

Sosyal Bilimler Dergisi / The Journal of Social Science**Yıl: 5, Sayı: 24, Haziran 2018, s. 398-408****Dr. Abdulhamit TOPRAK**

Türk Dili ve Edebiyatı, A.edebiyat@hotmail.com

FOLKLORİK BİR DEĞER OLAN HALK HEKİMLİĞİNİN KAYNAKLARINA GÖRE TÜRKİYE’DEKİ BAZI İCRA ŞEKİLLERİ**Özet**

Halk hekimliği, geçmişte çok eskilere dayanan geleneksel tıp olarak adlandırılabilir. Halk hekimliği, deneyimler ve tecrübeler neticesinde öğrenilen ve icra edilebilen bir hekimliktir. Halk hekimliğinin, modern tıbbın gelişmediği dönemlerde, toplumun ihtiyaçlarına önemli ölçüde cevap verdiği söylenebilir. Halk hekimliği, toplumunun inançlarından, geleneğinden ve deneyimlerinden beslendiği için kültürün bir ürünü / yansıması olarak değerlendirilebilir. Dolayısıyla her geçen gün gelişme ve yayılma ortamı bulmuş ve kültürel bir unsur olarak günümüze kadar gelmiştir. Bitki çeşidi ve zenginliği bakımından önemli bir coğrafyada yer alan Türkiye, halk hekimliğinin, önemli bir kolu veya yardımcısı olan aktarlığın ortaya çıkmasını sağlamıştır. Halk hekimliği, aktarların tecrübesinden ve bilgisinden faydalanmış ve icrasını sağlamaya çalışmıştır. Halk hekimliğinin icra şekillerinin farklılık gösterdiği söylenebilir. Bu icra şekilleri arasında; “el alma, ocaklı, okuyuculuk / rukyecilik” gibi icra şekilleri vardır. Halk hekimliği icra şekilleri kaynaklarına ayrılarak ele alınmaya çalışılmıştır. Kültürel bir yönü olan halk hekimliği, günümüzde modern tıbbın alternatif hekimlik olarak görülebilir.

Anahtar Kelimeler: Halk hekimliği, aktarlık, rukye, folklor**SOME FORMS OF EXECUTION OF FOLK MEDICINE, WHICH IS A FOLKLORIC VALUE****Abstract**

Folk medicine can be named as traditional medicine the history of which goes back a long way. Folk medicine is a medicine that is learned and that can be practiced as

a result of experiences. It can be said that folk medicine responded to the needs of the society to a great extent when modern medicine was not developed. Since folk medicine is fed by the beliefs, traditions and experiences of the society, it can be assessed as the product/reflection of a culture. Thus, it has developed and expanded day by day and survived until today. Due to being in a geography significant for the variety and richness of plants, Turkey has caused the emergence of herbalist trade, which is an important branch or assistant of folk medicine. Folk medicine has benefited from the experience and knowledge of herbalists and tried to practice folk medicine. It can be said that there are various ways to practice folk medicine. These ways include “el alma, ocaklı, okuyuculuk / rukiyecilik”. The ways to perform medicine were grouped and discussed in terms of their sources. Folk medicine, which has a cultural aspect, can be seen as an alternative medicine to modern medicine of our day.

Key Words: Folk medicine, herbalist, rukiye, folklore

Halk Hekimliği

Halk hekimliği geçmişten beri süregelen geleneksel tıp olarak bilinmektedir. Doğal yöntemlerle ortaya konulan ve geliştirilen halk hekimliği, tecrübeler neticesinde öğrenilen bilgiler ve çeşitli bitkilerin karışımından elde edilen ilaçlarla yapılan bir tür hekimliktir. Halk hekimliği, geçmişte yaşayan insanların zor doğa ve yaşam koşullarıyla yaptıkları mücadeleler neticesinde, ataların tecrübelerine dayanarak meydana getirdikleri geleneksel tedavi yöntemidir. Halk hekimliğinin ortaya çıkmasında ve gelişmesinde modern tıbbın henüz gelişmemiş olması ve doğanın zenginliği önemli bir faktör olarak görülebilir. Eskiden beri insanlar doğanın sunduğu çeşitli imkânlardan yararlanma yoluna gitmişlerdir. Halk hekimliği birtakım halk inançlarından beslenerek de yapılabilmektedir. Bu nedenle ülkemizde Halk hekimliğinin çeşitli halk inançlarından faydalanılarak icra edildiği yerler görülebilir. Hastalığın veya hasta kişinin durumuna göre bazı dinî inanışlarla halk hekimliği icra edilebilmektedir. Halk inançlarına göre yapılan halk hekimliğinde bazen okunmuş suyun, bazen de yazılmış bir muskanın hastanın iyileşmesine vesile olabileceği düşünülür. Halk hekimliğini gelişmesinde önemli rol oynayan faktör doğadır. Doğa, sunduğu çeşitli ve insan sağlığı için yararlı pek çok bitki sayesinde, halk hekimliğinin gelişmesinde önem teşkil etmektedir. Halk hekimleri, doğada bulunan birtakım otlar sayesinde ilaçlar geliştirmiş ve hastalıkları böylece tedavi etmeye çalışmışlardır. Halk hekimleri için önem arz eden başka bir faktör ise aktarlardır. Aktarlar; geçmişin ve bugünün halk hekimleri ve eczacılarıdır. Halk hekimleri, bugün aktarlar sayesinde yararlı pek çok bitkiye ve doğal ilaca ulaşarak hastalıkları tedavi edebilmektedirler. Türkiye’de halk hekimliği tedavi yöntemlerini çoğunlukla büyüklerinden öğrenen tecrübeli kişiler, tedavi için bitkisel, hayvansal ürünlerden elde edilen ilaçlarla hastalıkları tedavi etmeye çalışmışlardır. Halk hekimliğinde, insanla ilgili tedavi edici pek çok yöntemin varlığına rastlamak mümkündür: İnanç, dua, bitkisel ilaçlar, ocakçılık gibi tedavi edici pek çok yöntemin varlığı görülebilir.

Halk Hekimliğinin Tarihi ve Gelişimi

Halk hekimliğinin, insanlık tarihi kadar köklü bir geçmişinin olduğu söylenebilir. İslamiyet’ten önce ve sonra da görülen halk hekimliği, günümüze kadar gelebilmiştir. Günümüzde halk he-

kimliği, modern tıpla birlikte sürdürülmektedir. Son zamanlarda halk hekimliği ile modern tıbbın beraber yürütüldüğü faaliyet sahalarının ortaya çıktığı söylenebilir. Modern tıbbın çare bulamadığı hastalıklara, bazen halk hekimliğinin çare bulduğu söylenebilir. Modern tıbbın ve laboratuvar ortamlarının gelişmesi, halk hekimliğinin önemini daha artırdığı söylenebilir; yapılan pek çok ilacın doğada yetişen bitkilerden ve otlardan yapılması halk hekimliğine bakış açısının değişmesine ve halk hekimliğine daha çok önem verilmesine vesile olmuştur.

“Halk hekimliği veya geleneksel tıp, ilk insanın tabiat olayları karşısında takındıkları tavırlar ve münasebet şekillerinden doğmuştur. Geleneksel toplumlarda hastalık, sağlık hakkındaki düşünceler, halk kültürünün bir parçası olarak ortaya çıkmıştır.” (Ersin ve Aksoy, 2014: 87)

Geleneksel tedaviler veya halk hekimliği dünyanın pek çok yerinde başvurulan tedavi yöntemleridir. Modern tıbbın geliştiği yerlerde sıklıkla başvurulan bir tedavi yöntemi olmasa da, modern tıbbın yetersiz kaldığı durumlarda başvurulabilen tedavi yöntemlerinden biri olarak varlığını devam ettirebilmektedir. Geleneksel bir tedavi yöntemi olan halk hekimliği, nesilden nesle, kuşaktan kuşağa aktararak süregelen köklü bir tedavi yöntemidir. Halk hekimliği kültürün önemli bir parçasıdır. Anadolu çok eski devirlerden beri birçok medeniyete ev sahipliği yapmış bir coğrafyadır. Farklı medeniyetlerin Anadolu'ya gelmesi, Anadolu'da farklı halk hekimliklerinin görülmesine zemin oluşturmuştur. Her medeniyete kendi kültürünü, göç ettiği yere götürür. Dolayısıyla farklı pek çok medeniyetin görüldüğü Anadolu, farklı pek çok halk hekimliği tedavi şekillerinin de görüldüğü bir coğrafya olmuştur. Sınıkcılık, ocakçılık, rukyecilik, hacamlık, halk inançlarından kaynaklanan hekimlik Anadolu'da görülen bazı halk hekimliği örnekleridir. Ocakçılık geleneği mirasvâri bir halk hekimliği olarak değerlendirilebilir. Ocakçılık daha çok, “el verme” şeklinde anadan ve atadan geçen bir halk hekimliği yöntemidir. Sınıkcılık ise beceriye dayalı bir halk hekimliğidir. Sınıkcılık daha çok kırık ve çıkıkları yerine getirip sarma becerisi göstermektir. Halk inançlarından ve dinî inançlardan kaynaklanan halk hekimliği ise birtakım kişilerin atadan babadan öğrendiği usul ve esaslara veya dinî birtakım hususlara göre yapılmaktadır. Bu usul ve esaslar bazen birtakım dini esaslar gözetilerek yapılan okumalar, bazen de sihir ve büyü ile yapılanlar olmak üzere ayrılmaktadır. Halk hekimliği her geçen gün biraz daha önem kazanmış ve yaygın hale gelmiştir. Zira fabrikasyon ve kimyevi usullerle üretilen ilaçların her geçen gün farklı farklı zararları gündeme gelmiş ve insanlar doğal olana yönelmiştir. Bu yöneliş, doğal olanın önem kazanmasında rol oynamıştır. Dolayısıyla eskiden beri bilinen sınıkcılık, hacamlık, ocakçılık, okuyuculuk/rukye gibi halk hekimliği icra yöntemleri önem kazanmıştır. Türkiye'de görülen halk hekimliği türlerinin kaynaklarına göre icra edilme yöntemleri şunlardır:

1. Dinî İnançların Esas Alınarak İcra Edilen Halk Hekimliği Şekilleri

1.1 Hacamat

Haccamlık: Hacamat sözcüğü sağlığı koruma ve tedavi olma amacıyla kan aldırma işlemidir. “Kelimenin aslı Arapça hicâme(t) olup ‘emmek’ anlamındaki hacm kökünden gelir; hacamat yaptırmaya ihticam, bu işi meslek edinen kişiye haccam, kullandığı fenus ve bardak gibi aletlere de mihcem (mihceme) denir.” (Köşe, 1996: 422)

Hacamat yaptırmanın insan vücuduna faydalı olduğu düşünülür. Kan aldırma ve tedavi olma manasına gelen hacamat, insan vücudunda bulunan kirli kanın alınması eylemidir. Hacamatın birçok hastalığa çare olduğuna inanılır. Hacamatla kan alma işlemi, kan alınacak yer öncelikle ufak ve sivri uçlu (traş bıçağı) bir bıçak ile küçük kesiler atıldıktan sonra bardak ters tutularak içine hızlı bir şekilde sokulup çıkarılan alev aracılığıyla havası boşaltılır, sonra bardak kesilen yere kapatılır. Bardak birkaç dakika kapatılan yerde kaldıktan sonra alınır, böylece vücutta kirli kanın alındığı düşünülür. Son yıllarda ülkemizde hacamata olan ilginin ve güvenin arttığı ve haccamların çoğaldığı görülmektedir. Hacamat doğal bir tedavi yöntemi olup vücuda faydası olan bir tedavi şeklidir. Hacamat olacak kişinin ' kan özelliklerinin' hacamat yapılmaya uygun olması gerekir. Zira kan değeri düşük olan veya kan değeri yeteri kadar sıvı olmayıp bu nedenle kan sulandırıcı ilaç kullananların, hacamat yapılmaya uygun olmadığı düşünülür. Hacamat yapacak kişinin hacamatın ilmini bilmesi gerekir. Haccamın, hangi hastalık için, nereye hacamat yapacağını bilmesi, hastalığın tedavisi için önemlidir.

1.2 Okuyuculuk / Rukye

Halk inançlarına ve dinî inançlara dayanılarak yapılan okuyuculuk/rukye, Türkiye'de görülen diğer bir halk hekimliği yöntemidir. Halk hekimliğinin bu yönteminde, birtakım dua ve ayetlere başvurulur. Bu yöntemde kişi, hastaya gizli veya açıktan okuduğu bazı dua ve/ya ayetlerle hasta olan kişiyi tedavi etmeye çalışır. Bu tedavi yönteminde muska da bazen görülebilir. Muskanın kişiyi iyileştirdiğine veya kişinin nazar olmasını, sihir / büyüye maruz kalmasını engellediğine inanılır.

İlyas Çelebi rukyeyi şöyle tanımlar: "Hastalık ve kötülüklerden korunmak veya kurtulmak amacıyla dua okuyup üfleme anlamında bir terim" (2008: 219)

Rukyecilik ilim gerektirir, Kur'an ilmine hakim olmak, rukyeciliğin önemli esaslarından biridir; zira kişi, rukyeciliği Kur'an ilmine göre icra eder. Rukye yapan kişinin ayet ve duaların içeriğini ve ne tür bir etkisinin olabileceğini, nelere iyi gelebileceğini bilmesi gerekir. Rukye yapan kişi, hem okuma (üfleme) işini yapar, hem de muska yazar. Rukyecilik, halk hekimliğinin inançlara dayalı önemli bir yöntemidir. İnanç esaslı olarak ortaya çıkan rukyecilik, günümüze kadar birçok hastalığın tedavi edilmesinde rol oynamıştır.

"Zaten Arapların kendileri de cahiliye çağının birçok adet ve inançlarını İslam dininin şiddetle yasak etmesine rağmen, muhafaza ederek Türkmenistan'a kadar götürmüşlerdi." (İnan, 1976: 211)

Rukyecilik Arapların cahiliye dönemden kalma bir inanış ve hurafe olduğu söylenmesine rağmen, rukyeciliğin bugün pek çok hastalığa şifa olduğu görülmüştür. Muska, rukye işini yapan kişilerin faydalandıkları bir yöntemdir. Rukyeci, sadece okuma ve üfleme ile hastalığın geçmeyeceğine kanaat getirirse, muska da yazabilir. Muska ayrıca, kişi türlü kötülüklerden korunmak için üzerinde taşıyabilir. Halk hekimliğinin inanç esaslı bir yöntemi olan rukyeciliğin önemini koruduğunu söylemek mümkündür. Bugün rukyecilik; cin çarpma, nazar, kötü ahlak, korku ve benzeri durumlar için uygulanmaktadır.

"Fussilet sûresinin 44. âyetinde Kur'an'ın inananlar için mutlak mânada şifa oluşundan bahsedilmesi, ayrıca muhtelif âyetlerde kötü yaratıkların ve şeytanın şerrinden Allah'a sığınmanın

öğütlenmesi yanında (en-Nahl 16/98; el-Mü'minûn 23/97-98; Fussilet 41/36; el-Felâk 113/1-5; en-Nâs 114/1-6) Hz.Peygamber'den, ashap ve tâbiînden gelen rivayetleri dikkate alan İslâm âlimleri sözlerinin anlaşılması, faydanın Allah'tan umulması ve şirke sebep teşkil etmemesi kaydıyla Allah'ın kelâmı, ismi veya sıfatları okunarak rukye yapılmasında bir sakınca görmezler.” (Yerinde, 2010: 129-131)

Anadolu'da bazı yerlerde Çarşamba ve Cuma günleri öğlenden önce siğil için kişi eline aldığı küçük bir taşı veya yedi arpa tanesini, besmeleyle başlayarak siğilin olduğu yerin etrafında üç defa dolaştırarak, Allah'ım el bizden derman senden diye dua edilir. Bu sağlatma üç gün (Çarşamba ve Cuma günleri) yapılır, kişinin bu şekilde siğilinın geçtiği görülmüştür. Siğilin erkek ve dişi cinsiyetli olduğu söylenir. Siğil erkekse, erkek bir kişi tarafından, dişi ise bir kadın tarafından sağaltma fiilinin yapılması gerektiği dile getirilir.¹

Kur'an-ı Kerim'in farklı surelerinde rukyenin İslam din ve ahlakına uygun olduğu görülmektedir.

Yusuf Has Hacıp Kutadgu Bilig'de rukyeyi gerekli gördüğünü ifade ettiği görülmüştür:

Bularda basa keldi afsûnçılar

Bu yél yeklig igke bu ol emciler

Bularka yéme ök katılğu kerek

Bu yél yeklig igke okığu kerek (İnan, 1976:211)

Beyitleri Reşit Rahmeti Arat, şöyle çevirmiştir:

Bunlardan sonra, efsuncular gelir; Cin, periden gelen hastalıkları bunlar tedavi ederler. Bunlar ile de görüşmek-tanışmak gerktir; cin ve peri çarpmasından gelen hastalıkları okutmak lazımdır. (1991:315)

Rukyenin gerekli olduğu, aynı zamanda bir çeşit halk hekimliği olduğunu söylemek mümkün. Modern tıbbın henüz gelişmediği çağlarda, rukyenin önemli bir hekimlik veya tedavi edici yöntem olduğu görülmüştür. Rukyenin; ruh ve sinir hastalıklarının yanı sıra göz değmesi, kötü alışkanlık ve korku gibi çeşitli ruhsal ve maddi rahatsızlıkları tedavi etmede önemli rol oynadığı söylenebilir.

2.Doğa Kaynaklı Halk Hekimliği İcra Şekilleri

2.1 Sülük İle Yapılan Tedavi Şekli

Hacamata benzer başka bir halk hekimliği yöntemi ise sülük ile yapılanıdır. “Sülük kan emerek beslenen 5-6 cm uzunluğunda, vücudunun iki ucunda çekmeni birer bulunan, tatlı sularda yaşayan asalak bir hayvandır. Bu çekmenlerle insan veya hayvanın vücuduna yapışarak ufacık dişleriyle deriyi ısırarak kan emmekte ve ağızındaki bezlerden çıkardığı “heparinoid” maddesini ihti-

¹ K.k.: Dindar Toprak

va eden bir salgı ile de emdiği kanın pıhtılaşmasını önlemektedir. Halk hekimliğinde göz, baş, sırt ve ayak ağrılarında, romatizmada, şişmanlıkta, hemeroidde, yara, çıban ve şişliklerde sülük kullanılmaktadır. “(Şar, 2005: 133) Sülük ile yapılan halk hekimliğinde, sülük vücuttaki kirli kanı emerek kirli kanın vücuttan atılmasını sağlar. Sülük, doğal göllerde bulunan bir sürüngen olup Türkiye’de belli başlı yerlerde bulunmaktadır. Doğal ortamlarında bulunan sülüklerin, daha faydalı olduğu bir gerçektir. Zira doğal ortamından alınan sülüklerin, tedavi edici özelliklerini bir süre sonra yitirdiği tarafımızca tespit edilmiştir. Sülük tedavisinin; ayak, bacak, diz ağrılarında, vücuttaki çeşitli yaralara, dudak çatlaklarına iyi geldiği görülmüştür. Sülük, insan vücudunda kirli kanın veya ağrının olduğu yeri tespit eder ve oradaki kanı emerek tedavi etmeye çalışır. Burada önemli olan husus, sülükün yapıştığı yani kan emdiği yeri bulması ve kendisinin bırakmasıdır, çünkü sülükün, o bölgedeki kirli kanın tamamını emdikten veya tedavi ettikten sonra bıraktığına inanılır.

“sülükün topuk ve dudak çatlaklarına, kramplara iyi geldiği söylenir.”(K.k., Fatma Toprak, 1948)²

Sülük haricinde, ülkemizde kaplıca sularından da faydalanılmaktadır. Kaplıca sularının çeşitli hastalıkları tedavi edici özelliğe sahip olduğu düşünülür. Kaplıca sularının; böbrek rahatsızlıkları (taş ve kum) bacak ve diz ağrıları, kireçlenmelere, mide rahatsızlıkları, ödem, bel ve sırt ağrılarında iyi geldiği söylenir.(K.k. Ali Toprak, 1948)³

Türkiye kaplıca bakımından oldukça zengin bir ülkedir. Hemen her bölgede kaplıca tesislerini görmek mümkündür. Kaplıcaların sayıca çok olması ve sağlık açısından yararlı olduğunun düşünülmesi nedeniyle Türkiye’de sağlık turizminin oluşmasını sağlamıştır. Sağlık turizmi açısından kaplıcalar her geçen gün önem kazanmış ve sektör haline gelmiştir. Dolayısıyla pek çok yerde kaplıcaya bağlı sağlık ve turizm tesisleri ortaya çıkmıştır.

2.2 Bitkisel (Aktariye) ilaçlarla yapılan halk hekimliği

İnsanoğlu ilk çağlardan itibaren çevresinde yetişen veya kendisinin yetiştirdiği bitkilerden çeşitli şekillerde yararlanma yoluna gitmiştir. İnsanoğlu hangi bitkinin nasıl bir özelliğe veya niteliğe sahip olduğunu; bazen deneme – yanılma, bazen önsezi / içgüdülerine göre bulmaya çalışmışlardır, daha sonra bu bitkileri kullanmaya yoluna gitmişlerdir. Bitkilerin halk hekimliğinde önemli bir yer kazanması, aktariyenin ortaya çıkmasını sağlamıştır. Aktariye, halk hekimliği için önemli olan faktörlerden biridir. Halk hekimliğinin geçmişten beri beslendiği önemli kaynakların başından gelmektedir. Göçebe bir hayat yaşayan eski Türkler, doğanın her türlü imkânından faydalanmaya çalışmışlardır. Hastalık ve yaralanmalara karşı, doğada çare aramaya ve bulmaya çaba göstermişlerdir. Bu çaba, halk hekimliğinin doğadan beslenmesini ortaya çıkarmıştır. Doğada bulunan birçok bitki/otlan ilaç yapma yoluna gidilmiştir.

“Geçmişte yaşlı ve bilge insanların tecrübelerinden yararlanılarak hazırlanan bu ilaçlara kocakarı ilaçları da denilmektedir.” (Saraç, 2014:118)

² K.k. Fatma Toprak

³ K.k. Ali Toprak

“Tarih öncesi dönemlerden başlayarak Mezopotamya, Eski Mısır, Hitit, Yunan, Roma, Selçuklu ve Osmanlı dönemlerinde bitkisel ilaçlar kullanılmıştır. Cumhuriyet Dönemi’nde hslk tıbbı (tıbbî folklor) araştırmaları yapılmıştır. Anadolu insanının Yontma taş (Paleolitik) çağından beri bitkileri tedavi amacıyla kullandığı ve yaklaşık 50.000 yıldan beri bitkilerden çeşitli amaçlarla yararlandığı bilinmektedir.” (Özbek, 2005:170)

Halk hekimliğinde doğa vazgeçilmez bir faktördür. Bu yüzden, aktarlık ve çeşitli tarım ürünleri halk hekimliği için büyük bir önem ifade eder. “Anadolu’da soğan, taze dut yaprağının tedavi edici özelliğe sahip olduğu söylenir. İltihaplı yaranın üzerine konulan közlenmiş soğanın veya taze dut yaprağının ve lokumun yanı sıra, yeşil sabun ince ince kıyılarak çok az sütle karıştırılması ve macun kıvamına getirilmesinin de çıban yarasına iyi geldiği tarafımızca görülmüştür.

Doğada elde edilip ilaç üretiminde kullanılan bitkilere, tıbbi bitkiler denilmektedir. Bu bitkiler ilaç sektöründe önemli bir yer tutmaktadır. Halk hekimliğinde önemli yeri olan tıbbi bitkilerin, geçmişte olduğu gibi, bugün modern tıp için önemli faktör olduğu görülmektedir.

Yapılan araştırmalar bitkilerin pek çok faydasının olduğunu ispatlamıştır:

Acıdülek

Ağrı,mayasıl, sızı,sancı, sarılık, uyuzda etkili bir bitkidir.

Adaçayı

Mide ağrısı ve soğuk algınlığında etkilidir.

Ahlat

İshal ve zehirli hayvan sokmalarında etkilidir.

Akkız - Şevketibostan

Mide, kum, sancı gibi durumlarda etkilidir.

Akasya

Nefes darlığında etkilidir.

Ayva ağacı

Baş ağrısında, bel gevşemesinde, ishalde, öksürük, mide ve yürek çarpıntısında etkilidir.(Bayatlı, 11-14)

Böbrek hastalıkları: Altınotu (ölmez

çiçek),atkuyruğu, ayrıkotu.

Cinsel isteksizlik: Demirdikeni, kakule,

meyankökü, safran, zencefil.

Hazımsızlık: Anason, dereotu, havlıcan,

kakule, kimyon, papatya, rezene, yenibahar,

zencefil.

Hemoroit: Civanperçemi, kuşburnu,

mazi, sultanotu, zencefil.

Kabızlık: Keten, rezene, sinemaki,

sinirliot tohumu.

Kalp rahatsızlıkları: Alıç, ökseotu.

Kanserden korunma: Isırganotu,

kırmızıbiber, ökseotu.

Karaciğer rahatsızlıkları: Enginar,

hindiba, Kurtpençesi, meryemana dikenli,

zerdeçal.

Menopoz: Civanperçemi, adaçayı,

anason, papatya, tarçın.

Mide kanaması: Civanperçemi,

kuşburnu, sumak.

Mide bulantısı ve ağrıları: Eğirkökü,

nane, zencefil.

Prostat büyümesi: Eğirkökü, yeşil çay,

zerdeçal, ısırganotu kökü.(Faydaoğlu ve Sürücüoğlu, 2011: 62)

Bazı Bitkiler ve Kullanım Şekilleri:

Çam

Balgamı sökmede: Uçlarının çokça kaynatılmış suyunu içmek.

Boğmacada: Filizlerinin ıslatılmış suyunu içmek

Diş ağrısında: Katranını sürmek ve üstüne tuz eklemek.

Diş ağrısında: Katranı ile kireci karıştırıp koymak.

Doğum sancılarında: Döğülmüş fıstıktan çorbasını içmek.

Göğüs tutukluğunda: Fıstıklarının yağını içmek.

Kuvvet için: Filizlerinin kaynatılmış suyunu içmek

Kuvvet için: Taze kozak çağlasını yemek.

Kuvvet için: Hafif kavrulmuş fıstıktan (çekirdeksiz üzümle kıyılır, parçalar şekere bulanıp) yemek.

Yakıda: Çırasının kaynatılmış suyunu içmek

Ceviz

Balgamda: Yapraklarının kaynatılmış suyunu içmek

Bas yarasında: Kabuğunu kaynatıp kına gibi yakmak.

Dermansızlıkta: Yapraklarının kaynatılmış suyuyla banyo yapmak.

Dis temizliğinde: Yumuşatılmış yapraklarını dişlere sürmek

Kuvvet için: Taze meyvalarından yapılan tatlısını yemek

Mide için: Yapraklarının kaynatılmış suyunu içmek.

Sidik Zorunda: Yapraklarının kaynatılmış suyundan soğuk içmek

Sıtmada: Taze meyvalarından birkaç gün yutmak.

Yarada: Yapraklarının çokça kaynatılmış suyundan içmek

Burçak

Bertik ve berede: Lapasını vurmak.

İshalde: Dövülüp biraz içmek

İsilikte: Dövmüşünü sirke ile karıştırıp lapasını vurmak

Kızılyelde: Ununun lapasını vurmak

Mayasilda: Kavrulmuş, dövülmüşünden yemek (Bayatlı, 16)

“Son yıllarda sentetik ilaçların kullanımı sonucu meydana gelen ciddi yan etkiler ve bunların yol açtığı medikal ve ekonomik sorunlar bitkilerle tedaviyi tekrar popüler hâle getirmiştir. 1997 yılında Amerika Birleşik Devletleri’nde bitkisel ilaçların satışının bir önceki yıla göre % 9’ luk artış göstermiş olması, hastaların % 5’lik bir bölümünün temel tedavi olarak sadece bitkisel tedavi alıyor olması, bu tedaviler Amerika’da yılda 3.24 milyar dolar, İngiltere’de 40 milyon sterlin harcanması yine bu popüleriteyi yansıtmaktadır.” (Özbek, 2005:170)

Dünya genelinde gerek yapılan laboratuvar araştırmaları gerekse tecrübe ile elde edilen veriler, sentetik ilaçların yan etkilerinin olduğu ve bu yan etkilerin ciddi hastalıklara sebep olduğunu ortaya çıkarmıştır. Sentetik ilaçların yan etkilerinin ve zararlarının ortaya çıkması insanları, doğal yani bitkisel ilaçlara yönlendirmiştir. Dolayısıyla insanlar, doğaya yönelmiş ve tedaviyi doğada, bitkilerde aramaya başlamıştır. Sentetik ilaçların zararlarının ve yan etkilerinin ortaya çıkması, bitkisel ilaç üretimine yönelik oluşumların belirmesine katkıda bulunmuştur. Bitkisel ilaçlara olan ilginin artması, aktarların ortaya çıkmasında önemli rol oynamıştır. Günümüzde aktarlar, bitkisel ilaçlar için önem arz etmektedir. Halk hekimliğinin önemli yardımcıları olarak değerlendirilebilecek aktarların, son yıllarda nicel anlamda bir artış gösterdiğini söylemek mümkündür. Aktarlar, halk hekimliğine yardımcı olmaları veya yol göstermeleri nedeniyle, günümüz eczacılarına benzetilebilir. Aktarlar, bir anlamda, bugünün eczacıları olarak değerlendirilebilir. Aktarların, aynı zamanda bir halk hekimi olduğu söylenebilir. Aktarlar, doğada bulunan yararlı pek çok bitkinin mevcut olduğu kişilerdir. Aktarlar hem bitkilerin kurutulmuş olanlarını hem de bitkilerin özünden elde edilen yağları bulundurlar. Aktarlar, bu hususta “kocakarı” ilacı olarak bilinen ilaçların yapmada mahir kişiler olmuşlardır. Bitkilerin özünden elde edilen yağların çeşitli hastalıklara iyi geldiği bilinmektedir. Söz gelimi; badem yağı, hint yağı, biberiye yağı, çörekotu yağı, susam yağı ve sinemaki otundan yapılan karşımın, haftada en az iki defa saç köklerine uygulanmasıyla saç dökülmesini engellediği ve yeni saç tellerinin oluşumunu sağladığı görülmüştür. Bitki çeşitliliği açısından zengin bir coğrafya olan Türkiye, şifalı pek çok bitkinin yetiştiği bir konumdadır.

SONUÇ

Halk hekimliğinin insanoğluya yaşıt olduğunu söylemek mümkündür. Halk hekimliği; içinde bulunulan koşullar, sebepler ve modern tıbbın yeterince gelişmemiş olması nedeniyle gelişimini sürdürerek geçmişten günümüze kadar gelmiştir. Bugün modern tıbbın çare bulmadığı bazı hastalıklara, halk hekimliğinin çare olduğu görülebilmektedir. Günümüzde okur- yazar oranının artması ve modern tıbbın her geçen gün daha çok gelişmesi nedeniyle halk hekimliğine olan ilginin azalmasında önemli rol oynadığı saptanmıştır. Halk hekimliğinin gelişmesi ve varlığını sürdürmesi; doğa koşullarına, sahip olunan kültürel zenginlik ve birikime bağlıdır. Anadolu zengin kültürel bir birikime sahip olmasının yanı sıra, bitki türündeki çeşitliliği ve zenginliğiyle halk hekimliğinin gelişmesinde önemli rol oynadığı söylenebilir. Geleneksel tıp olarak da adlandırılan halk hekimliğinin Anadolu’da inançlara bağlı olarak ve doğadan faydalanılarak icra edilmeye çalışıldığı tespit edilmiştir. Farklı kültür, din ve inançlara ev sahipliği yapan Anadolu’da halk hekimliği icra şekillerinin farklılık ve zenginliği gösterdiği görülmüştür. Halk hekimliğinde aktarların deneyim ve bilgilerinden faydalanmıştır. Aktarların bitkiler ile bilgilere sahip olması, halk hekimliği için, aktarlığın önem teşkil etmesine zemin hazırlamıştır.

KAYNAKLAR

- Arat, R. R.,(1991) *Yusuf Has Hâcib Kutadgu Bilig*, (Çeviri: Reşit Rahmeti Arat) Ankara: Türk Tarih Kurumu Basımevi
- Bayatlı, Osman, *Şifalı Otlar ve Lokman Hekim*, İzmir: Berksav, 1989
- Çelebi, İlyas, “Rukye” TDV, İslam Ansiklopedisi, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, C 35 İstanbul 2008, S 219
- Ersin, Fatma – Aksoy, Şahin, *Şanlıurfa’da Bir Halk Hekimi ‘Attar İsa’* Türkiye klinikleri Tıp Etiği- Hukuku-Tarihi dergisi, 2014;12: 87-91
- Faydaoğlu, E ve Sürücüoğlu, M. S, Geçmişten Günümüze Tıbbi ve Aromatik Bitkilerin Kullanılması ve Ekonomik Önemi, Kastamonu Üniversitesi Orman Fakültesi Dergisi, 2011
- İnan, Abdulkadir,(1976) Eski Türk Dini Tarihi, İstanbul: Milli Eğitim Basımevi
- Köşe, Abdullah, Hacamat TDV C 14 s. 422
- Özbek, H., (2005) *Cinsel ve Jinekolojik Sorunların Tedavisinde Bitkilerin Kullanımı*, *Van Tıp Dergisi C.12 S 2*.
- Saraç, Ö. (2014), *Halk Ürünleri Açısından Boyabat'ta Kültürel Değişim*, yayımlanmamış Doktora Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun
- Şar, Sevgi, (2005) *Anadolu’da Halk Hekimliği Uygulamaları*, Türkiye klinikleri Tıp Etiği- Hukuku-Tarihi dergisi, Ankara, 2005, S 131-136
- Yerinde, Adem, “Şifa” TDV, İslam Ansiklopedisi, Türkiye Diyanet Vakfı Yayınları, C 35 İstanbul 2010, S 129-131

KAYNAK KİŞİLER

- K.k.: 1, Dindar Toprak, 1985, Adıyaman- Kahta, Lise, Çiftçi
- K.k.: 2, Fatma Toprak, 1950, Adıyaman- Kahta, Ev Hanımı
- K.k.: 3, Ali Toprak, 1948, Adıyaman- Kahta, Çiftçi