

Halk Arasında Sindirim Sistemi Hastalıklarında Kullanılan Bitkiler (Ardahan, Iğdır ve Kars): Kesitsel Araştırma

Plants Used in Digestive System Diseases in Traditional Medicine (Ardahan, Iğdır and Kars): Cross-Sectional Study

^{id} Songül KARAKAYA^a, ^{id} Zehra KIMIŞOĞLU^b, ^{id} Özkan AKSAKAL^c, ^{id} Yusuf Ziya SÜMBÜLLÜ^d,
^{id} Ümit İNCEKARA^c, ^{id} Ahmet POLAT^c

^aAtatürk Üniversitesi Eczacılık Fakültesi, Farmasötik Botanik ABD, Erzurum, Türkiye

^bKafkas Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü, Kars, Türkiye

^cAtatürk Üniversitesi Fen Fakültesi, Biyoloji Bölümü, Erzurum, Türkiye

^dErzurum Teknik Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü, Erzurum, Türkiye

ÖZET Amaç: İnsanlar tarih boyunca kendi bölgesinde yetişen bitkilerden çeşitli amaçlarla faylanmışlardır. İnsanoğlu, ilk zamanlar doğadan sıklıkla topladığı bitkilerin daha sonraları tarımını yapmaya başlamıştır. Bu araştırma; 2020-2021 yılları arasında Ardahan, Iğdır ve Kars illeri ve çevresinde yaşayan insanların sindirim sistemi hastalıklarında kullandıkları tıbbi bitkilerin kullanılan kısımlarını ve hazırlama yöntemlerini belgelemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaçla yöre halkının tedavi amaçlı kullandığı şifalı bitki türleri toplanarak tespit edilmiştir. **Gereç ve Yöntemler:** Geleneksel bitkisel ilaçlarla ilgili bilgiler toplanıp herbaryum materyalleri hazırlanmıştır. Çalışma alanlarına düzenli aralıklarla geziler düzenlenmiş olup, yöre insanları ile bire bir görüşülüp konuşarak anket çalışmaları yapılmıştır. **Bulgular:** Ardahan ilinde toplam 106 (39 kadın, 67 erkek) katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Katılımcıların %19,43'ünün okuryazar olmadığı görülmüştür. Iğdır ilinde toplam 97 (33 kadın, 64 erkek) katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Katılımcıların %20,34'ünün okuryazar olmadığı görülmüştür. Kars ilinde toplam 126 (55 kadın, 71 erkek) katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Katılımcıların %11,95'inin okuryazar olmadığı görülmüştür. Ardahan, Iğdır ve Kars illeri ve çevresinden halk arasında sindirim hastalıklarında kullanılan 30 bitki familyasına ait toplam 77 tıbbi bitki taksonu toplanmıştır. Bunların 64 türü yabani, 13 türü kültür bitkisidir. Sindirim sistemi hastalıklarında en yaygın kullanılan tıbbi bitki familyalarının Asteraceae (13), Lamiaceae (7), Fabaceae (5) ve Rosaceae (5) olduğu görülmüştür. **Sonuç:** Köklü geçmişe sahip olmakla birlikte, başta göç olmak üzere çeşitli sebeplerle hane sayısı azalmış köylerde sınırlı verilere ulaşılmıştır.

ABSTRACT Objective: Throughout history, people have used the plants grown in their own region for various purposes. Mankind has started to cultivate the plants that he collected from nature frequently at first. This research; was conducted to document the parts and preparation methods of medicinal plants used by people living in and around Ardahan, Iğdır and Kars provinces between 2020-2021 for digestive system diseases. For this purpose, medicinal plant species used by the local people for therapeutic purposes were collected and determined. **Material and Methods:** Visits were organized to the study areas at regular intervals, and survey studies were carried out by interviewing and talking with the local people one-to-one. **Results:** A total of 106 (39 women, 67 men) participants were interviewed in Ardahan. It was seen that 19.43% of the participants were illiterate. A total of 97 (33 women, 64 men) participants were interviewed in Iğdır. It was observed that 20.34% of the participants were illiterate. A total of 126 (55 women, 71 men) participants were interviewed in Kars. It was recorded that 11.95% of the participants were illiterate. A total of 77 medicinal plant taxa belonging to 30 plant families used in digestive diseases were collected from Ardahan, Iğdır and Kars provinces and their surroundings. Of these, 64 species are wild and 13 are cultivated plants. It has been observed that the most commonly used medicinal plant families in digestive system diseases are Asteraceae (13), Lamiaceae (7), Fabaceae (5) and Rosaceae (5). **Conclusion:** Although it has a deep-rooted history, limited data have been reached in villages where the number of households has decreased due to various reasons, especially immigration.

Anahtar Kelimeler: Ardahan; Iğdır; Kars; sindirim; etnobotani

Keywords: Ardahan; Iğdır; Kars; digestion; ethnobotany

Correspondence: Songül KARAKAYA

Atatürk Üniversitesi Eczacılık Fakültesi, Farmasötik Botanik ABD, Erzurum, Türkiye

E-mail: songul.karakaya@atauni.edu.tr



Peer review under responsibility of Journal of Traditional Medical Complementary Therapies.

Received: 09 Jan 2023

Received in revised form: 31 May 2023

Accepted: 22 Jun 2023

Available online: 06 Jul 2023

2630-6425 / Copyright © 2023 by Türkiye Klinikleri. This is an open access article under the CC BY-NC-ND license (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>).

İnsanlar tarih boyunca kendi bölgesinde yetişen bitkilerden çeşitli amaçlarla faylanmışlardır. İnsanoğlu, ilk zamanlar doğadan sıklıkla topladığı bitkilerin daha sonraları tarımını yapmaya başlamıştır.¹ Etnobotanik, kısaca “insan-bitki ilişkisi” olarak tanımlanmaktadır. İnsanoğlu, eski çağlardan beri bitkileri besin kaynağı olarak kullanmış, onların şifasına başvurmuş ve onlara dair deneyimlerini biriktirmiştir. Dünya Sağlık Örgütü, bitkisel drogların sayısını yaklaşık 1.900 olarak tespit etmiştir ve tedavi maksadıyla kullanılan yaklaşık 20.000 kadar bitkinin 600 kadarının ülkemizde yetiştiği belirlenmiştir.² Doğu Anadolu Bölgesi’nde (DAB) yaşayan insanları büyük bir kısmı tarım ve hayvancılıkla geçimini sağlamaktadır. Bölgedeki bitki çeşitliliğinin fazla olması da bölge insanının bitkilere olan yakınlığını pekiştirmektedir.³

DAB, yaklaşık olarak 170.000 km²’lik bir alan ile Türkiye’nin %20’lik bir kısmını kaplamakta ve İran-Turan fitocoğrafik bölgesinde yer almaktadır. Bölgede 3.000’den fazla bitki yetişmekte olup, bölge endemizm açısından %25’lik bir oranla ülkemizin endemizm bakımından en zengin bölgelerinin arasında bulunmaktadır. Bölgenin coğrafi şartları, köylerinin şehir merkezlerine olan uzaklığı, soğuk ve uzun geçen kış ayları nedeniyle bitkilerle tedavi günümüzde hâlâ oldukça yaygındır. Zengin bir kültürel mirasa sahip olan yöre etnobotanik bakımından da oldukça geniş bir bilgi hazinesine sahiptir, fakat kırsal bölgelerden şehirlere olan göçlere ve ilerleyen teknolojiye bağlı olarak yeni nesiller bu hazinenin değerini bilememekte ve bu hazine kaybolma ile karşı karşıya gelmektedir.⁴

Sindirim sistemi (SS); besinlerin sindirim kanalında ilerlemesi esnasında besinlerin emilerek kan dolaşımına geçebileceği küçük yapılara parçalandığı kanal olması sebebiyle çok önemlidir. Kişilerin sağlıklı yaşayabilmesi için yeterli ve dengeli beslenme kadar sağlıklı bir SS’ye sahip olması da gerekir. Tamamlayıcı ve geleneksel tedavi sistemleri, genellikle hayat kalitesini artırmak, semptomları ve ilaçların yan etkilerini azaltmak, fiziksel ve psikolojik destek sağlamak maksadıyla yapılmaktadır. Bu tedavi sistemlerinin uygulamalarında ülkelerin coğrafi konumlarına, etnik kökenlerine, eğitim durumlarına, sosyoekonomik faktörlerine

ve dinî inanışlarına göre değişiklikler görülmektedir.⁵

Bu araştırma, 2020-2021 yılları arasında Ardahan, Iğdır ve Kars illeri ve çevresinde yaşayan insanların SS hastalıklarında kullandıkları tıbbi bitkilerin kısımlarını ve hazırlama yöntemlerini belgelemek amacıyla yapılmıştır.

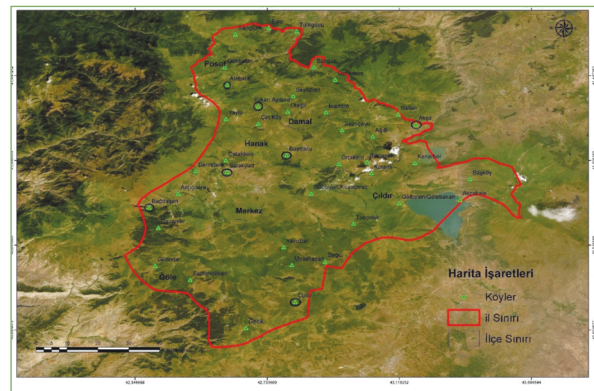
GEREÇ VE YÖNTEMLER

ÇALIŞMA BÖLGESİ

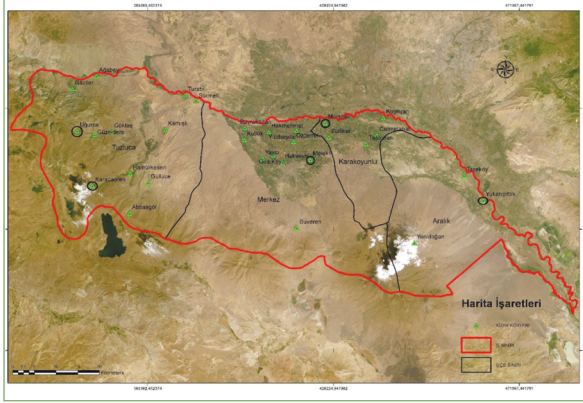
DAB; ülkemizin en geniş yüzölçümüne sahip olup, nüfus yoğunluğunun en düşük olduğu bölgedir. Bölge yükseltisi ortalama 2.000 m civarında olup, bölge arazisinin 3/4’lük bölümü yaklaşık 1.500-2.500 m aralığındadır. Ülkemizin doğusunda yer alan bölge; Karadeniz, Akdeniz, Güneydoğu Anadolu ve İç Anadolu Bölgeleri ile sınırı bulunan ve komşu ülkelerle olan kara sınırı uzunluğu ile de dikkat çeken bir bölgedir. Bölgenin 5 komşu ülkeyle de [Nahçıvan (Azerbaycan), Irak, Gürcistan, Ermenistan ve İran] sınırı vardır. Bölgenin büyük bölümünde şiddetli karasal iklim görülmekte olup, bölgede düşük sıcaklık değerleri ile uzun ve kar yağışlı kış ayları hakimdir (Resim 1, Resim 2, Resim 3).⁶

VERİ TOPLAMA

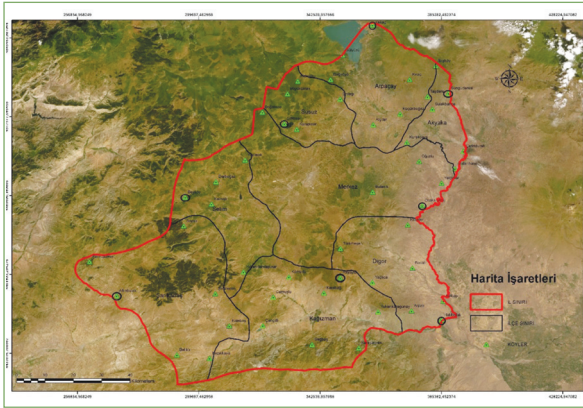
Çalışma kapsamında, 120 (Ardahan-40, Iğdır-30 ve Kars-50) köyde yapılan saha çalışmalarında bilgiler yüz yüze görüşme yöntemi ile derlenmiştir. Geleneksel bilgiye sahip kişilerin belirlenebilmesi için önceden muhtarlar ile temasa geçilerek proje hakkında genel bilgiler verilmiş ve geleneksel bilgiye sahip ki-



RESİM 1: Ardahan ili geleneksel bilgi kaydedilen köyler.



RESİM 2: Iğdır ili geleneksel bilgi kaydedilen köyler.



RESİM 3: Kars ili geleneksel bilgi kaydedilen köyler.

şiler hakkında bilgi alınmıştır. Bununla birlikte; köy kahveleri, camiler, köy/ilçe dayanışma/yardımlaşma dernekleri, halk eğitim merkezleri, ziraat odaları, kooperatiflerdeki kişilerle soru-cevap şeklinde mülâ-

kata dayalı görüşmeler yapılmıştır. Mümkün mertebe 60 yaş üzeri kadınlar, ebeler, çobanlar, “ocak” veya “şifacı” tabir edilen kişilerle görüşülmüştür. Bilgi verenlerin 127’si kadın (%38,60), geri kalan 202’si ise erkektir (Resim 4). Araştırma, Helsinki Deklarasyonu prensiplerine uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

BİTKİ NUMUNELERİ

Bitkiler 2020-2021 yılları arasında Ardahan, Iğdır ve Kars yöresine ait köylerden toplanmıştır. Toplanan bitkilerin teşhisleri xxxx tarafından yapılmıştır. Saha çalışmalarını gösterir bitki numuneleri fotoğrafları Resim 4’te sunulmuştur.

ETİK KURUL ONAYI

“Biyolojik Çeşitliliğe Dayalı Geleneksel Bilginin Kayıt Altına Alınması” projesi ulusal çapta bir proje olup, Tarım ve Orman Bakanlığının hak sahipliğinde tüm illerde ayrı ayrı yürütülmektedir. Elde edilen tüm veriler yine ulusal çapta “Geleneksel Bilgi Yönetim Sistemi”ne kaydedilmektedir. Sunulan makale de bu proje kapsamında sorumlu olduğumuz illerdeki saha çalışmalarından elde edilen verilerden üretilmiştir. Saha çalışmaları, Tarım ve Orman Bakanlığının görevlendirmesi ile valiliklerin bilgisi dahilinde, ilgili köy muhtarların koordinasyonunda gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle çalışma yapılan 81 ilin hiçbirinde ayrıca etik izin belgesi alınmamıştır. Şimdiye kadar Türkiye genelinde saha çalışması tamamlanan illerin verilerine dayanarak onlarca makale yayımlanmıştır. Bunların hiçbirinde yukarıda belirttiğim gerekçeler-



RESİM 4: Saha çalışmalarını gösterir temsili fotoğraflar.

den dolayı etik kurul onayı istenmemiştir. Yakın gelecekte, çok daha fazla makalenin benzer şekilde yayımlanacağı tahmin edilmektedir. Çalışmamıza, ilgili bakanlık tarafından Türkiye genelinde izin verilmiş olması nedeniyle ayrıca etik kurul onayına gerek olmamaktadır.

BULGULAR

Araştırmaya katılanların demografik özellikleri yüz yüze yapılan görüşmelerle kayıt altına alınmıştır. Ardahan ilinde toplam 106 (39 kadın, 67 erkek) katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Katılımcıların %19,43'ünün okuryazar olmadığı görülmüştür. Iğdır ilinde toplam 97 (33 kadın, 64 erkek) katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Katılımcıların %20,34'ünün okuryazar olmadığı görülmüştür. Kars ilinde toplam 126 (55 kadın, 71 erkek) katılımcıyla görüşme yapılmıştır. Katılımcıların %11,95'inin okuryazar olmadığı görülmüştür.

Ardahan, Iğdır ve Kars illeri ve çevresinden, halk arasında sindirim hastalıklarında kullanılan 30 bitki familyasına ait toplam 77 tıbbi bitki taksonu toplanmıştır. Bunların 64 türü yabani, 13 türü kültür bitkisidir. Familyaların alfabetik sırası ve botanik isimlerine göre hazırlanmış alanda tanımlanan 78 bitki **Tablo 1**'de verilmiştir. SS hastalıklarında en yaygın kullanılan tıbbi bitki familyalarının *Asteraceae* (13), *Lamiaceae* (7), *Fabaceae* (5) ve *Rosaceae* (5) olduğu görülmüştür. En sık kullanılan bitkilerin ise *Artemisia absinthium* L., *Achillea biebersteinii* AFAN., *Taraxacum macrolepium* Schischk., *Achillea millefolium* L., *Medicago sativa* L., *Scutellaria orientalis* L., *Peganum harmala* L., *Plantago major* L., *Rosa arvensis* Huds., *Prunus armeniaca* L. ve *Rosa canina* L. olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA

Bitkilerin halk tarafından kullanımına yönelik yapılan etnobotanik çalışmalar özellikle 90'lı ve 2000'li yıllarda tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de artış göstermiş, bunun sonucu olarak da etnobotanik çalışmaların sayısı artmıştır. Ardahan, Iğdır ve Kars çevresinde bugüne kadar yapılan biyolojik çeşitliliğe dayalı geleneksel bilginin belirlenmesine yönelik araştırmaların neredeyse tamamı etnobotanik içerikli

olup, nitelikli çalışmaların büyük çoğunluğu yakın geçmişe aittir.

Yapılan literatür taramaları sonucunda Ardahan, Iğdır ve Kars yöresi üzerine yapılan etnobotanik çalışmaların çoğunluğu Doğu Anadolu genelini kapsamaktadır. Ardahan, Iğdır ve Kars'ta yapılan çalışmalarda olduğu gibi *Artemisia arborescens*, *Pinus sylvestris*, *Trifolium* sp., *Teucrium polium*, *Rheum ribes*, *Rosa canina*, *Peganum harmala*, *Malva neglecta*, *Zea mays*, *Achillea tenuifolia* ve *Helichrysum plicatum* bitkilerinin benzer amaçlarla kullanıldığı tespit edilmiştir.^{3,7-10}

Bölgedeki iklim şartlarının zorluğu, ilçe ve şehir merkezlerine uzaklığa bağlı olarak modern yöntemlere ulaşmadaki güçlük ve ekonomik yetersizlik gibi faktörler, mevcut geleneksel yöntemlerin kullanılmasını olumlu yönde etkilemiştir. Ancak bu durum 1990'lı yıllara kadar devam etmiştir. Kırsaldaki vatandaşların her türlü sorunları için sıkça başvurdukları "ocakçı" veya "şifacı" olarak adlandırılan kişilerin yaşamlarını yitirmesiyle birlikte, geleneksel bilgiye dayalı tecrübelerin büyük bir kısmı yeni kuşaklara aktarılamamıştır. Bunda modern yöntemlerin gelişmesi ve yaygınlaşmasının etkisi olduğu kadar yeni kuşakların geleneksel bilgiye olan ilgisizliği de etkili olmuştur. Neredeyse her köyde proje ekibine "Bundan 20-30 yıl önce gelseydiniz.", "Şifacı-ocakçı dedem, ninem, ebem hayattayken gelseydiniz." sözleri sarf edilmiştir. Bununla birlikte, sahadan, gelecekte kullanılma-yaygınlaşma potansiyeli yüksek çok değerli geleneksel bilgiler kayıt altına alınmıştır.

SONUÇ

Köklü geçmişe sahip olmakla birlikte, başta göç olmak üzere çeşitli sebeplerle hane sayısı azalmış köylerde sınırlı verilere ulaşılmıştır. Kültür geçiş zonu olarak tanımlanabilecek köylerde, göç yoluyla buldukları köylere yerleşenler, kendi geçmişlerine ait olan asıl geleneksel bilgi, görgü ve tecrübelerin önemli bir kısmını geldikleri yerlerde bırakmışlardır. Diğer taraftan, yeni geldikleri bölgenin geleneksel bilgilerin çoğunu öğrenmekte ve özümsemekte zorlanmışlardır. Bu nedenle bu tip köylerde köklü geçmişe rağmen geleneksel bilginin aktarımı ve kullanımı sınırlı kalmıştır.

TABLO 1: Halk arasında sindirim sistemi hastalıklarında kullanılan bitkiler.

Tür adı	Familiya adı	Yöresel adı	Kullanılan kısım	Kullanım şekilleri	Lokalleite
<i>Viburnum lantana</i> L.	Adoxaceae	Germüka	Kök	Viburnum lantana ve Rheum ribes kökleri kaynatılır, suyu/a sanlık olan çocuk yıkanır.	İğdir
<i>Allium cepa</i> L.*	Amaryllidaceae	Soğan	Kabuk	Soğan kabuğu kaynatılır, buharına basur olan kişi oturur.	Ardeşan
<i>Bele vulgaris</i> L. var. <i>condivita</i> Alef.*	Amaranthaceae	Kırmızı pancar	Toprak altı	Toprakaltı kaynatılır. Posanın üzerine basuru olan kişi oturur.	İğdir
<i>Chenopodium glaucum</i> L.	Amaranthaceae	Yaban kirazı (tı üzümü)	Meyve	Meyveler 100-150 g şekere pişirilir. 2 gün aç karnına sabahları 1'er bardak karnı ağrısı için içilir.	Kars
<i>Chenopodium foliosum</i> Asch.	Amaranthaceae	Yaban kirazı	Meyve	Meyveler 100-150 g şekere pişirilir. Daha sonra süzülür. Elde edilen acı su düzenli olarak içilirse kolestroli düşürür.	Kars
<i>Chenopodium album</i> L.	Amaranthaceae	Salmanca	Yaprak	Yapraklar suda kaynatılır. Daha sonra süzülür. Elde edilen acı su düzenli olarak içilirse kolestroli düşürür.	İğdir
<i>Eryngium billardieri</i> Delile	Apiaceae	Gerengneyi	Kök	Kökleri mide rahatsızlıklarında kaynatılarak içilir.	İğdir
<i>Achillea tenuifolia</i> Lam.	Asteraceae	Çoban kırığı	Toprak üstü	Mide ve karn ağrısında taze olarak tüketilir.	İğdir
<i>Tanacetum punctatum</i> (Desr.) Grierson	Asteraceae	Sendel	Çiçek	Bitkinin çiçekleri toplanıp kurutulur ve kaynatılır, sancıya karşı kullanılır.	İğdir
<i>Artemisia absinthium</i> L.	Asteraceae	Yavşan süpürgesi	Tohum	Tohumları çocukların sancılarında iyidir. Anne sütünde ezilerek çocuğa verilir.	İğdir
	Asteraceae	Yavşan süpürgesi	Tohum ve tomurcukları	Çocuklar sancılarında tohum ve tomurcukları çay olarak verilir.	İğdir
	Asteraceae	Yavşan süpürgesi	Tomurcuk	Tomurcukları sütle ezilerek karıştırılır ve midesi sancıyan çocuğun ağzına damlatılır.	İğdir
	Asteraceae	Yavşan süpürgesi	Meyve	Meyveleri mide sancılarında içenir.	İğdir
	Asteraceae	Yavşan süpürgesi	Tomurcukları ya da tohumları	Tomurcukları ya da tohumları anne sütünde ezilir. Çocuk sancılarında verilir.	İğdir
<i>Achillea biebersteinii</i> Hub.-Mor.	Asteraceae	Mayasıl otu	Toprak üstü	Mayasıl olan yere kaynatılıp suyu süzülür.	Ardeşan
	Asteraceae	Guligzer	Çiçek	Çiçekleri kaynatılıp karn ağrısında içilir.	Kars
	Asteraceae	Civanperçesi	Çiçek	Çiçeklerinden hazırlanan infüzyon çayı karaciğer hastalıklarında içilir.	İğdir
	Asteraceae	Sarıçiçek	Toprak üstü	Çocuklar sancılarında çay olarak verilir.	İğdir
<i>Artemisia arborescens</i> (Vail.) L.	Asteraceae	Dida, süpürge otu	Toprak üstü	Bitki genç iken kurt düşürücü olarak yenir.	Ardeşan
<i>Taraxacum androssowii</i> Schischk.	Asteraceae	Zeze	Yaprak	Kuru yaprakları kaynatılır, mide sancısına karşı kullanılır.	İğdir
<i>Taraxacum fedtschenkoi</i> Hand.-Mazz.	Asteraceae	Zeze	Yaprak	Kuru yaprakları kaynatılır, mide sancısına karşı kullanılır.	İğdir
	Asteraceae	An çiçeği	Çiçek	Çiçekler tomurcuk halindeyken taze olarak shale karşı yutulur.	Kars
<i>Taraxacum macroleptum</i> Schischk.	Asteraceae	Zeze	Yaprak	Kuru yaprakları kaynatılır, mide sancısına karşı kullanılır.	İğdir
	Asteraceae	Karahindiba	Çiçek	Çiçekler tomurcuk hâlinde iken ishal olan kişiye yutturulursa ishali hemen keser.	Kars
	Asteraceae	Karahindiba, kızazeze	Toprak üstü	Toprak üstü kısımlarından deoksizon hâlinde hazırlanan çay, karaciğer rahatsızlığında tüketilir.	Kars
<i>Helichysum plicatum</i> DC.	Asteraceae	Altınçiçek	Çiçek	Çiçekler kaynatılıp karaciğer hastalıklarında sabah aç karnına içilir.	Kars
<i>Achillea millefolium</i> L.	Asteraceae	Mide otu	Çiçek	Çiçekler kaynatılıp mide spazmı için içilir.	Kars
	Asteraceae	Civanperçemi	Çiçek	Çiçekler kaynatılır ve gastrit olan kişiye içirilir.	Kars
	Asteraceae	Kılıç otu	Toprak üstü	Toprak üstü, kısmı kaynatılarak elde edilen suyu mide ağrısına karşı içilir.	İğdir
<i>Tanacetum punctatum</i> (Desr.) Grierson	Asteraceae	Sendel	Çiçek	Kuru çiçekler kaynatılır ve sancıya karşı kullanılır.	İğdir
	Asteraceae	Sendel	Çiçek	Kuru çiçekler kaynatılır ve sancıya karşı kullanılır.	İğdir
<i>Carduus nutans</i> L.	Asteraceae	Deve dikenli	Çiçek	Çiçekler kaynatılır, suyu basuru karşı içilir.	İğdir
<i>Arctium platylopus</i> (Boss. & Bal.) Sosn. ex Grossh	Asteraceae	Garahort	Kök	Kökler soyulup kurt düşürücü olarak yenir.	İğdir
<i>Myosotis alpestris</i> F.W. Schmidt	Boraginaceae	Basurotu	Çiçek	Çay olarak yapılır. Basur için tüketilir.	Ardeşan

TABLO 1: Halk arasında sindirim sistemi hastalıklarında kullanılan bitkiler (devamı).

Tür adı	Familiya adı	Yöresel adı	Kullanılan kısım	Kullanım şekilleri	Lokalite
<i>Alkanna orientalis</i> (L.) Boiss.	Boraginaceae	Havaço	Kök	Kökler kaynatılıp üser için sabah aç karnına içilir.	Kars
<i>Capsella bursa-pastoris</i> (L.) Medik.	Brassicaceae	Çağcak	Toprak üstü	Toprak üstü kısmın basur için taze yenilir.	Iğdır
<i>Cephalaria gigantea</i> (Ledeb.) Bobrov	Caprifoliaceae	Gevreyik	Çiçek	Çiçekleri haynatılıp şeker eklenir. Safra kesesi hastalıklarında içilir.	Kars
<i>Telephium imperati</i> subsp. <i>orientale</i> (Boiss.) Nyman	Caprifoliaceae	Kanteper, ganteper	Toprak üstü	Toprak üstü kısmın kaynatılıp sancı için içilir.	Kars
<i>Silene vulgaris</i> (Moench) Garcke	Caryophyllaceae	Şolig	Toprak üstü	Bitki önce soğuk suda yıkanır. Sonra ılık suda bekletilir. Basura karşı içilir.	Ardahan
<i>Cucurbita moschata</i> Duchesne*	Cucurbitaceae	Kabak	Tohum	Toprak üstü kısmın mide hastalıklarında yenir.	Iğdır
<i>Lagenaria siceraria</i> (Molina) Standl.*	Cucurbitaceae	Kedo (kabak)	Meyve	Kabak çekirdeği bala karıştırılır, sabah aç karnına çocuklara 3 gün verilir.	Ardahan
<i>Elaeagnus angustifolia</i> L.	Elaeagnaceae	Iğde	Meyve	Meyveleri ishal kesmek için tüketilir.	Iğdır
<i>Vaccinium myrtillus</i> L.	Ericaceae	Sınç, Iğde	Çiçek	Çiçekler toplanır ve kaynatılır, santik olan çocuk bu suda yıkanır.	Iğdır
<i>Euphorbia virgata</i> Waldst. & Kit.	Euphorbiaceae	Saltemali (yaban mersini)	Meyve	Meyveleri basura karşı tüketilir.	Ardahan
<i>Euphorbia iberica</i> BOISS.	Euphorbiaceae	Hulşirk (sütleğen)	Lateks	1-2 damla süt bir bardak süte karıştırılır içilirse ishal yapar, kabıza karşı etkilidir.	Iğdır
<i>Trifolium alpestre</i> L.	Fabaceae	Sütlübyan	Lateks	1-2 L inek sütüne bitkinin sütünden 1-2 damla konur. Bu karışımdan sabahları aç karnına bir bardak içilirse bağırsakları temizler.	Iğdır
<i>Medicago sativa</i> L.	Fabaceae	Yabani dut	Toprak üstü	Toprak üstü kısmı kaynatılır. Sabah aç karnına kurt düşürücü olarak içilir.	Ardahan
<i>Glycyrrhiza glabra</i> L.*	Fabaceae	Karayonca	Toprak üstü	Toprak üstü kısmı mide ağrısına karşı yenir.	Iğdır
<i>Ribes orientale</i> Desf.	Grossulariaceae	Yonca	Toprak üstü	Mays ayında çıkan taze yonca tuzlanarak 1-2 avuç içi kadar yenilirse kabızlığı giderir.	Kars
<i>Hypericum armenum</i> Jaub. & Spach	Hypericaceae	Karayonca	Çiçekli toprak üstü	Çiçekli toprak üstü kısmı kaynatılıp karacığe hastalıklarında içilir.	Kars
<i>Hypericum lydium</i> Boiss.	Hypericaceae	Çayır	Yaprak	Yaprakları suda kaynatılır ve sancı dindirici olarak kullanılır.	Iğdır
<i>Hypericum elongatum</i> Ledeb. ex Rchb.	Hypericaceae	Dermanabavesel	Çiçek	Çiçekler kaynatılıp basur için içilir.	Kars
<i>Hypericum venustum</i> Fenzl	Hypericaceae	Meyan kökü	Kök	Kökü kaynatılır, mide ağrısına karşı içilir.	Kars
<i>Thymus fallax</i> Fisch. & Mey.	Lamiaceae	Şimbiyan	Tüm bitki	Sancıyı dindirmek için kişi taze bitki yığınlarının arasına uzanır ve hastanın üzerine ayrı ayrı sürülür.	Iğdır
<i>Mentha longifolia</i> (L.) L.	Lamiaceae	Korfoş	Meyve	Kuru meyveler toz edilip gasit için sabah aç karnına yutulur.	Kars
	Hypericaceae	Kılıçotu	Yaprak	Basur için bitkinin taze yapraklarından elde edilen suyu içilir.	Ardahan
	Hypericaceae	Kaymak çiçeği	Çiçek	Çiçekleri toplanır, zeytinyağına konur birkaç ay beklenir. Mide ağrılarına karşı sabah aç karnına alınır.	Ardahan
	Hypericaceae	Sarı kantaron	Toprak üstü	Toprak üstü kısmın şişenin içinde zeytinyağında 3-4 ay bekletilir. Mide ağrısı için içilir.	Ardahan
	Hypericaceae	Kantaron, kaymak çiçeği	Çiçek	Çiçekleri toplanır zeytinyağına konur, birkaç ay beklenir. Mide ağrılarına karşı sabah aç karnına alınır.	Ardahan
	Hypericaceae	Kantaron	Toprak üstü	Toprak üstü kısmından dekoksiyon halinde hazırlanan çay mide rahatsızlıklarında tüketilir.	Kars
	Lamiaceae	Kekotu	Çiçek	Mide sancıları için çayı kullanılır.	Iğdır
	Lamiaceae	Caluru	Toprak üstü	Toprak üstü kısmından mide spazmı için çayı yapılır.	Kars
	Lamiaceae	Punk	Toprak üstü	Toprak üstü kısmın kaynatıldıktan sonra karnı ağrısı için içilir.	Iğdır
	Lamiaceae	Yarpuz	Toprak üstü	Toprak üstü kısmı demlenir ve basuru olan kişi bunun buharına oturtulur.	Kars

TABLO 1: Halk arasında sindirim sistemi hastalıklarında kullanılan bitkiler (devamı).

Tür adı	Familiya adı	Yöresel adı	Kullanılan kısım	Kullanım şekilleri	Lokalle
<i>Salvia virgata</i> Jacq.	Lamiaceae	Çabeji	Toprak üstü	Toprak üstü kısmı çay olarak kullanılır. Sancılara iyi gelir.	Kars
<i>Scutellaria orientalis</i> L.	Lamiaceae	Dermanadal	Çiçekli toprak üstü	Çiçekli toprak üstü kaynatılıp ishale karşı içilir.	Kars
	Lamiaceae	Dermanadal	Çiçekli toprak üstü	Çiçekli toprak üstü kısmı kaynatılıp sancı için içilir.	Kars
	Lamiaceae	Dermanadal (acı ot)	Çiçekli toprak üstü	Çiçekli toprak üstü kısmı kaynatıldıktan sonra karın ağrısı için içilir.	Kars
<i>Teucrium polium</i> L.	Lamiaceae	Merven	Toprak üstü	Toprak üstü kısmını kaynatıldıktan sonra suyu basur için içilir, posası da makata sanılır.	İğdir
	Lamiaceae	Meryemkondü	Toprak üstü	Toprak üstü kısmını kaynatılır. Bir bidona konulur. Ara ara taharet alınır. Basura iyi gelir.	Kars
<i>Teucrium orientale</i> L.	Lamiaceae	Mayasıl ötü	Toprak üstü	Yaprakları kaynatılır. Suyu içilir. Karın ağrısına iyi gelir.	Kars
<i>Malva neglecta</i> Wallr.	Malvaceae	Dalık	Yaprak	Toprak üstü kısmını kaynatıldıktan sonra posa tereyağı ile karıştırıldıktan sonra karın ağrısı için karın üzerine sanılır.	Kars
	Malvaceae	Dolig	Toprak üstü	Yaprak sapından elde edilen sütü basur olan bölgeye uygulanır.	Kars
<i>Ficus carica</i> L.*	Moraceae	İncir	Lateks	Yaprak sapı basur olan bölgeye uygulanır.	İğdir
	Moraceae	İncir	Yaprak sapı	Tohumları dövülür ve basur için kullanılır.	İğdir
<i>Peganum harmala</i> L.	Nitriariaceae	Üzerlik	Tohum	Toprak üstü kısmının çocuklarda sancıya karşı tütüsü yapılır.	İğdir
	Nitriariaceae	Üzerlik	Toprak üstü	Çocuklarda karın ağrısı için tohumları kullanılır.	İğdir
	Nitriariaceae	Üzerlik	Tohum	Üzerlik tohumları kavulaak basura karşı yenir.	İğdir
	Nitriariaceae	Üzerlik	Tohum	Tohumların tütüsü çocuklarda karın ağrısına karşı kullanılır.	İğdir
<i>Sesamum indicum</i> L.*	Pedaliaceae	Kündüç	Tohum	Tohumları dövülerek toz haline getirilir ve yutulursa iç hastalıklara iyi gelir.	İğdir
<i>Pinus sylvestris</i> L.	Pinaceae	Sarıçam	Kozalak	Taze kozalakları soyulup yenir, kurt düşürücü olarak kullanılır.	Ardahan
	Pinaceae	Sarıçam	Dal ve gövde	Basur hastaları, sıcak sarıçam tahtalarına oturtulur.	Ardahan
<i>Plantago major</i> L. subsp. intermedia (Gilb.)	Plantaginaceae	Bağa yaprağı	Meyve usaresi	Nar ve ayva meyve suları ve bağa yaprağı karıştırılır içilir. Mide rahatsızlığına iyi gelir.	İğdir
<i>Lange</i>	Plantaginaceae	Bağa yaprağı	Yaprak	Çiğ olarak tüketilen yapraklar bağırsak temizler ve iç yaraları iyi eder.	İğdir
	Plantaginaceae	Bağa yaprağı	Usare	Ezilierek suyu çıkarılır. Bu suyun içine 6 kaşık bal eklenir. Sabahları aç karına içilir. Mide rahatsızlıkları için kullanılır.	İğdir
<i>Plantago lanceolata</i> L.	Plantaginaceae	Bağa yaprağı	Yaprak	Yaprakları kaynatılıp suyu mide rahatsızlığında içilir.	İğdir
	Plantaginaceae	Yara yaprağı	Yaprak	Mide yanması ve yaraları için yaprakları kaynatılır. 3 öğün birer çay bardağı içilir.	Kars
<i>Plantago major</i> L.	Plantaginaceae	Yara yaprağı	Yaprak	İç yaraları için yaprakları yenir. Kaynatılır suyu içilir. Günde 3 öğün birer çay bardağı tüketilir.	Kars
	Plantaginaceae	Bağa yaprağı	Yaprak	Tok karına içmek gerekir. Topraküstü kısımlar kurutulur.	Kars
	Plantaginaceae	Bağa yaprağı	Yaprak	Bağa yaprağı öğü olarak yenilirse mide ağrısını azaltır.	Kars
	Plantaginaceae	Bağa yaprağı, yara yaprağı	Yaprak	Yaprakları ishale karşı doğrudan yenir.	İğdir
<i>Zea mays</i> L.*	Poaceae	Mısır	Puskül	Limon, adacıyı ve ihlamur ile birlikte mısır puskülü çay olarak hazırlanır. Bu çay içildiğinde safra kesesi litthabını söker.	İğdir
<i>Hordeum vulgare</i> L.*	Poaceae	Alpa	Tohum	Arpa tanelerinin içinden kurum gibi siyah çürük taneler aykılanır. Ezilerek anne sütü ile karıştırılır.	Kars
	Poaceae	Alpa	Tohum	Çocukların karın ağrısı için içilir.	Kars
	Poaceae	Konik	Tohum	Arpa başaklarının içindeki siyah taneler (konik=erşik) ezilerek anne sütü ile karıştırılır. Sancısı olan bebeklere yedirilir.	Kars
	Poaceae	Konik	Tohum	Çürüyen arpa bozağı, anne sütü içinde ezilerek sancısı olan çocuklara içilir.	Kars

TABLO 1: Haik arasında sindirim sistemi hastalıklarında kullanılan bitkiler (devamı).

Tür adı	Familiya adı	Yöresel adı	Kullanılan kısım	Kullanım şekilleri	Lokalle
<i>Prunus armeniaca</i> L.*	Rosaceae	Erik	Çekirdek	Kayısı çekirdeğinin içi doğrudan kurt düşürücü olarak kullanılır.	İğdir
	Rosaceae	Kayısı	Meyve	Olgunlaşmamış meyveler ezilip kurt düşürücü olarak aç kamına yenir.	İğdir
	Rosaceae	Kayısı	Meyve	Aşısız kayısı meyvesi sindirim kolaylığı sağlamanın için günde 3-5 adet 2 gün boyunca yenir.	Kars
<i>Prunus domestica</i> L.*	Rosaceae	Yabani kayısı (erik)	Çekirdek	Acı çekirdekleri yenirse bağırsak kurtlarını döker.	İğdir
	Rosaceae	Sanerik	Meyve	Sanerikler küçük çocuk itirazı içinde ezilir. Posa atılır. Sıvı kısım 1 hafta boyunca 2-3 defa enişkinlere içilir. Sanlık kesilir (eski bir uygulama olup şimdilerde uygulanmamaktadır).	Kars
<i>Rosa damascena</i> Herm.*	Rosaceae	Kızılgül	Petal	Petalerinden yapılan reçel sarılık olan kişiye verilir.	İğdir
<i>Rosa canina</i> L.	Rosaceae	Kuşburnu	Meyve	Olgunlaşmış meyveleri basur için yenilir.	Kars
	Rosaceae	Kuşburnu	Çekirdek	Meyve çekirdekleri basur için içilir.	İğdir
	Rosaceae	Kuşburnu	Meyve	Çay olarak tüketildiğinde ishali keser.	İğdir
<i>Salix babylonica</i> L.	Salicaceae	Salkım söğüt	Tüm bitki	Bitkinin altında durmak sancıyı keser.	Kars
<i>Salix armenosica</i> A. SKV.	Salicaceae	Söğüt	Yaprak	Yapraklar kaynatılır ve bu suyla ıshal olan çocuk banyo yaptırılır.	Kars
<i>Solanum tuberosum</i> L.*	Solanaceae	Patates	Yumu	Patates haşlanıp ıshale karşı yenilir.	Kars
<i>Hyoscyamus niger</i> L.	Solanaceae	Patpat	Toprak üstü	Çocuklar sancılanınca toprak üstü kısımları haşlanıp kama sarılır.	Ardahan
	Solanaceae	Patpat	Yaprak	Yapraklar haşlanıp ve basurun üzerine kapatılarak bekletilir.	Ardahan
<i>Datura stramonium</i> L.	Solanaceae	Patpat	Tohum	Çocuklar sancılığında tohumları kullanılır.	İğdir
<i>Verbascum transcasicum</i> E. Wulff	Scrophulariaceae	Sığırkıyruğu	Kök	Kökünün süti 5-6 damla kabızlığa karşı içilir.	İğdir
<i>Verbascum armenum</i> Boiss. & Kotschy ex Boiss.	Scrophulariaceae	Sığırkıyruğu	Yaprak ve çiçek	Yaprak ve çiçekler ezilir, kurutulur. Toz hale getirilir. Kuyruk yağı ile fitil haline getirilir. Basur için bu fitil kullanılır.	Kars
	Scrophulariaceae	Sığırkıyruğu (basur otu, mayaslı otu)	Toprak üstü	Toprak üstü kısmı kaynatılır. Basur olan kişi bu su ile taharet alır.	Kars
<i>Verbascum speciosum</i> Schrad.	Scrophulariaceae	Sığırkıyruğu	Toprak üstü	Toprak üstü kısmı haşlanır, suyu ile basur otu kişi taharet alır.	Kars
<i>Urtica dioica</i> L.	Urticaceae	Isırganlıyılan	Toprak üstü	Isırgan ve tavşankamı kaynatılır. Basuru olan kişi sabah-aksam aç kamına 1 kaşık yer (1 hafta boyunca).	Kars
<i>Agrostis canina</i> L.	Poaceae	Çayır kökü	Kök	Kuru köklerden hazırlanan çay bağırsak enfeksiyonlarında kullanılır.	İğdir
<i>Triticum vulgare</i> Vill.	Poaceae	Karabuğday	Tohum	Tohumları kavulup sıcakken karn ağsını için üzerine koyulur.	İğdir
<i>Rumex crispus</i> L.	Polygonaceae	Evelik	Yaprak	Yaprak hafif haşlanır, basur olan kişi buna sıcakken olurtulur.	Ardahan
<i>Rheum ribes</i> L.	Polygonaceae	İşgın	Kök	Kökler kaynatılıp 2 gün sabah aç kamına kurt düşürücü olarak içilir.	İğdir
<i>Rosa arvensis</i> L.	Rosaceae	Kuşburnu	Kök	Kökler kaynatılarak basura karşı içilir.	Ardahan
	Rosaceae	Kuşburnu	Kök	Kökler kaynatılarak basura karşı içilir.	Kars
	Rosaceae	Kuşburnu	Kök	Kökler kaynatılarak basura karşı içilir.	İğdir

Finansal Kaynak

T.C. Tarım ve Orman Bakanlığı Doğa Koruma ve Milli Parklar 13. Bölge Müdürlüğü Ardahan Şube Müdürlüğü'ne, 13. Bölge Müdürlüğü Iğdır Şube Müdürlüğü'ne ve 13. Bölge Müdürlüğü Kars Şube Müdürlüğü'ne "Kars-Ardahan-Iğdır İl Şube Müdürlüklerinin Sınırları İçerisinde Bulunan Köylerde Biyolojik Çeşitliliğe Dayalı Geleneksel Bilginin Kayıt Altına Alınması" projelerini destekledikleri için teşekkür ederiz.

Çıkar Çatışması

Bu çalışma ile ilgili olarak yazarların ve/veya aile bireylerinin çıkar çatışması potansiyeli olabilecek bilimsel ve tıbbi komite üyeliği veya üyeleri ile ilişkisi, danışmanlık, bilirkişilik, herhangi bir firmada çalışma durumu, hissedarlık ve benzer durumları yoktur.

Yazar Katkıları

Fikir/Kavram: Songül Karakaya, Zehra Kıymışoğlu, Yusuf Ziya Sümbüllü, Ümit İncekara, Ahmet Polat, Özkan Aksakal; **Tasarım:** Songül Karakaya, Ümit İncekara, Özkan Aksakal; **Denetleme/Danışmanlık:** Songül Karakaya, Ümit İncekara, Özkan Aksakal; **Veri Toplama ve/veya İşleme:** Songül Karakaya, Zehra Kıymışoğlu, Özkan Aksakal, Yusuf Ziya Sümbüllü, Ümit İncekara, Ahmet Polat; **Analiz ve/veya Yorum:** Songül Karakaya, Ümit İncekara; **Kaynak Taraması:** Songül Karakaya; **Makalenin Yazımı:** Songül Karakaya, Ümit İncekara, Zehra Kıymışoğlu; **Eleştirel İnceleme:** Songül Karakaya, Zehra Kıymışoğlu, Özkan Aksakal, Yusuf Ziya Sümbüllü, Ümit İncekara, Ahmet Polat; **Kaynaklar ve Fon Sağlama:** Tarım ve Orman Bakanlığı; **Malzemeler:** Songül Karakaya, Zehra Kıymışoğlu, Özkan Aksakal, Yusuf Ziya Sümbüllü, Ümit İncekara, Ahmet Polat.

KAYNAKLAR

- Akan H, Korkut MM, Balos MM. Arat Dağı ve çevresinde (Birecik, Şanlıurfa) etnobotanik bir araştırma [An ethnobotanical study around Arat Mountain and its surroundings (Birecik, Şanlıurfa)]. Fırat Üniv Fen ve Müh Bil Dergisi. 2008;20(1):67-81. [\[Link\]](#)
- Akan H, Sade YB. Kâhta (Adıyaman) merkezi ve Narince Köyü'nün etnobotanik açıdan araştırılması [Investigation of the ethnobotanical aspects the town Kâhta and village of narince]. BEÜ Fen Bilimleri Dergisi. 2015;4(2):219-48. [\[Link\]](#)
- Akgül G. Çıldır (Ardahan) ve çevresinde bulunan bazı doğal bitkilerin yerel adları ve etnobotanik özellikleri [Local names and ethnobotanical features of some wild plants of Çıldır (Ardahan) and its vicinity]. OT Sistematik Botanik Dergisi. 2008;14(1):75-88. [\[Link\]](#)
- Kadioğlu Z, Çukadar K, Kandemir A, Kalkan NN, Vurgun H, Dönderalp V. Kars ilinde sebze olarak tüketilen yabani bitki türlerinin tespiti ve kullanım şekilleri [Determination of wild plant species consumed as vegetables and their types of usage in Kars province]. J of AARI. 2020;30(1):11-32. [\[Crossref\]](#)
- Barlin D, Ercan A. Yetişkin bireylerin sindirim sistemi problemlerinde besin ve bitkisel ürün kullanım durumları [Conditions of use of food and vegetable products in the adults having digestive system problems]. The Turkish Journal of Academic Gastroenterology, 2020;19:31-7. [\[Crossref\]](#)
- Coşkun O. Doğu Anadolu Bölgesi'nde kentleşme ve kentsel gelişim [Urbanization and urban development in Eastern Anatolia Region]. Eastern Geographical Review. 2013;30:239-56. [\[Link\]](#)
- İrmak C. Ardahan yöresi halk hekimliği ve halk veterinerliği uygulamalarında hayvan dışkıları üzerine bir inceleme. Aça M, editör. Uluslararası Toplum ve Kültür Araştırmaları Sempozyumu Bildiri Kitabı. Çanakkale: TOKÜAD Yayınları; 2019. p.359-70.
- Özgöçke F, Özeliç H. Ethnobotanical aspects of some taxa in East Anatolia. Economic Botany. 2004;58(4):697-704. [\[Crossref\]](#)
- Güneş F, Özhatay N. An ethnobotanical study from Kars (Eastern) Turkey. Biological Diversity and Conservation. 2011;4(1):30-41. [\[Link\]](#)
- Altındağ E. Iğdır ilinin (Doğu Anadolu Bölgesi) doğal bitkilerinin halk tarafından kullanımı [Doktora tezi]. İstanbul: İstanbul Üniversitesi; 2009. (Erişim tarihi 07.07.2023). Erişim linki: [\[Link\]](#)