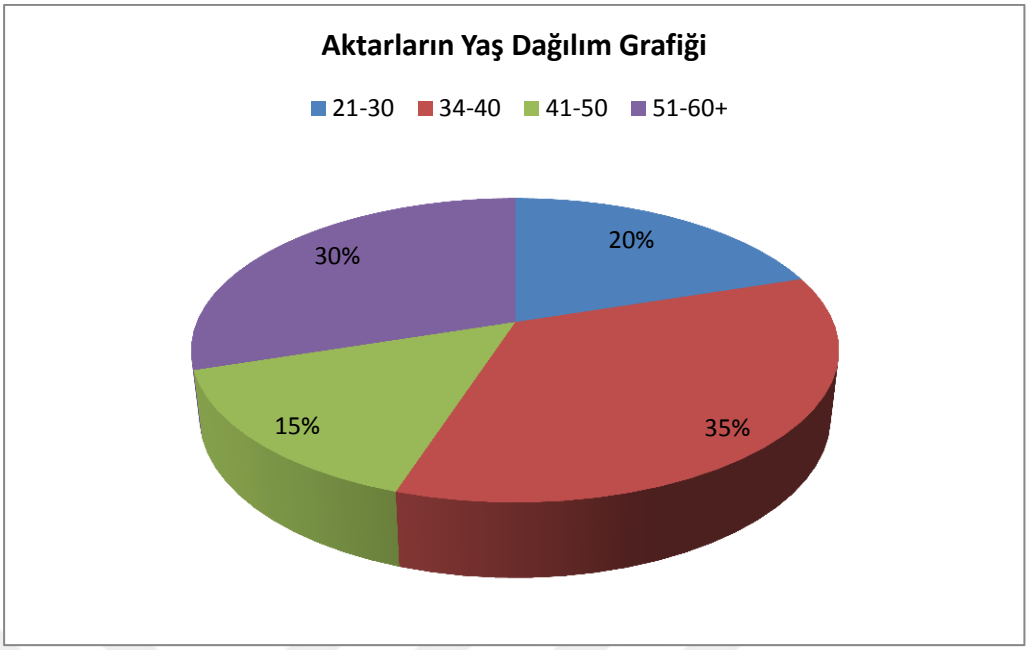
Çizelge 5. 1. Familyaların temsil edildikleri takson sayıları

Familya	Takson sayısı
Lamiaceae	5
Apiaceae	4
Asteraceae	3
Lauraceae	3
Poaceae	3
Zingiberaceae	2
Rhamnaceae	2
Rosaceae	2
Caesalpiniaceae	1
Aquifolıaceae	1
Myrtaceae	1
Chenopadıaceae	1
Cupressaceae	1
Ericaceae	1
Fabaceae	1
Linaceceae	1
Malvaceae	1
Moringaceae	1
Portulacaceae	1
Ranunculaceae	1
Theaceae	1
Tiliaceae	1
Urticaceae	1
Xanthorrhoeaceae	1

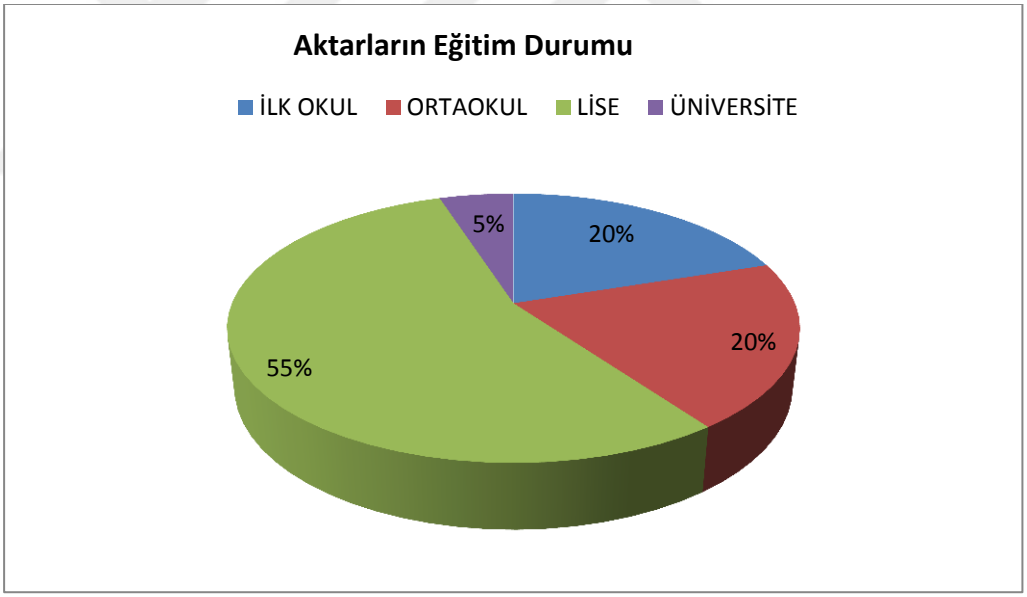


Şekil 5. 1. Familyaların temsil edildikleri takson sayısı

Bilgi alınan 20 civarında aktarların yaş ortalaması 41'dir. Kaynak kişi olarak bilgi aldığımız 20 kişiden 13 kişisi 40-60 yaş aralığındadır. Buna göre görüşme yapılan aktarların en fazla oranla %35'i 31-40 yaş aralığında, 51-60 yaş aralığı %30, 21-30 yaş aralığı %20, 41-50 yaş aralığı ise %15'tir. Eğitim durumları ise 1 kişi hariç, diğer aktarların ilk ve ortaöğretim mezunu oldukları tespit edilmiştir (Şekil 5.2, 5.3). Eğitim durumları ise en çok %55 oranı ile Lise mezunu, %40 ilkokul ve ortaokul, %5 ise Üniversite mezunu olduklarıdır.



Şekil 5. 2. Aktarların yaş dağılım grafiği



Şekil 5. 3. Aktarların eğitim durumu

Şanlıurfa'daki aktarlarda zayıflama amaçlı satılan aromatik yağlar arasında *Aloe vera* yağı, Ardıç tohumu, Kakao, Argan, Badem, Çörek otu, Isırgan tohumu, Avakado, Kantaron ve susam yağlarıdır.

Yaptığımız araştırmada zayıflama çayları için satılan terkiplerde tespit edilen droglar arasında Acıçehre, Açlık otu, Anason, Ardıç meyvesi, Avakado yaprağı, Biberiye, Chia tohumu, Civanperçemi çiçeği, Defneyaprağı, Funda yaprağı, Hibiskus, Kayısı, Kekik, Keten tohumu, Kurt üzümü, Kuşburnu meyvesi, Mate yaprağı, Mersin yaprağı, Mısır püskülü, Nane, Sinameki yaprağı, Şahtere yaprağı, Papatya, Rezene ve Yeşilçay'dır. Çalışmamıza benzerlik gösteren diğer araştırmalar arasında; Adıgüzel, &Kızılaslan (2016), Aslan (2019), Göktaş & Gıdık (2019), Ötnü (2019)'dır.

Tarih boyunca hastalıkların tedavisinde, bitkisel tedavi ürünleri yadsınamayacak bir gerçektir. İlaç sektörünün gelişmesi bitkisel ürünleri ikinci plana atmışsa da, günümüzde fitoterapi gün geçtikçe önem kazanmaktadır. ABD'de %60', Almanya'da %66, Japonya'da %70 civarında fitoterapi amaçlı bitkiler kullanılmaktadır. Ülkemiz dünyadaki ülkeler ile kıyaslandığında bitkisel ürünlerden faydalanma oranı bir hayli düşüktür. Satış ve reklamların kontrolsüz olması bitkisel ürünlerin ne kadar kullanıldığını tespit edilemez duruma getirmektedir. Ülkemizdeki Tıp Fakültelerinde, hekimlere Fitoterapi eğitimi verilmemesi Türkiye'deki temel sorunlardan biridir (Anonimc, 2019).

Son yıllarda özellikle modern anlamda bitkisel ilaçlarla tedavinin artmasında; üretim, tüketim tarihleri belli olan ve bilimsel incelemeler sonucu elde edilen bitkilerin ambalajlanması, ambalajlanan bitkilerin öncesinde zararlı kısımlarının laboratuvar ortamında ayıklanarak işe yarayan kısımlarının kullanılması, özellikle hekimlerin reçetelere kimyasal ilaçlar yerine bitkisel ilaçlar yazması son olarak sağlık bakanlığı onayı olan bitkisel ilaçların satımının yaygınlaşması da modern anlamda bitkisel ilaçlarla tedaviyi oldukça arttırmıştır. Oysa geleneksel yöntemlerle elde edilen bitkilerin satışının fazla olduğu aktar dükkânlarında ise bitkilerin yararlı kısımlarıyla birlikte zararlı tüm kısımlarının aynı anda elle toplanarak iç içe karıştırılması, tüketim tarihi belli olmadan çuvallarda uzun süre ağzı açık şekilde bekletilerek halka satılması, herhangi bir sağlık bakanlığı onayı olmaması halkın aktarlardan uzaklaşmasına sebep olmuştur. Bu şekilde geleneksel yöntemlerle bitkisel tedavi azalmış yerine modern anlamda bitkisel tedavi artmıştır.

Sonuç olarak son yıllarda dünyada, Avrupa ülkelerinde ve ülkemizde de sık kullanılan tıbbi bitki tedavisi artmış olmakla beraber günden güne gelişmektedir. Bu konuda var olan sorunlara çözüm olarak da sağlık ekiplerinde üzerinde önemle durulup halka gerekli bilgiler verilmelidir. Bilhassa ciddi hastalık durumlarında gerek tanı gerek tedavide bilinçsizce, kontrolsüz şekilde bitki kullanılmamalıdır. Bu alanda yetkin olan ve donanımlı olan doktorlara ülkemizde daha fazla yer verilmelidir. Hatta çoğu hekime fitoterapi dersleri de verilerek bu konuda daha deneyimli olmaları sağlanabilir. Aynı şekilde bitkilerin uygun koşullarda üretimi yapılmalı ve bitkilerin asıl gerekli kısımları toplanıp işlenmelidir. Depolanmanın da yine hijyenik ortamlarda sağlanması gerekir. Toplanan ürünlerin laboratuvarda analiz edilip, uygun görülmeyenlerin piyasaya sürülmesi engellenmelidir. Bu konuda sağlık bakanlığınca ciddi anlamda denetimler yapılmalıdır. Eğitimsiz kişilerin gerek eczacı gerekse aktar olsun hiçbir şekilde bu konuda satış yapmasına izin verilmemelidir. Özellikle bu konularda denetimler arttırılmalıdır. Kısacası üreticiden tüketiciye her anlamda, her basamakta gerekli kalite kontrolleri sağlanmalıdır.

Ülkemizde tedavi yöntemlerini büyüklerden öğrenen deneyimli kişiler, tedavide "halk ilacı"nı kullanarak hastalıkları tedavi etmektedirler. Bu halk ilaçlarının hazırlanmasında ise yakın çevrede yetişen bitkilerden yararlanılmaktadır. "Şifalı bitkiler" denen bu tür bitkilerin ülkemizde yoğun olarak kullanımı söz konusudur. Halk hekimliği bağlamında düşündüğümüzde Şanlıurfa'da da aklımıza gelen ilk isim Attar İsa'dır.

Yeşil çayın metabolizmayı hızlandırdığı ve zayıflama üzerinde önemli etkisinin olduğu bilimsel çalışmalarla da ortaya konulmuştur.

Bu çalışma sonucunda Şanlıurfa aktarlarında zayıflama amaçlı satılan 40 bitki taksonunun listesi aşağıda verilmiştir:

1. *Petroselinum crispum* (Mill.) A.W.Hill
2. *Coriandrum sativum* L.
3. *Foeniculum vulgare* Mill.
4. *Pimpinella anisum* L.

5. *Ilex paraguairensis* St. Hill.
6. *Achillea oligocephala* DC.
7. *Helichrysum orientale* (L.) DC.
8. *Matricaria chamomilla* L. *var. chamomilla*
9. Chenopodium quinoa Willd.
10. *Juniperus communis* L. *var. communis*
11. *Erica vulgaris* L.
12. *Cassia angustifolia* L.
13. *Cassia marilandica* L.
14. *Mentha piperita* L.
15. *Salvia hispanica* L.
16. *Rosmarinus officinalis* L.
17. *Thymus fallax* Fisch. & C.A.Mey
18. *Thymbra spicata* L. *var. spicata*
19. *Cinnamomum verum* J. Presl
20. *Laurus nobilis* L.
21. *Persea americana* Mill.
22. *Linum usitatissimum* L.
23. *Hibiscus sabdariffa* L.
24. *Moringa oleifera* Lam
25. *Syzygium aromaticum* (L.) Merr. & Per
26. *Eragrostis tef* (Zucc.) Trotter
27. *Zea mays* L.
28. *Avena sativa* L.
29. *Portulaca oleracea* L.
30. *Nigella sativa* L.
31. *Frangula alnus* Mill.
32. *Ziziphus jujuba* Mill.
33. *Prunus armeniaca* L.
34. *Rosa canina* L.
35. *Camellia sinensis* (L.) *Kuntze*
36. *Tilia platyphyllos* Scop.

37. *Urtica dioica* L.
38. *Aloe vera* (L.) Burm.f.
39. *Curcuma longa* L.
40. *Zingiber officinale* L.

5.2. Öneriler

1. Tıbbi bitkilerin aktarlarda yeterince hjyenik şartlarda satılmadığı gözlenmiştir. Denetimlerin sıklaştırılması önerilmektedir.
2. Drogların naylonlarda ya da çuvallarda depolandığı tespit edilmiştir. Bu konuda aktarların eğitilmesi gerekmektedir.
3. Aktarların zirai ilaç sattıkları gözlenmiştir. Yasal denetimlerin yapılması nerilmektedir.
4. Satılan tıbbi bitkilerde yeterince isimlendirme ve etiketlendirme yapılmadığı görülmüştür. Bazı bitkilerin farklı isimlerle farklı aktarlarda satıldığı tespit edilmiştir. Bu durum bir risk oluşturmaktadır. Bu konuda aktarların uyarılması gerekmektedir.
5. Aktarların sattıkları birçok terkiplerin üzerinde herhangi bir muhteva yazılmamış olup, meslek sırrı olarak gizlenmektedir. Sağlık bakanlığının izni dâhilinde bu terkiplerin piyasaya sürülmesi gerekmektedir.
6. Aktarların fitoterapi konusunda yeterince yasal mevzuatı bilmedikleri tespit edilmiştir. Tamamlayıcı tıp konusunda eğitilmeleri ve yasal mevzuatın hatırlatılması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

AÇIKGÖZ, M. A., BATI, E. ve DEMİRKOL, G., 2012. Bitkisel tedavi, halkhekimliği ve aktarlar. Tıbbı ve Aromatik Bitkiler Sempozyumu Bildiri Özet Kitabı, s. 458-461.

ADIGÜZEL, F. ve KIZILASLAN, N., 2016. İstanbul ilinde tıbbi, aromatik ve baharat bitkileri satışı yapan aktarların yapısal özellikleri ve mevzuat hakkındaki görüşleri. Anadolu Tarım Bilimleri Dergisi, 31 (1): 40-59.

AKAN, H. ve BAKIR, Y., 2015. Kâhta (Adıyaman) merkezi ve Narince köyü'nün etnobotanik açıdan araştırılması. BEÜ Fen Bilimleri Dergisi, 4(2): 219-248.

AKAN, H. ve BALOS, M., 2008. GAP Bölgesi'nden toplanan meyan kökü (*Glycrrhiza glabra* L.) taksonunun ihracat durumu, etnobotanik özellikleri ve tıbbi önemi. Fırat Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi, 20(2): 233-241.

AKAN, H., BALOS, M. M. ve TEL AZ., 2013. Birecik (Şanlıurfa) yöresindeki bazı baklagil bitkilerin etnobotanik özellikleri. Adıyaman Üniversitesi Tarımsal Araştırma ve Uygulama Merkezi Uluslararası Dergisi, 1(1): 32-40.

AKAN, H., KORKUT, M. M. ve BALOS, M. M., 2008. Arat dağı ve çevresinde (Birecik, Şanlıurfa) etnobotanik bir araştırma. Fırat Üniv. Fen ve Müh. Bil. Dergisi, 20 (1): 67-81.

AKAN, H., KORKUT, M. M., ve BALOS, M. M. 2008. Arat Dağı ve çevresinde (Birecik, Şanlıurfa) etnobotanik bir araştırma. Fırat Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Dergisi, 20(1): 67-81.

AKAN, H., ve AYAZ, H., 2016. Gölpınar (Şanlıurfa-Türkiye) mesire yeri florası ve etrafındaki köylerin etnobotanik özellikleri. Bağbahçe Bilim Dergisi, 2(3).

AKCA E., 2017. Düzenli olarak spor salonuna giden kadınların zayıflama amacıyla bitkisel ürün kullanım yaklaşımlarının saptanması. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, s.85.

AKMAN, Y., 2011. İklim ve Biyoiklim, Ankara: Palme Yayınları. 345s.

ALPINAR, K. ve YAZICIOĞLU, E., 2019. Türkiye Etnobotanik Bibliyografyası 1928-2018, Erol ofset matbaacılık, Samsun. 208s.

ALTAN, S., 2008. Aktarlar: şifalı bitkilerin kullanımı ve etik sorunlar. Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences, 28(6): 209-212.

ALTAY, V. ve KARAHAN, F., 2012. Tayfur Sökmen kampüsü (Antakya-Hatay) ve çevresinde bulunan bitkiler üzerine etnobotanik bir araştırma. Karadeniz Fen Bilimleri Dergisi, 3(2): 13-28.

ALTAY, V., KARAHAN, F., SARCAN, Y. B., İLÇİM, A. ve FEN, M. K. Ü., 2015. An ethnobotanical research on wild plants sold in Kırıkhan district (Hatay/Turkey) herbalists and local markets. Biological Diversity and Conservation, 8(2): 81-91.

ANONİM., 2010. İl Çevre Durum Raporu. Şanlıurfa Valiliği Çevre ve Şehircilik İl Müdürlüğü, Şanlıurfa.

ANONİMa, 2019. http://www.ttb.org.tr/STED/sted0805/titoterapi.pdf, erişim tarihi 10.03.2019.

ANONİMb, 2019. https://getatportal.saglik.gov.tr/ erişim tarihi 10.03.2019.

ANONİMc, 2019. http://tolgatemel.com/branslar/fitoterapi

ASLAN S., 2019. Yaslıca Beldesi ve Arıkök köyü (Şanlıurfa)'nün etnobotanik açıdan araştırılması. Harran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Şanlıurfa, 148s.

ASLAN, M., 2013. Plants used for medical purposes in Şanlıurfa (Türkiye). Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Doğa Bilimleri Dergisi, 16(4): 28-35.

ASLAN, R. (2019). Gelenekten Günümüze tıbbi ve aromatik bitkiler. Ayrıntı Dergisi, 7 (73): 60-66.

AYANOĞLU, F., MERT, A. ve KAYA, D. A., 1999. Hatay yöresinde halk arasinda kullanilan bazi önemli tibbi ve kokulu bitkilerin tespiti ve toplanmasi. Mustafa Kemal Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi, 4(1-2): 101-116.

AYDOĞDU, M. and AKAN, H., 2005. The flora of Kalecik mountain (Şanlıurfa, Turkey). Turkish Journal of Botany, 29: 155-174.

BALOS, M. M. ve AKAN, H., 2007. Zeytinbahçe-Akarçay (Birecik, Şanlıurfa) arasında kalan bölgenin etnobotanik özellikleri. Selçuk Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Fen Dergisi, 29: 170.

BAŞARAN, A. A., 2012, Ülkemizdeki bitkisel ilaçlar ve ürünlerde yasal durum. MİSED, 27(28): 22-26.

BAŞER, K. H. C., HONDA, G. ve MİKİ, W., 1986. Türkiye'de aktarlar ve bitkisel droglar. İslam Kültürü Araştırmaları serisi No:2.

BAYRAMOĞLU, M. M. ve TOKSOY, D., 2009. Aktarlar ve tıbbi bitki ticareti üzerine bir araştırma (Doğu Karadeniz bölgesi örneği). Orman Mühendisliği Dergisi, 4 (5-6), 34-39.

BOYLE MA., MORRİS DH., 1999. Children and adolescents: nutrition services and programs in community nutrition in action, an enterpreneurial approach. Second Edition, Wadsworth Publishing Company, s: 424-451.

BRUDNAK, M. A., 2002. Weight-loss drugs and supplements: are there safer alternatives?. Medical hypotheses, 58 (1): 28-33.

BULUT, G., KORKMAZ, A., & TUZLACI, E. (2017). The ethnobotanical notes from Nizip (Gaziantep-Turkey). Istanbul Journal of Pharmacy, 47(2): 57-62.

CANDAŞ, A., 2012. Türkiye"de yaygın kullanılan bitki çaylarının sitotoksik ve genotoksik etkilerinin araştırılması. İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Farmasötik Toksikoloji ABD, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 200s.

ÇAPRAZ, B., 2017. Zayıflama kliniğine başvuran bireylerin bitkisel destek ürünleriyle ilgili bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi. Okan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans tezi. İstanbul, 77s.

ÇÖMLEKÇİOĞLU, N. ve KARAMAN, Ş., 2008. Kahramanmaraş şehir merkezindeki aktar'larda bulunan tıbbi bitkiler. KSÜ Fen Ve Mühendislik Dergisi, 11 (1).

ÇUBUKÇU B, MERİÇLİ AH, MAT A, SARIYAR A, SÜTLÜPINAR N, MERİÇLİ F., 2002. Fitoterapi yardımcı ders kitabı, İstanbul Üniversitesi Farmakognozi Anabilim Dalı, İstanbul; s.7-175

DAĞLI, M. (2015). Şanlıurfa merkez ve bağlı köylerde etnobotanik bir araştırma. Harran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Şanlıurfa, 90s.

DALAR, A., MUKEMRE, M., UNAL, M., & OZGOKCE, F., 2018. Traditional Medicinal Plants of Ağrı Province, Turkey. Journal of ethnopharmacology, 226: 56-72.

DAVIS P. H., MILLI R. R. and KIT, T., 1988. Flora of Turkey and the East Aegean Island, 10 (Suppl. I). Edinburgh: Edinburgh Univ. p. 166-169.

DAVIS, P. H., 1965-1985. Flora of Turkey and the East Aegean Island. Edinburgh Univ., Edinburgh, vol. 1-9.

DEMİREZ, M., NİLUFER, O. ve ERGUN, F., 2014. Ankara aktarlarında nane adıyla satılan örnekler üzerinde çalışmalar. Spatula *DD* 4 (4): 223-231.

ERKEKOĞLU P, GİRAY B, SAHİN G., 2009. Türkiye'de zayıflama amacıyla kullanılan toz karışımların ve likit preparatların toksikolojik açıdan değerlendirilmesi. Hacettepe Tıp. Dergisi, 40: 205- 218.

ERSİN, F. ve AKSOY, Ş., 2004. Şanlıurfa'da Bir Halk Hekimi'Attar İsa'. Turkiye Klinikleri Journal of Medical Ethics-Law and History, 12(2): 87-91.

ERSÖZ, T., 2012. Bitkisel ilaçlar ve gıda takviyeleri ile ilgili genel yaklaşım ve sorunlar. Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi Türk Eczacıları Birliği Yayını, 27-28.

FAYDAOĞLU, E. ve SÜRÜCÜOĞLU, M. S., 2011. Geçmişten günümüze tıbbi ve aromatik bitkilerin kullanılması ve ekonomik önemi. Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi, 11(1): 5267.

FİDAN, E. Ş. ve AKAN, H., 2018. Tek Tek dağları milli parkı (Şanlıurfa-Türkiye) eteklerindeki bazı köylerde etnobotanik bir çalışma. Bağbahçe Bilim Dergisi, *6*(2): 64-94.

FURKAN, M. K., 2016. Adıyaman ilinde yetişen bazı bitkilerin etnobotanik özellikleri. Adıyaman Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Adıyaman, 20s.

GAEDCKE, F., STEİNHOFF, B. ve BLASİUS, H. (2003). Bitkisel Tıbbi Ürünler: Geliştirmenin Bilimsel ve Düzenleyici Temelleri. Kalite Güvencesi ve Pazarlama Yetkisi. Wissenschaftfliche, Stuttgart, CRC Press, Boca Raton, ABD, 37-52.

GELSE, A., 2012. Adıyaman ve çevresinin etnobotanik özellikleri. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Biyoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Van, 231s.

GENÇAY, A., 2007. Cizre (Şırnak)'nin etnobotanik özellikleri. Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Van, 55s.

GÖKTAŞ, Ö. ve GIDIK, B., 2019. Tıbbi ve aromatik bitkilerin kullanım alanları. Bayburt Üniversitesi Fen Bilimleri Dergisi, *2* (1): 145-151.

GÜNER, A. ve EKİM, T., 2014. Resimli Türkiye Florası, cilt 1. NGBB Yayınları Flora Dizisi 2, Flora Araştırmaları Derneği ve Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları yayını, İstanbul, 763s.

GÜNER, A., KANDEMİR, A., MENEMEN Y., YILDIRIM H., ASLAN S., EKŞİ G., GÜNER I., ÇİMEN A.Ö. (edlr.), 2018. Resimli Türkiye Florası-2.

ANG Vakfı Nezahat Gökyiğit Botanik Bahçesi Yayınları, İstanbul, 1054s.

GÜNER, A., ÖZHATAY, N., EKİM, T., BAGER, K.H.C., (edlr.), 2000. Flora of Turkey and the East Aegean Islands. Edinburgh University Press, Edinburgh, Vol. 2.

GÜRDAL, MB, Özhatay F. N., 2014. Zayıflama çaylarında bulunan funda türleri. XXI. Bitkisel İlaç Hammaddeleri Toplantısı, s.110-110.

HARMANKAYA, A., 2005. Açık ve kapalı şekilde piyasada tüketime sunulan bazı bitkisel çayların mikrobiyal kalitesinin incelenmesi. Kafkas Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. Kars, 49s.

KABAKÇI, A., 2016. Paket bitiki çayları üzerinde incelemeler. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul. 330s.

KARA, S. S.A.D, S., SELVİ, S., DAĞDELEN, A., ve KARA, S., 2013. Kazdağlarından (Balıkesir-Edremit) toplanan ve çay olarak tüketilen tıbbi ve aromatik Bitkiler. Tekirdağ Ziraat Fakültesi Dergisi, *10*(2): 26-33.

KARADEMİR M., 2007. Zayıflama ürünlerinin bileşiminde bulunan tıbbi bitkiler üzerine araştırmalar. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 77s.

KATUŠİN-RAŽEM, B., RAŽEM, D. AND DVORNİK, I., 1983. Radiation treatment of herb tea for the reduction of microbial contamination (Flores chamomillae). Radiat. Phys. Chem., 22(3-5); 707-713.

KAYA D.B., 2006. Piyasada satışa sunulan bazı bitkisel çayların mikrobiyolojik kalitesi. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 49s.

KAYIRAN, D. S. ve KIRICI, S., 2019. Adana aktralarında tedavi amacıyla satılan bitkisel droglar. KSÜ Tarım Ve Doğa Dergisi, 22(2): 183-192.

KENDİR, G. ve GÜVENÇ. A., 2010. Etnobotanik ve Türkiye'de yapılmış etnobotanik çalışmalara genel bir bakış. Hacettepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Dergisi 30(1): 49-80.

KOÇTÜRK, O. M., KALAFATÇILAR, Ö. A., ÖZBİLGİN, N. ve ATABAY, H., 2009. Türkiye'de Bitkisel İlaçlara Bakış. Ege Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi, 46 (3): 209- 214.

KORKMAZ, M. ve KARAKURT, E., 2014. Kelkit (Gümüşhane) aktarlarında satılan tıbbi bitkiler. Journal of Natural ve Applied Sciences, 18 (3): 60-80.

KÖKÇÜ, B., ESEN, O. ve UYSAL, E., 2015. Medicinal plants sold in Çanakkale/Turkey city center herbalists. Biological Diversity and Conservation 8(3): 80-91.

MALYER, H., ÖZ AYDIN, S., TÜMEN, G. ve ER, S., 2004. Tekirdağ ve Çevresindeki aktarlarda satılan bazı bitkiler ve tıbbi kullanım özellikleri, Dumlupınar Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 7: 103-111.

MARTİN, H., (2018). 35-45 yaş arası obez kadınlarda bitkisel zayıflama ürünleri kullananlar ve kullanmayanların antropometrik ölçümler açısından değerlendirilmesi. Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 104s.

OYMAK, E., 2018. Bozova (Şanlıurfa) halkının kullandığı doğal bitkilerin etnodotanik özellikleri. Harran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksel Lisans Tezi. 129s.

ÖTNÜ H., 2019, Şanlıurfa'daki eczanelerde ve aktarlarda fitoterapi amaçlı satılan bitkiler. Harran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 158s.

ÖZATA N., 2009. Fitoterapi ve Aromaterapi. Doğan Kitap, İstanbul. 187s.

ÖZGÖKÇE, F., ve ÖZÇELİK, H. A. S. A. N. (2004). Ethnobotanical aspects of some taxa in East Anatolia, Turkey. Economic Botany, 58(49: 697.

ÖZHATAY, E., 2017. İstanbul'un avrupa yakasındaki eczane ve aktarlarında zayıflatıcı amaçlı satılan bitkisel droglar. lectio scientific, 1(1): 18-25.

POLAT, R., ÇAKILCIOĞLU, U., ERTUĞ, F. ve SATIL, F., 2012. An evaluation of ethnobotanical studies in Eastern Anatolia. Biological Diversity and Conservation, 5(2): 23-40.

POLAT, R., SELVİ, S., ÇAKILCIOĞLU, U. ve AÇAR, M., 2012. Investigations of ethnobotanical aspect of wild plants sold in Bingöl (Turkey) local markets. Biological Diversity and Conservation. 5 (3): 155-161.

SARAÇOĞLU, A. ve ERGÜN, B., 2006. Türkiye'de satılan bazı bitkisel zayıflama çaylarının içerikleri ve bu çayların kullanımına bağlı ortaya çıkabilecek istenmeyen etkiler. Türkiye Klinikleri J Med Sci, 26: 355-363.

SARGIN, S. A., AKÇİÇEK, E. ve SELVİ, S., 2013. Türkiye'de Alaşehir (Manisa) öre halkı tarafından kullanılan şifalı bitkilerin etnobotanik bir çalışması. Etnofarmakoloji Dergisi, 150 (3): 860-874.

SOLMAZ, E. ve PINAR, A. E., 2009. Bitkilerle tedavilerin yan etkileri. Türk Hijyen ve Deneysel Biyoloji Dergisi, 6683): 68.

STRICKER, B. H., 2002. Ephedrine and ephedra in weight loss products and other reparations. Nederlands tijdschrift voor geneeskunde, 146(28): 1335-1336.

SWERDLOW, J.L., 2000. Natures medicine plants that heal. Washington: National, 974s.

ŞARIŞEN, O. ve ÇALIŞKAN, D., 2005. Fitoterapi: bitkilerle tedaviye dikkat.Sted,14(8): 182-87.

TULUKCU, E. ve SAĞDIÇ, O., 2011. Konya'da aktarlarda satılan tıbbi bitkiler ve kullanılan kısımları. Erciyes Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Fen Bilimleri Dergisi, 27(4): 304-308.

UZUN, B. M., AYKAÇ, G. ve ÖZÇELİK, G., 2014. Bitkisel ürünlerin yanlış kullanımı ve zararları. Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi, 4(3): 1-5.

ÜNYAZICI, M., 2014. Aktarlar Derneği Dergisi, sayı 1:7-8.

VOLKAN, G. ve DİNLER, B. S., 2016. Kumru (Ordu) yöresinde doğal olarak yetişen bazı tıbbi ve aromatik bitkiler. SDÜ Ziraat Fakültesi Dergisi, 11(1): 146-156.

YILDIRIMLI, Ş., 2004. Etnobotanik ve Türk etnobotaniği. Kebikeç İnsan Bilimleri için Kaynak Araştırmaları Dergisi, 17: 175-193.

YILDIZ A., 1997. Şanlıurfa'da halk hekimliği, Akademik Bakış Dergisi, 2: 35-36.

YILDIZ A., 2000. "Aktar İsa", Şanlıurfa Memleket Dergisi, Temmuz, 5(26):30-1.

YİLDİRİM, B., TERZİOGLU, O., OZGOKCE, F., & TURKOZU, D., 2008. Ethnobotanical and pharmacological uses of some plants in the districts of Karpuzalan and Adiguzel (Van-Turkey). Journal of Animal and Veterinary Advances, 7(7): 873-878.

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı: : Ayşe Nur ALKIŞ

Uyruğu : T.C

Doğum Yeri ve Tarihi : Kütahya \ 08.05.1994

Telefon : 0 542 409 80 08

E-mail : aysenurakan@gmail.com

EĞİTİM

Derece	Adı	İlçe/İl	BitirmeYılı
Lise	Şanlıurfa Toki Akabe Lisesi/	Şanlıurfa	2012
Üniversite	Tunceli Üniversitesi, Sağlık Yüksek Okulu, Hemşirelik Bölümü		2016
Yüksek Lisans	Harran Üniversitesi Fen Bilimler Enstitüsü Biyoloji Anabilim Dalı	\ Şanlıurfa	2019

EKLER

EK 1. Şanlıurfa'daki aktarların fotoğraflarından genel görüntüler



Şekil 1. Haşimiye aktar pazarı girişi



Şekil 2. Haşimiye aktarlar çarşısından görünüm



Şekil 3. Yunus Emre Şifalı Bitkiler merkezi



Şekil 5. Karacabey Urfa Bazaar'dan bir görüntü



Şekil 4. Attar İsa'dan genel bir görüntü



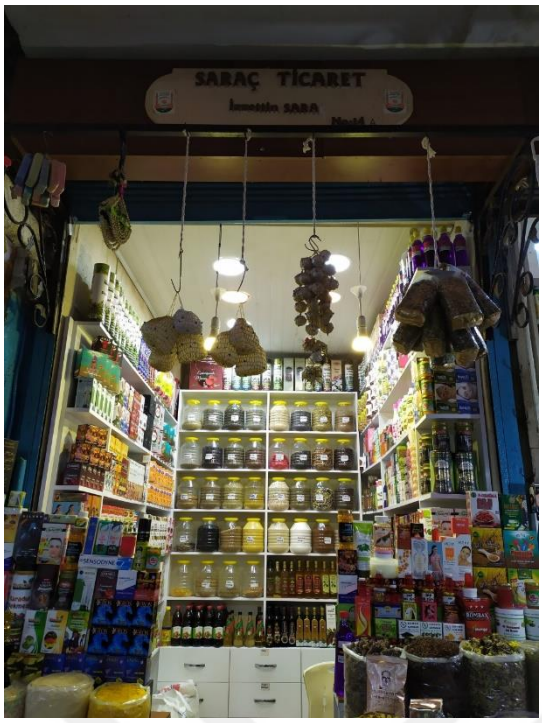
Şekil 6. Yenişehir Attar pazarından bir görüntü



Şekil 7. Bahçelievler attar pazarı



Şekil 8. Çağdaş Attar pazarı



Şekil 9. Saraç Ticaret dükkanından bir görüntü



Şekil 10. Aktar Mehmet Demirkol'dan bir görüntü



Şekil 11. Aktar Ömer Faruk Açıkgöz'dan görüntü



Şekil 12. Attar İsa'nın dükkanından bir görüntü



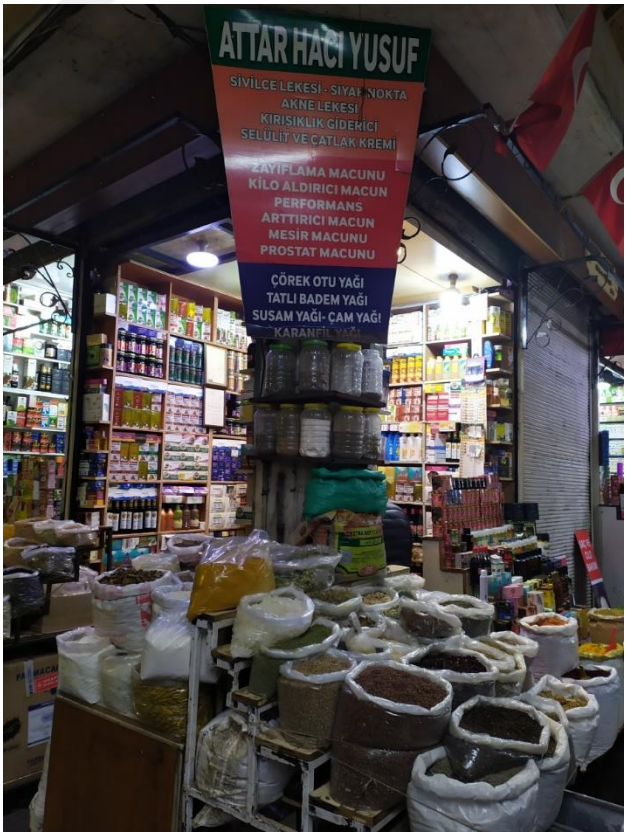
Şekil 13. Attar İsa'nın oğlu Halil Demirkol



Şekil 14. Harran Baharatçılık



Şekil 15. Attar Halepli Ahmet Şifalı Bitkiler merkezi



Şekil 16. Attar Hacı Yusuf dükkanı



Şekil 17. Aktar Mustafa Demirkol dükkanı



Şekil 18. Çağdaş aktar dükkanı



Şekil 19. Karacabey Aktar dükkanı

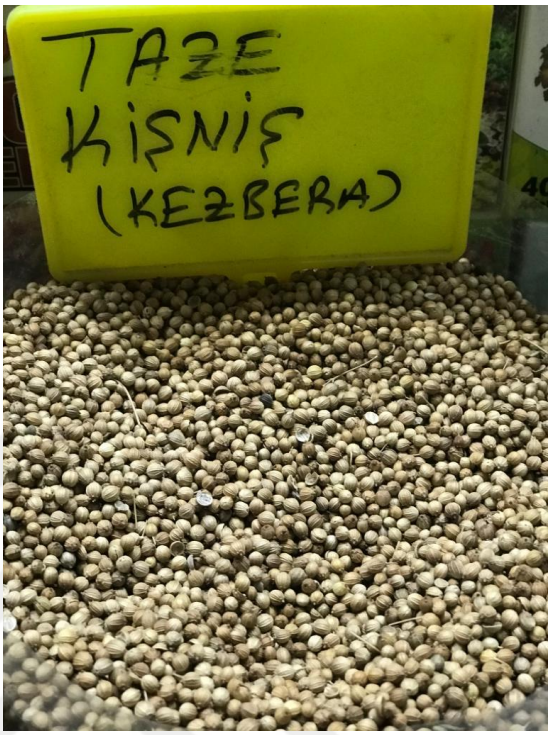


Şekil 20. Kaynak kişilerle görüşme

EK 2: Şanlıurfa'daki Aktarlarda zayıflama amaçlı satılan Bitkiler



Şekil 21. Maydanoz bitkisi (AA 1075)



Şekil 22. Kişniş (Kezbera) meyvesi (AA 1014)



Şekil 23. Rezene bitkisi (AA 1011)



Şekil 24. Anason tohumu (AA 1025)



Şekil 25. Mate çayı (AA 1009)



Şekil 26. Civanperçemi bitkisi (AA 1028)



Şekil 27. Altın otu bitkisi (AA 1023)



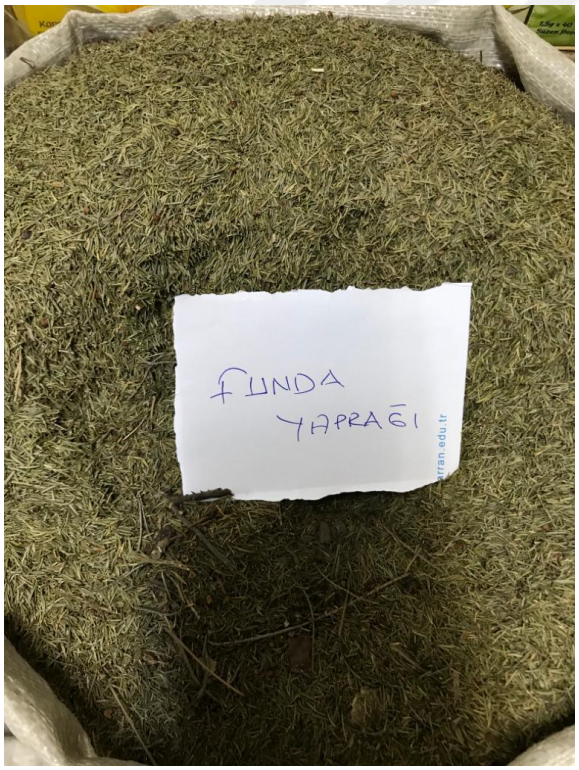
Şekil 28. Papatya bitkisi (AA 1001)



Şekil 29. Kinoa tohumu (AA 1074)



Şekil 30. Ardıç meyvesi (AA 1066)



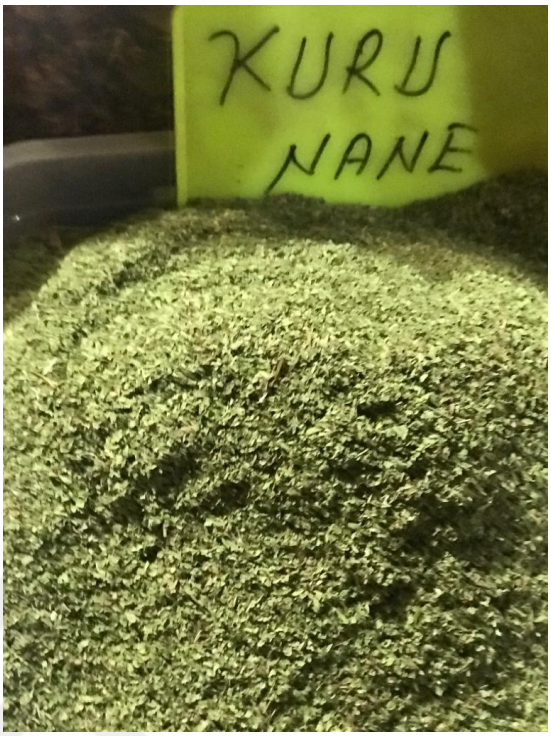
Şekil 31. Funda yaprağı (AA 1021)



Şekil 32. Açlık otu (Devegözü) (AA 1010)



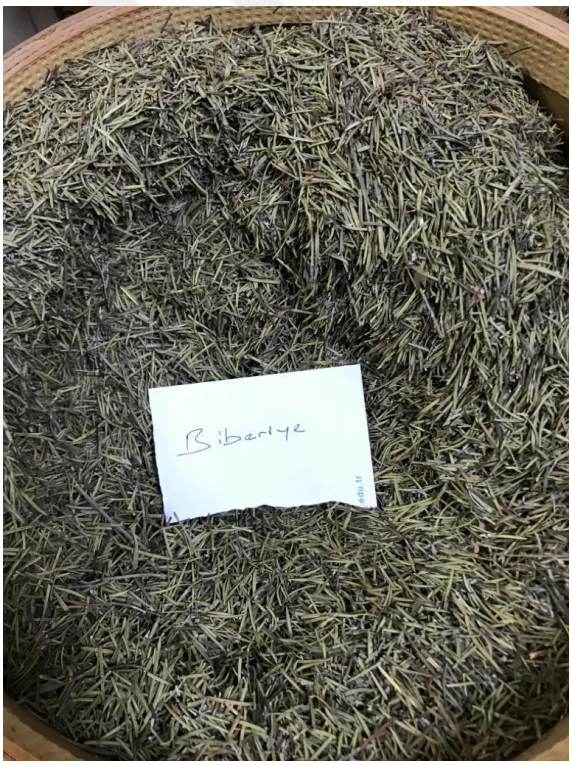
Şekil 33. Sinameki bitkisi yaparakları (AA 1017)



Şekil 34. Nane bitkisi (AA 1020)



Şekil 35. Chia Tohumu (AA 1022)



Şekil 36. Biberiye bitkisi (AA 1016)



Şekil 37. Kekik bitkisi (AA 1018)



Şekil 38. Zahter bitkisi (AA 1077)



Şekil 39. Çubuk tarçın (AA1008)



Şekil 40. Defne bitkisi yaprakları (AA 1024)



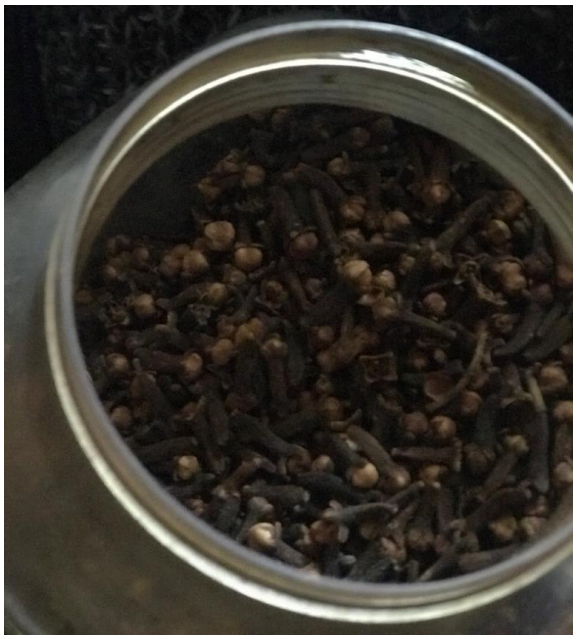
Şekil 41. Avokada yaprağı (AA 1067)



Şekil 42. Keten tohumu (AA 1012)



Şekil 43. Hibiskus bitkisi (AA 1015)



Şekil 44. Karanfil bitkisi meyvesi (AA 1026)



Şekil 45. Mısır püskülü (AA 1076)



Şekil 46. Yulaf bitkisi (AA 1019)



Şekil 47. Çörekotu tohumu (AA 1013)



Şekil 48. Acı Çehre bitkisi meyveleri (AA 1027)



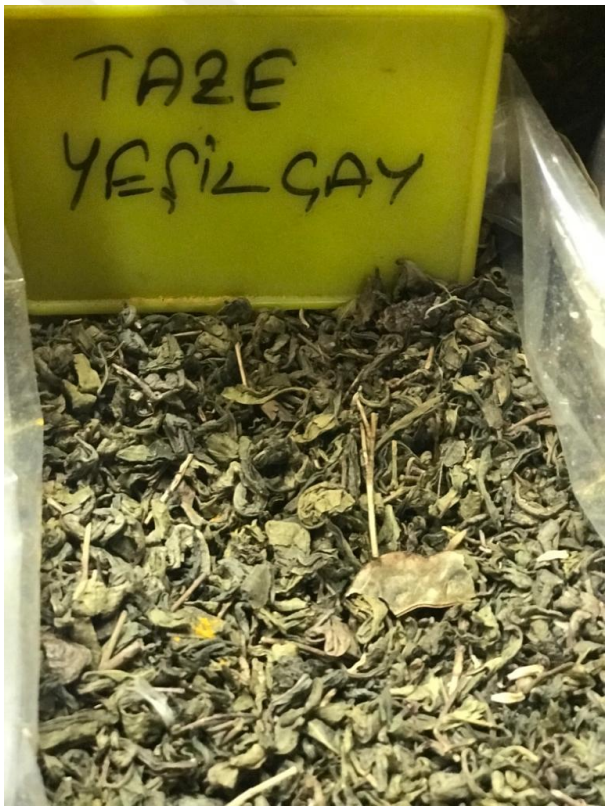
Şekil 49. Hünnap meyvesi (AA 1069)



Şekil 50. Kayısı meyvesi (AA 1072)



Şekil 51. Kuşburnu bitkisi (AA1004)



Şekil 52. Yeşil çay bitkisi (AA1002)



Şekil 53. Ihlamur bitkisi (AA 1070)



Şekil 54. Isırgan otu (AA 1071)



Şekil 55. Toz halindeki Zerdeçal bitkisi (AA1006)



Şekil 56. Zencefil bitkisi (AA 1007)

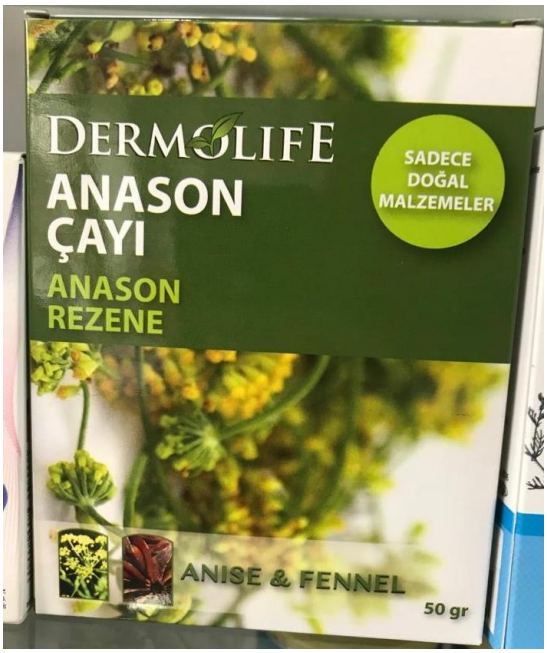
EK 3: Şanlıurfa'daki Aktarlarda zayıflama amaçlı satılan Terkipler ve bitkisel çaylar



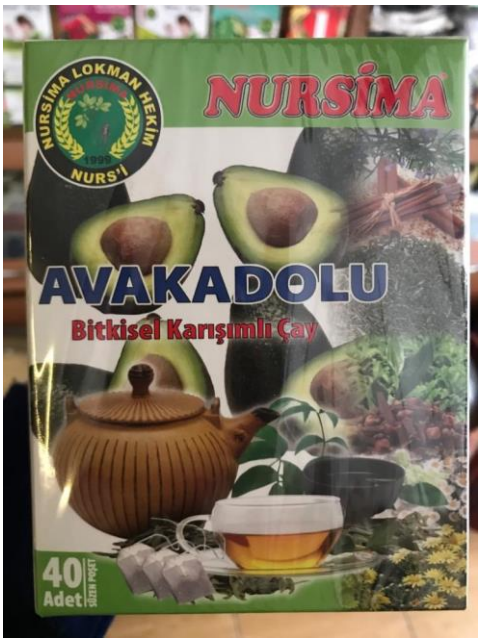
Şekil 57. Acı çehreli karışık bitkisel çay (AA 1031)



Şekil 58. Açlık otlu bitkisel çay (AA 1032)



Şekil 59. Anasonlu karışık bitkisel çay (AA 1032)



Şekil 60. Avakado bitkisel çay (AA 1035)



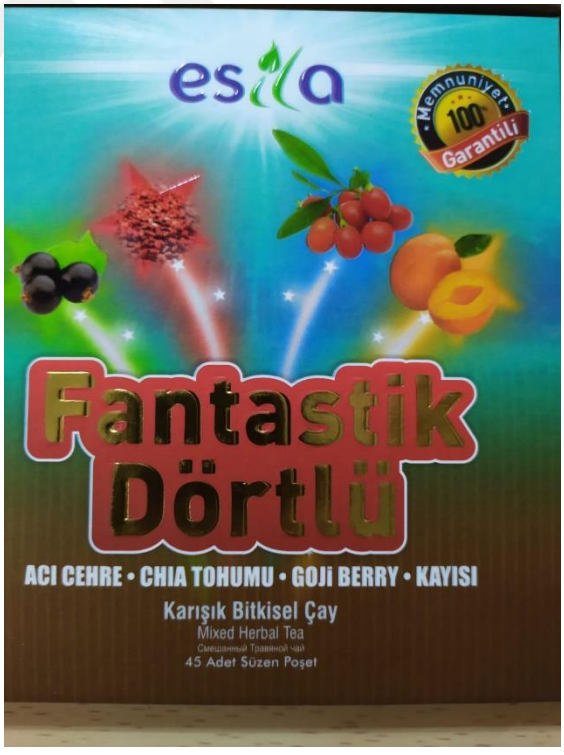
Şekil 61. Beyaz çay



Şekil 62. Biberiyeli bitki çay (AA 1036)



Şekil 63. Civanperçemli bitksel çay (AA 1038)



Şekil 64. Fantastik dörtlü bitksel çay (AA 1040)



Şekil 65. Fito-L karışık bitksel çay



Şekil 66. Goji berry form çayı



Şekil 67. Ginseng bitkisel çayı (AA 1043**)**



Şekil 68. *Ginkgo biloba* çayı (AA 1042)



Şekil 69. Herbal mixture tea (AA 1045)



Şekil 70. Kayısılı Biberiyeli bitkisel çayı (AA 1051)



Şekil 71. Keten tohum yağı (AA 1054)



Şekil 72. Moringa çayı (AA 1058)



Şekil 73. Mate bitkisel çay (AA 1057)



Şekil 74. Plates bitkisel çay (AA 1057)



Şekil 75. Teff tohumlu l çayı (AA 1063)



Şekil 76. Yeşil çay (AA 1065)



Şekil 77. Aktar dükkanı raflarında zayıflama amaçlı satılan farklı bitkisel çaylar