

# Coronavirüse nar kabuğu, zerdeçal, zencefil tavsiyesi



thi – Coronavirüse nar kabuğu, zerdeçal, zencefil tavsiyesi  
Prof. Dr. Erdem Yeşilada:  
Virüsleri yüzde 60 daha hızlı yok ediyor

Coronavirüsün ortaya çıkmasıyla birlikte 48 saat içinde başlanan oseltamivir etken maddeli ilaç grubu ile alınan nar kabuğu ekstraktının virüsleri yüzde 60 daha hızlı yok ettiğini söyleyen Prof. Dr. Erdem Yeşilada, “Nar kabuğu ekstraktında bulunan punicalagin etken maddesinin bu tür virüsler üzerinde öldürücü etkisi olduğunu gösteren birçok çalışma var” dedi.

Çin’in Vuhan kentinde ortaya çıkan ve dünyayı kasıp kavuran coronavirüsü nedeniyle ölenlerin sayısı 132’ye ulaştı. Dünyada büyük korkuya neden olan ve her geçen gün can almaya devam eden coronavirüse karşı tüm dünya alarmda. İlk olarak 1960’larda görülen virüs mutasyona uğrayarak bu yılın başında öldürücü boyuta ulaştı. 2019-nCoV’un ölümlere yol açmasının nedeninin üst solunum yollarından, alt solunum yollarına inmesini olduğunu söyleyen Yeditepe Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Farmakognozi ve Fitoterapi Ana Bilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Erdem Yeşilada önemli bilgiler verdi.

## Virüsten korunmak için önce boğazınızı korumalısınız

Coronavirüse karşı koruyucu önlemler alınması gerektiğini ifade eden Prof. Dr. Erdem Yeşilada, “Virüs Çin’de yayıldı, yapılan açıklamalara göre Türkiye’de henüz bir vakaya rastlanmadı. Türkiye’deki şüpheli virüslerin H1N1 gibi eski virüs enfeksiyonu olduğu bildirildi. İster coronavirüs, ister H1N1 olsun bu virüsler zarflı tipte virüsler. Tedavisi için

aynı protokoller uygulanıyor. Asıl amaç bu virüslerin çoğalmasını, hücrelere enfekte etmesini, bulaşmasını önlememiz gerekiyor. Koruyucu önlemlerin alınması gerekiyor. Çünkü enfeksiyon vücuda girdikten sonra alınacak önlemler sınırlı. Bu virüsün özelliği alt solunum yoluna geçmesi. Alt solunum yolu da akciğerler. Virüs akciğere gidince, orada enfekte olunca hastalık zatürreye dönüşüyor ve o nedenle ölümcül etki yaratıyor. Bizim boğazımız bu noktada çok önemli. Boğazımızı virüsten korumamız lazım” diye konuştu.

### **Nar meyvesi kabuğu, zerdeçal ve zencefil içeren pastil**

Özellikle kalabalık yerlerde mutlaka yanınızda koruyucu şekersiz pastil bulundurun önerisinde bulunan Prof. Dr. Erdem Yeşilada, “Bu pastillerden bir tanesini ağzınıza atacaksınız. 0 pastilin bulunduğu sürece en az bir saat boyunca bir şey yiyip içmeyeceksiniz. Çünkü bunlar mideye gittiğinde etkisini kaybediyor. Nar meyve kabuğu bu virüse karşı son derece önemli. Bunun yanı sıra içeriğinde zencefil ve zerdeçal bulunan şekersiz pastiller tedavide önemli bir yere sahip. Virüslerden korunma ağızda başlıyor. Nar meyve kabuğunu kaynatarak tükettiğinizde bu mideye gidiyor ve etkisi ortadan kalkıyor. Mideden kana karışması gerçekleştiğinde vücutta herhangi bir antiviral etki yani enfeksiyona karşı etki göstermesi beklenemez. Halkımız kolayını düşünerek bunları ham halleriyle tüketmeyi düşünüyor. Ancak bu virüsle savaş boğazımızda gerçekleşiyor. Siz onun çayını içerseniz madde direkt midenize gidecek. Midenize gittiğinde mide ve bağırsaktaki enzimlerle birlikte antiviral etkisini kaybedecek. Şekersiz pastilde bu madde ağzınıza yapışıyor. Bu madde sayesinde virüsler ağzınıza yapışmıyor” ifadelerini kullandı.

### **Tedaviye 48 saat içinde başlanmalı”**

Boğazınızda herhangi olumsuzluk hissettiğinizde günde en fazla 6 taneye kadar pastil kullanabilirsiniz diyen Prof. Dr. Yeşilada, “Virüse yakalandıktan sonra maalesef antiviral ilaç

çok az. Şu an oseltamivir etken maddeli ilaç grubu var. Onlar da ilk 48 saatte kullanılırsa etkili oluyor. Daha sonrasında etkileri oldukça sınırlı. Ama yine de virüs vücuda girdiyse; antiviral ilaç grubu ile birlikte nar kabuğu, zerdeçal ve zencefil içeren sekersiz pastillerin kullanılması, semptomları rahatlatıyor, nefes almayı kolaylaştırıyor, yüzre 60 daha hızlı virüsler yok ediliyor.

### **“DÜNYA SAĞLIK ÖRGÜTÜ ÖNERİLERİ”**

“Öksürürken ya da hapşırırken ağız ve burnunuzu mendille ya da kolunuzla kapatın. Grip belirtileri gösteren kişilerle yakın temas kurmayın. Et ve yumurtaları iyice pişirin