

# ANDIZ OTU(Inula helenium)

## Özellikleri:



Ortalama 10 m boyunda, hep yeşil, piramitsi bir ağaçtır, iki yılda olgunlaşan, 2-2.5 cm boyunda, 1.5-2.5 cm çapındaki kozalakları etlidir, içinde çoğunlukla üç tohum bulunur. Bunla ardıçtaki gibi serbest değildir, sert bir koruyucu içindedir. Andızın bir ardıç türü olduğunu söyleyenler de vardır. Türkiye, Suriye ve Lübnan'da, Yunanistan'da 1300-2000 metrelerde yetişir. Toroslarda ardıç, göknar ve sedir ile birlikte orman oluşturur.

Andızın bileşiminde reçine, uçucu yağ, fenol türevleri, kadinen vetriterpen bulunur. Kökteyse saponin ve inülin vardır.

Sert ve dayanıklı odununun yakılmasıyla, şurup kıvamında, siyah renkli keskin kokulu bir sıvı elde edilir ki halk buna "katran" adını vermiştir. Bu katran mikrop öldürücü olup solunum ve idrar yolları hastalıklarında tek başına ya da çörek otuyla karıştırılarak hap olarak alınır. Deri hastalığı olan hayvanlara sürülür. Yılan sokmalarına karşı kullanılır. Taze andız kozalaklarının kaynatılmasıyla da andız pekmezi elde edilir ki, güçlendirici ve cinsel gücü artırıcı (afrodizyak) etkisi vardır. Ayrıca kozalakların tozu, balla karıştırılarak yendiğinde kurt düşürücü etki gösterir.

(Inulahelenium) ANDIZ OTU

Papatyagiller familyasındandır. Diğer adları Anduz otu, At gözü, Kızıl ağaç, Rasen.

1-2 m boyunda, kazık köklü, çok yıllık, otsu bir bitkidir. Yuvarlak kesitli gövdesi, yeşil renkli ve tüylüdür, içi yumuşak, beyaz, süngersi dokudadır. Dipteki yaprakları saplı ve 10-15 cm uzunluğunda, ortadakiler 40-45 cm uzayabilen, yine saplı ve sivri uçlu, kaba dişlidir, uçtakiler sapsız ve daha küçüktür. Üst yüzleri yeşil, alt yüzleri grimsidir. Dalların uçlarında yaz aylarında açan sarı çiçekleri papatyaya benzer, ikinci ya da üçüncü yılında topraktan çıkarılıp kurutulan kökler menekşe gibi kokar.

Sulak, nemli toprakları sever. Avrupa'da süs bitkisi olarak ve hekimlikte yararlanmak üzere kültürü yapılır. Tohumlar ilkbaharda ekilir ya da gövdeden dal ayırılır, bitki bir metre aralıklarla dikilir ya da şaşırtılır.

Türkiye'de doğu ve kuzey bölgelerimizde ve dört türü bulunur. Bazıları boyacılıkta kullanılır.

Bileşiminde inülin ve alantolakton ile türevlerinin oluşturduğu uçucu yağ bulunur. Kurutulmuş köklerinin güçlendirici, iştah ve nefes açıcı, mikrop ve bakteri öldürücü, safra söktürücü, idrar artırıcı, göğüs yumuşatıcı, öksürük kesici,

kurt düşürücü, sakinleştirici, mantar yok edici etkileri vardır. Bunun için 20-50 gram bitki 1 litre (5 bardak) kaynar suyla demlenir ve günde 2-3 kez birer bardak içilir. Toz olarak hap halinde alınma dozajı da günlük 2-10 gramdır.

Bitki dışardan yaralara, kaşınan yerlere, egzamaya tatbik edilir.

### **FAYDALARI:**

- Nefes darlığına iyi geldiği bilinmektedir.
- Nefes açıcı özelliğinden dolayı Astıma iyi gelir.
- Antiseptik özelliğe sahiptir.
- Kullanılan yüzeyi dezenfekte eder.
- İştah açıcı özelliğe sahiptir.
- İdrar yolları iltihaplarına iyi gelmektedir.
- Hafızayı kuvvetlendirir.
- Tümör oluşumunu engeller.
- Dolaşım sistemine iyi gelmektedir.
- Kolesterol seviyesini düşürür.
- Kalp rahatsızlıklarının önüne geçer.
- Damar sertliğinin oluşmasını önler.
- Afrodisyak etkisi bulunmaktadır.
- Bağışıklık sistemini kuvvetlendirir.
- Sarılığa iyi gelmektedir.
- Hipertansiyon olan hastalarda tansiyonun düşürülmesini sağlar.
- Soğuk algınlıklarına iyi gelmektedir.
- Bağırsak solucanlarına karşı etkilidir.
- Öksürüğe iyi gelmektedir.

