

BÖĞÜRTLEN(Rubus caesius)

Genel özellikleri:



Gülğiller familyasındandır. Anayurdu Kuzey Yarıkürenin ılıman iklim bölgeleri olan Rubus cinsi 400 kadar çokyıllık çalı türünün ortak adı böğürtlendir. Bunun 17 türüne ülkemizdeki orman ve fundalıklarda: yol, bahçe ve hendek kenarlarında sıkça rastlanır. Böğürtlen türleri 1-3 m. boylanabilirken, kimi türleri sarmaşık şeklinde, kimileri de yerde sürünerek gelişir. Bu türlerden konumuzla en çok

ilgili olanı Adi böğürtlen (*R. fruticosus*) türüdür. Kısaca böğürtlen diye anacağımız bu bitki 3 m. boylanabilir. İkiyillik dikenli gövdeleri, kenarları dişli 3-5 yaprakçıktan oluşan ve kışın dökülmeyen yaprakları, yaz aylarında tek tek ya da salkım halinde açan pembe veya beyaz çiçekleri vardır. Yaz sonu ya da sonbahar başında bu çiçekler kırmızımsı kara renkli, üzeri çok ince tüylü, duta benzeyen meyvelere dönüşür. Yer ve toprak konusunda hiç seçici olmayan böğürtlen, seyrek olarak döktüğü tohumlarıyla: daha çok yere değen dallarının köklenmesiyle veya köklerinin yeniden filizlenmesiyle çoğalır. Çok dikenli de olduğu için, doğal çit olarak pek yeğlenen bir bitki türüdür.

Böğürtlenin meyvelerinde sabit ve uçucu yağ, meyve şekeri, organik asitler, sitrik asit, C vitamini, pektin ve demir: yapraklarında tanen ve organik asitler bulunur. Böğürtlen meyve olarak çiğken yenildiği gibi reçel, şurup, şekerleme, pasta, likör ve sirke yapımında kullanılır.

Etki ve Kullanım:

Böğürtlenin tıbbi etkileri ve bunlardan yararlanma yöntemleri şöyle sıralanabilir:

- Bedeni güçlendirici toniktir.
- Doku ve damar büzücü etkisi vardır. Diyareyi keser, peklilik verir.
- İdrar söktürücüdür.
- Kadınlarda, aybaşı dönemlerinde aşırı kan gelişini önler.
- Gebe kadınlarda sırt kaslarını güçlendirir.

Bu etkileri sağlamak üzere, taze ya da gölge yerde özenle kurutulmuş yaprakları, bitkinin meyveleriyle karıştırılarak kullanılır. Bu karışımdan 3 tatlı kaşığı alınıp üzerine 1 bardak kaynar su dökülerek ve 20 dakika demlendirilerek bir infüzyon hazırlanır. Bu infüzyondan günde üç kez birer bardak içilir.

- Böğürtlen ağız yaraları, dişeti kanamaları, bademcik ve boğaz enfeksiyonuna iyi gelir. Bunun için yukarıda anlatıldığı biçimde hazırlanan infüzyonla günde üç-dört kez derin gargara yapılır.

- Ciltteki ağrı ve yangıları hafifletir.
- Yara iyileştiricidir.
- Hafif yanıklara iyi gelir.
- Hemoroit tedavisinde etkili olur.

Bu etkileri sağlamak üzere, körpe yapraklarıyla yara lapası hazırlanır ve şikayet edilen yerlere dıştan uygulanır.

- Böğürtlen cildi gerer ve canlandırır.

Bu etkiyi sağlamak üzere, banyo küvetine akan sıcak suyun altına bir bez torba asılıp içi bitkinin körpe yaprak ve genç sürgünleriyle doldurulur. Sonra sıcak su açılıp küvet bu suyla doldurularak banyo yapılır.