

## KARACİĞERE FAYDALI BİTKİSEL AJANLAR

**Önsöz olarak; Kişisel düşüncem araştırmalarım ve hastalarımın edindiğim tecrübelerine göre özellikle kronik hepatit B taşıyıcılarında, HBsAg kantitatif titrasyonu düşme eğiliminde olanlarda ve karaciğer yağlanması olanlarda bazı bitkisel ajanlar faydalı olmaktadır. Hepatit B virüsünün kandan temizlenmesini (qHBsAg seroconversion and seroclearance) hızlandırmaktadır.**

Bugün için bilimsel otoritelerce denenmiş ve onaylanmış güvenebileceğimiz karaciğere yararlı bitkiler başta Deve Dikeni (Milk Thistle), Enginar (Artichoke), Şahtere (Fumitory), Üzüm çekirdeği (Grapeseed), Sarımsak (Garlic), Rezene (Fennel), Kekik (Thyme), Ekinezya (Echinacea), Ihlamur çiçeği, Alıç çiçeği, Kereviz (Celery) tohumudur.

### Milk Thistle (DEVE DİKENİ)

**Bilimsel Adı:** Silybum marianum

Diğer yaygın bilinen isimleri: Holy thistle, lady's thistle, Marian thistle, Mary thistle, St.Mary thistle

**Orijin:** Keşmir, Meksika, Kanada ve Amerika Birleşik Devletleri

**Kullanımı:** Mantar zehirlenmesine bağlı karaciğer toksisitesinde, karaciğer sirozunda, kronik mantar hastalığında, hepatit C ve B, kimyasal ajanlara maruziyet ve karaciğer transplantasyonu.

#### Etkileri:

Hepatoprotektif Etkileri (Karaciğer koruyucu etkileri): Birçok çalışma Milk Thistle'nin kimyasal bir bileşeni olan Silymarin'in hepatoprotektif etkisini göstermiştir (Ball et al, 2005; Gordon et al, 2006; Thomsborg et al, 1996). Bu çalışmalardan birinde silymarin'in yıllarca karaciğer ve safra ile ilgili durumlarda kullanılageldiğini bildirmiştir (Flora et al,1998).Silymarin'in antioksidan bir etkisinin olduğu, serbet radikalleri azalttığı, diğer karaciğer koruyucu etkileri yanında karaciğer hücresi hepatosit sentezini artırdığı bulunmuştur. Akut ve kronik karaciğer yetmezliğinde kullanılmış ve karaciğer mikrozomlarında sitokrom P450'yi inhibe ettiği bulunmuştur (Beckmann-knopp et al,2000). CYP3A4 yada CYP2C9 bu deve dikenini bitkisi ile karşılıklı etkilesime girerek silymarin'i metabolize eder. Deve dikeninin çok az yan etkilerle hepatit C'nin tedavisinde umut verici olduğu gösterilmiştir. Silymarin karaciğer koruyucu, antiinflamatuvar ve hücre yenileyici özelliklere haizdir (Giese, 2001).

Özetle Silybum marianum bitkisinden elde edilen milk thistle karaciğer dostu olarak bilinen silibin, silidianin ve silikristin içerir. Silimarin, karaciğer hücre zarının yapısını değiştirerek toksinlerin hücre içine girmesini önler ve hücre içindeki polimeraz A etkisini uyararak karaciğer harabiyetini antagonize eder. Hepatit ve siroz gibi karaciğer hastalıklarında tedaviye yardımcı ve koruyucu olarak önerilir. Serbest radikallere karşı güçlü bir antioksidandır ve bağışıklık sistemini güçlendirir.

**Kullanılan parçaları:** Tohumları, toprak üstünde kalan kısımları.

### **Yan Etkileri:**

Baş ağrısı, bulantı, kusma, iştahsızlık, ishal, menstrüel değişiklikler, hipersensitivite reaksiyonları olabilir. Gebelerde, çocuklarda multisistem hastalığı olanlarda kullanılması uygun değildir.

## **Turmeric (ZERDEÇAL)**

**Bilimsel adı:** Curcumin

**Etkisi:** Zerdeçal bunu;Hepatit B virusunun çoğalmasını ve ekspresyonunu baskılar bunu covalently closed circular DNA\_bound histone acetylation'u azaltarak yapar. Geçen yıl zerdeçal'la ilgili Çin'den bir grup bilim adamı bilimsel bir laboratuvar araştırması yayınladı.

[World J Gastroenterol](#). 2017 Sep 14; 23(34): 6252–6260.

### **Curcumin inhibits hepatitis B virus infection by down-regulating cccDNA-bound histone acetylation**

Zhi-Qiang Wei, Yong-Hong Zhang, Chang-Zheng Ke, Hong-Xia Chen, Pan Ren, Yu-Lin He, Pei Hu, De-Qiang Ma, Jie Luo, and Zhong-Ji Meng

Bu çalışmada varılan sonuç; Curcumin karaciğer hücresi içindeki hem HBV çoğalması ile HBsAg ve HBeAg oluşumunu baskılar. Hem de HBV cccDNA'yı etkili bir şekilde baskılar.

## **Grapeseed (ÜZÜM ÇEKİRDEĞİ)**

**Bilimsel Adı:** Vitis vinifera

**Diğer yaygın bilinen İsmi:** Muskat

**Kullanımı:** Başlıca Kronik hepatit B ve delta hepatitinin tedavisinde kullanılabilir. Ayrıca antioksidan ve anti kanserojen etkileride vardır. Bazı göz hastalıklarının ve bacak varislerinin tedavisinde kullanılabilir.

Uzun yıllar önce Japonya'da Chiba Üniversitesi'nde birlikte çalıştığımız Senko Tsukada, Masashi Mizukami ve arkadaşları geçen yıl dünyanın ve Amerika'nın en önemli ve prestijli dergisi olan Hepatology'de bir araştırma makalesi yayınladılar. **HEPATOLOGY 2017;65:1104-1116.**

**'A New Class of Hepatitis B and D Virus Entry Inhibitors, Proanthocyanidin and Its Analogs, That Directly Act on the Viral Large Surface Proteins'**

Tsukada S<sup>1,2</sup>, Watashi K<sup>1,3,4</sup>, Hojima T<sup>5</sup>, Isogawa M<sup>6</sup>, Iwamoto M<sup>1,3</sup>, Omagari K<sup>6</sup>, Suzuki R<sup>1</sup>, Aizaki H<sup>1</sup>, Kojima S<sup>2</sup>, Sugiyama M<sup>7</sup>, Saito A<sup>5</sup>, Tanaka Y<sup>6</sup>, Mizokami M<sup>7</sup>, Sureau C<sup>8</sup>, Wakita T<sup>1</sup>.

isimli bu araştırmada üzüm çekirdeği ve oolong çayı (bir çeşit geleneksel Çin çayı) ekstresinde bulunan proanthocyanidin (PAC) ve onun analogu, oolonghomobisflavan (OHBF-C) maddelerinin HBV ve HDV viruslerinin sağlam karaciğer hücresine girişini önlediklerini tespit ettiklerini yayınladılar.

**Kullanımı:** Günde 200 mg kullanımının etkili olacağı tavsiye edilmektedir.



23 Şubat 2016: Prof. Masashi Mizokami ile birlikte APASL gala yemeğinde

## **Artichoke (ENGİNAR)**

**Bilimsel Adı:** Cynara scolymus asteraceae

**Diğer Yaygın Bilinen İsimleri:** Alcachofra, Globe Artichoke

**Orijin:** Orta Avrupa, Akdeniz ülkeleri

**Kullanımı:** Kolesterol düşürmek, iştah artırmak, sindirime yardımcı olmak, üst gastrointestinal sistemde hazımsızlığı önlemek için. Aynı zamanda antioksidan ve karaciğer koruyucu özellikleri vardır.

**Etkileri:** Çok az sayıda kullanımı ve etkisi hakkında çalışma vardır. Bununla birlikte antilipidemik, karaciğer koruyucu ve hazmı düzenleyici olarak yaygın bir şekilde pazarlanmaktadır.

### **Antilipidemik etkisi:**

Enginarın antilipidemik etkisi ile ilgili çalışmalar çok azdır. Bir çalışmada (Petrowicz et al,1997) enginar yaprağı 44 hastaya verildi. Kolestereol seviyelerinde belirgin bir değişim olmadı. Buna karşın sonraki bir çalışmada (English et al,2000) istatistiksel olarak anlamlı kolestereo ve LDL/HDL seviyelerinde düşme görüldü. Kolestereol seviyesindeki düşme cynarin ve luteolin'e bağlı olabilir. Bunlar enginarın ihtiva ettiği bileşenlerdir. Bu maddeler kolestereol sentezine müdahale edebilmektedirler.

### **Diğer etkileri:**

İki önemli diğer etkileri ile ilgili başlangıç çalışmaları vardır. Bunlar karaciğer koruyucu hepatoprotektif etkisi ve dispepsiyi içeren gastrointestinal semptomların ve şikayetlerin azaltılmasını içermektedir. Enginar yaprağının karaciğeri zararlı etkenlerden koruduğu gösterilmiştir (kraft, 1997).

**Bitkinin kullanılan parçası:** Yaprığı

### **Kontraindikasyonları:**

Safra yolu tıkanıklıklarında ve hipersensitivite hallerinde kullanılmamalıdır. Küçük çocuklarda, gebelerde, emzirenlerde, ileri derecede böbrek ve karaciğer yetmezliği olanlarda araştırmalar sonuçlanıncaya kadar kullanılmamalıdır.

### **Yan etkileri:**

Açlık hissi, halsizlik

## **Etkileşimleri:**

Demir emilimini azaltır. Kan şekerini düşürür.

Primer kimyasal bileşenleri ve mümkün etkileri:

Caffeic acid, caffylquinic acids, chlorogenic acid, cynarin: Hepatoprotektif (karaciğer koruyucu), antilipidemik etkili.

Cynaroside, luteolin, scolyoside: Antilipidemik etkili.

## **FUMİTORY (Şahtere)**

**Diğer İsimleri :** Safra Otu, Sarılık Otu, Şahterec, Fumaria, Fumeterre

**Botanik Bilgi :** Şahteregiller familyasından; çok parçalı yapraklı, küçük, düzensiz, beyazımtırak veya pembe renkli çiçekleri olan otsu bir bitki cinsidir. 50 kadar türü vardır. En önemlisi Tıbbi şahtere (Fumaria officinalis) yurdumuzda yetişir.

Tıbbi şahtere (Fumaria officinalis); yol kenarlarında rastlanan 20-60 santimetre boyunda bir yıllık otsu bir bitkidir. Yaprakları mavimsi-yeşil; çiçekleri mor renklidir.

**Yetiştirildiği Yerler :** Vatanı Güney Avrupa, Kuzey Afrika ve Asya'nın Türkiye, Horasan ve Türkistan bölgeleri olan bitki günümüzde Kuzey Amerika ve Avustralya'da da yetişmektedir.

**Toplanması - Saklanması :** Mayısın Ekime kadar Şahtere otu toplanarak gölgede kurutulur ve kaldırılır, şayet tentürü yapılacak ise taze olarak işlenir.

**Bilinen Bileşimi :** Bitkinin terkinde tanen, şeker, fumarin ve fumar asidi vardır.

## **Faydaları :**

Karaciğer hastalıklarının tedavisinde faydalıdır.

Hepatit ve sarılığa iyi gelir.

Safra kesesi, safra yolları iltihapları, taşları ve kistine karşı etkilidir.

Safra kesesi ve safra yollarının kramplarına karşı fayda sağlar.

Tansiyonu düşürür. Bu açıdan yüksek tansiyon rahatsızlığı olanların kullanması önerilir.

Hemeroid (basur) problemi olanlara iyi gelir.

Damar sertliği rahatsızlığına karşı koruyucu etkisi vardır.

Mide ağrılarının dindirilmesinde etkilidir.

Kanı ve böbrekleri temizleme özelliği vardır. İdrar söktürücü özelliği vardır.

Şahtere otu hazmı kolaylaştırır.

Sedef, egzama, uyuz gibi cilt hastalıklarının tedavisinde etkilidir.

Terlemeyi artırarak vücuttaki zararlı maddelerin atılmasını sağlar.

Sürekli yaşanan kabızlık durumunun giderilmesinde kullanılır.

## **REZENE (Fennel)**

**Bilimsel ismi:** Foeniculum vulgare

**Diğer bilinen isimleri:** Aneth fenouil, carosella, fenchel, funcho

**Orijin:** Asya ve avrupada bulunur.

**Kullanılışı:** Güçlü bir karminatif olması dolayısı ile karaciğer ve safranın normal fonksiyonuna yardımcı olur. Meme sütünü ve libidoyu artırır. Hazıma yardımcı olur. Gaz oluşumunu azaltır. Antimikrobiyal ve östrojenik etkileri vardır.

**Bitkinin kullanılan kısımları:** Tohumları

**Yan etkileri:** Halusinasyonlar, bulantı kusma, iştahsızlık, hipersansitivite, kontak dermatit

## **EKİNEZYA (Echinacea)**

**Bilimsel ismi:** Echinecae angustifolia, Echinecae pallida, Echinecae purpurea

**Orijin:** Bütün dünyada yetiştirilir. Amerikan yerlilerinin tedavilerde kullandığı bir ilacdır.

**Kullanılışı:** Ekinezya başlıca immun stimulan ve immun support için ağızdan kullanılır. Soğuk algınlığı, grip ve diğer viral, mantar ve bakteriyel enfeksiyonlardan korunmak için kullanılır. Hastalıkların tam yerleşmesinden önce kullanılması faydalıdır.

**Etkileri:** Akut soğuk algınlığı ve üst solunum yolları enfeksiyonlarının hem önlenmesinde hemde tedavisinde kullanıldığına dair pek çok çalışma vardır. Amerikan yerlileri bu bitkiyi pek çok hastalığın tedavisinde kullanmışlardır.

**Immunstimulan etkileri:** Ekinezya immun cevapta başlıca rol oynayan fagositozu yolu ile nonspesifik immun cevabı stimule eder. Ayrıca T lenfositleri de uyarır (Wagner et al.1981). Ağır ekzersiz sonrası oluşan interlökin 6 üretimini baskılar. Bu şekilde profilaktik kullanımı ağır ekzersizin immunsupresif etkilerini önler (Berg et al 1998).

**Anti-infektif etkileri:** Hyaluronidaz patojen organizmalarda bulunur. Ekinezyanın streptokok çoğalmasını ve doku hyaluronidazı inhibe ettiği ve hyaluronik asidi stabilize ettiği gösterilmiştir (Busing 1955). Echinacea kökü hyalüroninaz enziminin oluşumunu engelleyerek immün sistemi özellikle virüslere karşı korumaya yardım eder. İmmün fonksiyonlarda insan vücudunda interferon üretimini stimüle ederek lökositlerin, lenfositlerin ve makrofajların üretimini ve aktivitelerini arttırmada etkilidir.

Bitkinin kullanılan kısımları: Kökü, çiçekleri, yaprakları

## **CİVANPERŞEMİ (Yarrow)**

**Bilimsel ismi:** Achillea millefolium

**Diğer bilinen isimleri:** Bloodwort, gordaldo, milfoilold man's pepper, sanguinary

**Orijin:** Civanperçemi Asya, Avrupa ve Kuzey Amerika'da bulunur.

**Kullanılışı:** Solunum, gastrointestinal, idrar yolları ve üreme sisteminde tedavi için ağızdan kullanılır. Hemoroid ve yara iyileşmesini sağlamak için, ekzema ve diğer deri hastalıklarının tedavisinde dışardan topik olarak kullanılır.

**Etkileri:** Kontraseptif, antitümör ve antiplak kullanılması önerilir.

**Gebelik önleyici etkisi:** Bir çalışmada farelere intraperitoneal verildi ve antispermatojenetik etkisi gösterildi (Montanari et al, 1998).

**Antitümör etkisi:** Civanperçeminin ihtiva ettiği sesquiterpenoidler farede lösemide etkili olduğu bulundu.

**Diğer etkiler:** Hepatoprotektif, antispazmodik ve kalsiyum antagonistik etkileri vardır (Yaeesh et al, 2006)

**Bitkinin kullanılan kısımları:** Kurutulmuş yaprakları, çiçekleri

**Yan etkileri:** Uyuşukluk, sedasyon, bulantı, kusma, iştahsızlık, uterin uyarı, hipersensitivite, kontakt dermatit, fotosensitivite

**İlaç etkileşimi:** Antikoagulan, antiplatelet ve salisilatlarla kullanımında kanama riski artar. Antihipertansif etkisi vardır. Sedatif, hipnotik, alkol, opiatlar ve barbitüratlarla kullanılmamalıdır.

**Primer Kimyasal Bileşikleri ve Mümkün etkileri:** İçerdiği Tannin, yağ asidi, aminoasitler yara büzücü ve iyileştirici etkileri sağlar. Sesquiterpene, peroksida ve volatil yağlar antitümör etki gösterir.