

# DEFNE(Laurus nobilis)



## Genel özellikleri:

Defnegiller familyasının örnek bitkisidir. Anayurdu Akdeniz havzası olan ve günümüzde ılıman yerlerde yaygın olarak yetişen, kışın yaprağını dökmeyen ağaç ya da ağaççıktır. Ülkemizin kıyı bölgelerinde doğal olarak yetişmekte, ayrıca süs bitkisi olarak park ve bahçeleri süslemektedir. 6-8 m'e kadar boylanabilen defne, yuvarlak tepeli ve sık dallı olarak gelişir. 8-10 cm. uzunluktaki oval ve

süslemecilikte iyi bilinen özel defne yaprağı biçimli, meşinimsi, sert, üst yüzü parlak, kenarları dalga görünüşlü ve almaşık dizili koyu yeşil yaprakları vardır, ilkbaharda açan sarımsı ya da yeşilimsi beyaz renkteki küçük çiçekleri olgunlaşınca rengi koyu mor, tek tohumlu ve etli meyvelere dönüşür. Bitkinin yuvarlak kesitli ve mor-kahverengi olan gövdesi, zamanla odunlaşır ve rengi griye döner. Defne, gövde çelikleriyle çoğaltılır.

Bitkinin yaprakları eterik asidi içerir. Bazı yemeklere koku ve çeşni katar, ayrıca veteriner hekimlikte ilaç yapımında kullanılır. Defne, ülkemizin tarımda önemli dışsattım ürünlerinden biridir. Meyvesinden defne yağı elde edilir, ayrıca olgun meyveleri saç dökülmesini engelleyici sabunların yapılmasında kullanılır.

## Etki ve Kullanım:

- Sindirimi kolaylaştırıcıdır. Midevi ve iştah açıcıdır.
- İdrar söktürücüdür.
- Terleticidir.

Bu etkilerinden yararlanılmak için defne yaprakları genelde yaz sonunda toplanır, gölgelik ve havadar yerde kurutulur. Parçalanmış kuru yapraklarından 1-2 tatlı kaşığının üzerine 4 bardak kaynar su dökülüp 10-15 dakika süreyle demlendirilerek hazırlanan infüzyon, günde bir-iki kez ve bir-iki yemek kasığı olarak alınabilir. Daha fazla alınması kusturucu olur.

- Aynı şekilde hazırlanmış infüzyondan bir-iki bardağı, küvete doldurulmuş banyo suyuna katılarak banyo yapılırsa, bedeni uyarıp zindeleştirir.
- Bitkinin meyvelerinden yapılmış olan defne yağı, bedende romatizma yangılı yerlere sürülerek rahatlama sağlanır.

- Bir-iki adet taze defne yaprağı fasulye, mercimek, nohut, pirinç gibi kuru yiyeceklerin içine konursa onların kurtlanmalarını önler.

#### UYARILAR

- Gebelik durumunda defne alınmamalıdır.
- Yukarıda açıklaması yapılan, ülkemizin birçok yerinde yetişen Akdeniz defnesi (*L. nobilis*) dışındaki diğer defne türleri zehirlidir.