

KELP

Laminariales ordosuna ait kahverengi alglere (Phaeophyceae) ait olan büyük deniz yosunları olup, kilo vermede yardımcı olarak kullanılmaktadırlar. Bu amaçla piyasada bulunan ve kullanılan kelp tabletinin ortalama 0,7 mg/tablet gibi yüksek miktarda iyot içerdiği belirlenmiştir. Altı ay süresince kelp kullanan 72 yaşında bir kadın hastada hipertiroidizm bildirilmiştir. Kullanımın kesilmesine rağmen hipertiroidizmin ancak 6 ay sonunda ortadan kalktığı bildirilmiştir.

SONUÇ:

Geriatrik grup da dahil olmak üzere kişiler tarafından veya popülasyonlarca kilo vermek amacıyla herbal preparatların ve gıda destekleyicilerinin kullanımı oldukça yaygındır. Yaşlılar gerek çevrelerinden gelen telkin ve öneriler ile gerekse özellikle ülkemizde olduğu gibi aktarlar gibi bilimsel bilgi donanımı olmayan kişilerin tavsiyeleri ile bitkisel preparat kullanmaktadırlar.

Sonuç olarak, yaşlıların antiobezitik olarak bitkisel preparat/gıda destekleyicisi kullanmak yerine kontrollü rejim programı uygulaması ve hafif egzersizler ile yavaş fakat kalıcı kilo vermelerinin sağlanması bu ürünlerin kullanımı ile ortaya çıkabilecek birçok olumsuz durumu önleyecektir.

GERİATRİK HASTALARCA YAYGIN OLARAK KULLANILAN DİĞER BİTKİLER:

St. John's Wort (Sarı Kantaron)

St. John's preparatları ÷lkemizde sarı kantaron veya binbir delik otu olarak bilinen çok yıllık *Hypericum perforatum* (Hypericaceae) bitkisinin kurutulmuş çiçek veya toprak üstü kısımlarından elde edilir.

Hypericum (binbir delikotu) (Hypericaceae) türlerinin yapraklarındaki şeffaf noktacıklardan dolayı bitkiye Türkçe bu isim verilmiştir. Anadolu'da 50'den fazla türü yetişir. (sarı kantaron), Anadolu' da yaygın 20-80 cm boyunda bir türdür. Yapraklarında örtü tüyleri bulunmaz, fakat çok sayıda salgı tüyü ile kaplıdır. Çiçekleri dallanmış topluluklar halindedir; petalleri altın sarısı renkli, küçük siyah benekli; stamen çok sayıda, triadelftir.

Çiçekli dallar zeytinyağı içinde maserasyona bırakılarak Kantaron yağı hazırlanır; bu yağ halk arasında yara iyi edici olarak kullanılır. İçerdiği kırmızı renkli pigment, beyaz veya soluk derili hayvanlarda fotosensitizasyona neden olur, böyle hayvanlarda güçten düşme görülür. Herba Hyperici, %0.05-0.3 hiperisin ve hiperforin ve %2-4 total flavonoid içerir. Hafif ve orta derecedeki depresyonlarda, günde 2-4 g drog dekoksiyon, ekstre veya tentür şeklinde kullanılır.

İstenmeyen Etkileri. Nadir olmakla birlikte alerjik dermal reaksiyonlar, konstipasyon, ağız kuruluğu, gastro-intestinal rahatsızlık, baş dönmesi, halsizlik ve uyku bozukluğu en çok görülen yan etkilerdir. SJW cilt ve gözlerde ışığa karşı hassa siyet oluşturabilir. 3 yıl boyunca SJW kullanan bir kadında güneşe maruz kalan bölgelerinde sistemik fotosansitivite meydana geldiği rapor edilmiştir.

Özellikle SJW preparatını kullanan beyaz tenli ve yaşlı insanların güneşe karşı önlem almaları tavsiye edilmektedir. Geçmişinde bipolar hastalık öyküsü olan depresif hastaların tedavisinde SJW kullanıldığında mani görülebileceği hakkında çok sayıda vaka raporu olduğu için antidepresan olarak SJW kullananlarda bipolar hastalık öyküsü olup olmadığı dikkatle sorgulanmalıdır.

St. John's Wort-ilaç Etkileşmelerine Örnekler

Karaciğerde CYP450 enzim sistemi tarafından metabolize edilen ilaçların SJW ile birlikte kullanılması, SJW'un enzim sisteminde yaptığı indüksiyon veya inhibisyon nedeniyle terapötik ilaç düzeyinin değişmesine neden olabilir. Bu nedenle her ilaç grubuyla birlikte kullanımı risklidir, ilacın etkisinin azalmasına ya da artmasına neden olabilir.

ECHINACEA (EKİNEZYA)

Echinacea angustifolia veya *E. pallida*'nın kurutulmuş kök ve köksü kısımlarından ve *E. purpurea*'nın toprak üstü kısımlarından ya da köklerinin taze sıkılmış suyundan elde edilir. Amerika'da üst solunum yolları enfeksiyonu (ÜSYE) tedavisinde kullanılan en çok satılan üç bitkiden birisidir.

Echinacea purpurea, *E. angustifolia*, *E. pallida* K. Amerika ve Kanada'da yetişen, ayrıca bu bölgede ve Orta Avrupa ile Rusya'da kültürü yapılan, çok yıllık, otsu, boyu 120 cm'e kadar varan bitkilerdir. Çiçekler pembe ya da mor renklidir. Daha çok kökler, Radix Echinaceae, bazen de çiçekli dönemde toplanmış Herba Echinaceae purpureae kullanılır.

Etken bileşiklerin başında polisakkaritler (arabinoramnogalaktan) alkamidler (ekinasein) ve kafeik asit türevleri (ekinakozit) gelir, polisakkaritlerden dolayı kuvvetli immunostimulan etki gösterir ve interferon üretimini arttırır. Soğuk algınlığı ve gripde antiviral ve antibakteriyel olarak, solunum ve idrar yolları enfeksiyonlarında kullanılır

Ekinezya alkilamidler, kaffeik asit türevleri, polisakkaritler, esansiyel yağlar, flavonoidler ve glikoproteinler içerir. İçerdiği alkilamid, çeşitli glikozidler ve yüksek molekül ağırlıklı polisakkarit grupları spesifik olmayan immünostimülan aktivite sergiler.

İstenmeyen Etkileri. Nadir olarak abdominal şikâyetler, bulantı ve baş dönmesi; ender olmakla birlikte anaflaksi, astım alevlenmesi ve anjiyo ödem bildirilmiştir. Alerjik reaksiyonlar görülebilir. Özellikle Asteraceae familyasından herhangi bir bitkiye allerjisi olanlar daha fazla risk taşır. Hayvanlarda yapılan yüksek dozlu çalışmalar toksik etkisi olmadığı gösterilmiştir.

Echinacea-ilaç Etkileşmelerine Örnekler

Ekinezya ile ilgili önemli bir ilaç etkileşimi bildirilmemiştir. Sadece *in vitro* çalışmalara göre zayıf CYP3A4 inhibisyonu yapabileceği öngörülmektedir.

İmmünosüpresif ilaçlar. İmmünostimülan etkisinden dolayı immünosüpresan ilaçlarla tedavi görmekte olan hastalarda kullanılmaması gerektiği teorik olarak kabul edilmektedir.

SAW PALMETTO

Serenoa repens (*Sabal serrulata*) (Cüce palmiye, Saw Palmetto) K. Amerika' da, kumlu topraklarda yetişen alçak bir çalıdır. Sürünücü rizomdan çıkan kısa bir sürgün ve tepesinde sık yaprak demeti bulunur. Çiçek durumu sık tomentoz ve yapraklardan kısadır. Meyva tek tohumlu bir bakkadır, Fructus *Serenoae repentis*. Meyvada yağda çözünen (liposterolik) yağ asitleri esterleri ve fitosteroller bulunur, laurik, linoleik, kaprilik asitleri içerir.

Drog başlıca üriner sistem hastalıklarında, prostat hipertrofisinde, kronik idrar yolları enfeksiyonları, idrar gecikmesi veya aşırı gece idrarı gibi bozukluklarda etkilidir. Özellikle yaşlılarda sık gözlenen iyi huylu prostat büyümesi ile ilgili semptomların tedavisinde kullanılan en popüler bitkisel üründür. İtalya'da iyi huylu prostat büyümesinin tedavisinde %50, Almanya'da ise %90 oranında kullanılmaktadır.

Farmakolojik etkiden meyvelerinde bulunan steroller ve serbest yağ asitleri sorumludur. Standardize edilmiş ekstrelerinin %80-95 sterol ve yağ asitleri içermesi gerektiği belirtilmektedir. Gece idrara çıkmayı plaseboya kıyasla %25 azalttığı ve idrar çıkışını artırdığı gösterilmiştir. Yetersiz bilimsel verilere rağmen kronik prostatit tedavisinde de sıklıkla kullanılmaktadır.

İstenmeyen Etkiler. Yan etkileri oldukça az ve hafiftir. En sık gözlenenler karın ağrısı, bulantı, kusma, nefes kokusu, konstipasyon veya diyare gibi gastrointestinal şikâyetlerdir. Bunlar da gıdalarla birlikte alınarak azaltılabilir. Toksikolojik çalışmalar tamamlanmamış olmasına rağmen büyük ölçüde güvenli kabul edilmektedir.

Saw Palmetto-ilaç Etkileşmelerine Örnekler

Saw palmetto'nun operasyon sırasında ani kanamaya neden olabileceği bildirilmiştir. Sunulan raporda hastanın NSAii veya antikoagülan ajanlar gibi kanamaya neden olabilecek bir ilaç kullanmadığı ve pıhtılaşma bozukluğu olmadığı belirtilmiş, sadece prostat büyümesi nedeniyle Saw palmetto kullandığı saptanmıştır.

KAVA

Kava kava, *Piper methysticum* (Piperaceae) bitkisinin kök ve köksü kısımlarından hazırlanan bir ekstredir. Yüzyıllardır Pasifik adalarında yaşayan yerliler tarafından geleneksel bir içki olarak tüketilmektedir. Son 20 yılda anksiyolitik ve sedatif özelliklerinden dolayı batı ülkelerinde bitkisel preparat olarak kullanımı popülarite kazanmıştır.

Psikoaktif aktivitesinden içerdiği kavalaktonlar sorumludur. Bunlardan kavain, yangonin ve metistisin aktivitenin %95'ini oluşturur. Kavalaktonlar yoğun olarak bitkinin toprak altı kısımlarında bulunur. Bitkinin gövde ve yaprak kısımları ise pipermetistisin gibi bazı toksik alkaloidler içerir.

İstenmeyen Etkileri. Anksiyolitik etkinliği üzerinde pek çok çalışma yapılmış ve anksiyete tedavisinde etkili olabileceği bildirilmiştir.

Kava-ilaç Etkileşmelerine Örnekler

Kavalaktonların, özellikle metistisin ve dihidrometistisin gibi metilendioksifenil grupları taşıyanların CYP enzimlerinin potent inhibitörleri olduğu gösterilmiştir. Fakat bu çalışmalardan elde edilen sonuçların güvenilirliği değerlendirilmemiştir.

Kava'nın bu enzimlerle metabolize edilen reçeteli veya reçetesiz ilaçlarla veya diğer bitkisel ürünlerle beraber kullanılması, birlikte kullanılan ilacın veya metabolitinin plazma konsantrasyonunun artmasına ve toksik plazma konsantrasyonuna çıkmasına neden olabilir.

Santral Sinir Sistemi Depresanları. Kavanın sedatif etkileri yüzünden kavalaktonların benzodiyazepin, barbitürat veya alkol gibi SSS depresanlarının etkilerini güçlendirebileceği hipotezi öne sürülmektedir.

L-dopa'nın kava ile etkileşebileceği bildirilmiştir. Kava ürünü kullanan 76 yaşındaki yaşlı bir Parkinson hastasında L-dopa etkinliğinin azaldığı bildirilmiştir. Raporda kava tüketilmeye başladıktan 10 gün sonra hastalık semptomlarının arttığı belirtilmiştir. Bu olay da kava ile levodopa arasındaki zıt yönde farmakodinamik etkileşme olabileceğini desteklemektedir.

Antikonvülzan ilaçlar. Majör kavalaktonların sıçanlarda elektrik şokuna, sitriknin ve fentilentetrazol ile oluşturulan konvülziyonlara karşı antikonvülzif etki gösterdiği bildirilmiştir.