



**T.C.  
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ**

**TOPLUMSAL DUYARLILIK PROJELERİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ**

**“Tıbbi bitkilerin doğru kullanımı”**

**Proje Kodu: 60C335C97CC91**

**SONUÇ RAPORU**

**Proje Yürütücüsü:**

**Dr. Öğr. Üyesi Leyla GÜVEN**  
Eczacılık Fakültesi

**Araştırmacılar:**

**Erdoğan Taha AKBAŞ, Şeyma ÖZKAN, Muhammed Ataberk DUYMUŞ, Hatice GÖZELER, Dilay SAYAR, Sümeyye Esra Nur SÜMBÜLLÜ, Esra Nuran TEMEL, Hamza DOĞAN, Edanur DOĞAN, Edanur DURMAZ, Pelin KURT**

**Temmuz, 2021**

**ERZURUM**

## İÇİNDEKİLER

Önsöz .....	2
Özet .....	3
Materyal ve Yöntem .....	5
Proje Uygulamasına Ait Görseller .....	7
Sonuçlar .....	20

## ÖNSÖZ

Günümüzde tıbbi bitkilere ilgi oldukça artmıştır. İnsanlar doğal olduğu için herhangi bir zararının olmadığını düşünüp bu bitkileri bilinçsizce kullanmaktadır. Ancak bu bitkileri satın alırken de kullanırken de dikkat etmemiz gereken bazı hususlar vardır. Bu hususları toplumda farkındalık oluşturmak amacıyla bu proje gerçekleştirilmiştir.

Toplumumuzun bilinçli veya bilinçsiz tıbbi bitkilerden şifa arayışına yönelmelerinden dolayı bu konuda farkındalık oluşturulması önemlidir.

## ÖZET

Tıbbi bitki: hastalıkları iyileştirmek, şiddetini hafifletmek, hastalıklardan korunmak ve tedaviye yardımcı olmak amacıyla kullanılan bitki ve bitki kısımlarıdır.

- Doğru bitki; Bir cins içerisinde yer alan türler botanik açıdan birbirlerine çok benzeyebilirler. Dolayısıyla yanlış ve zehirli başka bir tür ya da etkisi olmayan başka bir tür toplanabilir. Ayrıca toplanan bitkinin kullanılması gereken kısımlarının da iyi bilinmesi gerekir. Bu nedenle kullanılacak türün konunun uzmanı bir kişi tarafından toplanması ve tanımlanması gereklidir.

- Bitkinin yetiştiği ortam; Bitkilerin yetiştiği ve toplandığı ortamlar onun kimyasal özelliklerine etki edecektir. Bitkinin havası ve toprağı temiz, trafikten ve kirlilikten uzak yerlerden toplanması önemlidir. Toplanırken dikkat edilmesi gereken hususlar şunlardır: - İlaçlama yapılan meyvelerin yakınlarından toplanmaz -Çevre kirliliği olan ve arabaların geçtiği yol kenarlarındaki şifalı bitkiler toplanmaz

- Saklama koşulları; Tıbbi bir bitki toplandıktan sonra hemen kullanılmayacaksa kurutularak saklanmalıdır. Kurutulan bitki ağzı kapalı bir kap içinde, nem ve rutubetten uzak, güneş ışınlarıyla direkt temas etmediği serin ve kuru bir yerde muhafaza edilir. Kurutulmuş bitkiler uygun şartlarda yaklaşık 1 seneye kadar özelliği kaybolmadan muhafaza edilebilirler.

- Hazırlama yöntemleri; Bitkisel çayların hepsi aynı şekilde hazırlanmaz. Temel olarak bakıldığında demleme, kaynatma ve ıslatma olmak üzere 3 yöntem vardır.

- Doz; Çay hazırlarken kullanılacak olan bitki dozu bitkiden bitkiye göre değişecektir ancak genel olarak bakıldığında 1 su bardağına 1- 3 tatlı kaşığı kadar drog içermelidir. Çayı kullanım süresi ve günde ne kadar miktarda alınacağı da önemlidir. Yüksek dozlarda ve bilinçsizce kullanıldığında ciddi sorunlara yol açabilir. Herhangi bir hastalığınız mevcutsa, ilaç kullanıyorsanız ya da bir hastalık için bitkisel bir ürün kullanmak istiyorsanız öncelikle hekime danışmalısınız!

- Bitkinin temini; Tıbbi bitkiler alınırken iyice araştırma yapılmalı, güvenilir yerlerden temin edilmelidir.

Projede halkı bilinçlendirmek amacıyla broşürler hazırlanmıştır. Araştırmacılarımız halka tıbbi bitkileri nasıl, ne zaman kullanacağını, kullanırken nelere dikkat etmeleri gerektiğini, tıbbi bitkileri nasıl temin etmesi gerektiğini anlatmışlardır.

Bu proje Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri tarafından desteklenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Tıbbi bitki



## MATERYAL VE YÖNTEM

### Araştırmanın Türü

Bu çalışma bir Toplumsal Duyarlılık Projesi'dir.

### Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Proje ekibi tarafından 01/07/2021 tarihinde Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Poliklinik girişinde gerçekleştirilmiştir.

### Projenin Uygulanışı

1. Eczacılık Fakültesi ATUPSA kulübü öğrencileri tarafından tıbbi bitkilerin doğru kullanımı hakkında broşür hazırlanmıştır

2. Hazırlanan broşürlerin 1000 adet Eser Ofset Matbaacılıkta bastırılmıştır

3. 01/07/2021 Erzurum Atatürk Üniversitesi, Araştırma Hastanesi, Poliklinik Girişinde broşür dağıtarak gerekli bilgilendirmeyi yapacak beyaz önlüklü araştırmacılarımız görevlendirilmiştir

4. Projenin uygulanması için hazırlanan posterler Araştırma Hastanesi Poliklinik girişinde uygun bir bölgeye asılmıştır.

5. Tıbbi bitkilerin doğru kullanılması konusunda farkındalığın artırılması amacıyla daha önce hazırlanan broşürler stantlarda dağıtılıp katılımcılara sözlü olarak anlatılmıştır.

6. Sorusu olan katılımcıların soruları proje yürütücüsü ve araştırmacı öğrenciler tarafından yanıtlanıp ve tüm katılımcılara maske hediye edilmiştir.

## PROJE UYGULAMASINA AIT GÖRSELLER



Araştırmacılarımızla Toplumsal Duyarlılık Projesi ofisi ziyaretimiz



Projede dağıtılacak olan tasarımını araştırmacılarımız tarafından yapılan broşürlerin ve afiőin basılması için gidilen matbaa





Projede kullandığımız tasarımı araştırmacılarımız tarafından yapılan afiş





Araştırmacılarımızla etkinlik öncesi önlük materyallerimizin dağıtılması ve etkinlikte neler yapacağımıza dair toplantı



Araştırmacılarımızla etkinlik öncesi Eczacılık Fakültesi önünde toplanılması



Projemizin gerçekleştiği etkinlik alanı



Projemizin gerekleŖtiđi etkinlik alanı



Projemizin gerçekleştiği etkinlik alanında hasta ve hasta yakınları ile görüşmelerimiz



Projemizin gerekleŖtiđi etkinlik alanında hasta ve hasta yakınları ile grŖŖmelerimiz





Projemizin gerekleŖtiđi etkinlik alanında hasta ve hasta yakınları ile grŖŖmelerimiz



Projemizin gerekleŖtiđi etkinlik alanında hasta ve hasta yakınları ile grŖŖmelerim



Proje sonrası araştırmacılarımızla yemek yenildi, etkinlik esnasında sonrasında geri dñntler değerlendirildi.

## SONUÇLAR

Halkımız kilo verme, Covid-19 salgını ile birlikte bağımsıklık sistemini güçlendirme, çeşitlik hastalıkları yenmek için çeşitli tıbbi bitkilere yönelmektedir. Ancak bunların bilinçsizce kullanımı ilaç etkileşimlerine, zehirlenmelere, hastalıkların şiddetini artmasına veya tedavi edilebilecek hastalıkların belirtilerinin örtmesine neden olabildiği gibi ölüme daha sebep olabilmektedir. Bu projemiz ile tıbbi bitkileri kullanırken doktor ve eczacı gözetiminde gerektiğinde çeşitli tahlil ve tetkiklerle kullanılıp kullanılmamasına karar verilmesi gerektiği ve tıbbi bitkilerin doğru şekilde toplanmasından işlenmesine kadar işin uzmanlarından danışmanlık alınması gerektiği aktarılmıştır.

Projemizi destekleyerek halkımız için çok önemli bir konu hakkında farkındalık oluşturmamızı sağlayan Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri Uygulama ve Merkezi'ne teşekkür ederiz.