

Tarihin her döneminde ve coğrafyada hekim vardı ve tedavi yapılıyordu.

Osmanlı döneminde hekim öncelikle sağlıklı bir yaşam için gerekli olan şeyleri öğretirdi. Modern tıp terimleri ile ifade edersek koruyucu hekimlik yapardı.

Eğer her şeye rağmen hastalık ortaya çıkarsa tedaviye geçilirdi.

Osmanlı tıbbının temelinde "Anasır-ı Erbaa" olarak tanımlanan dört temel unsur bulunmaktadır.

Aslında bu temel dört unsuru Yunan felsefesine kadar geri götürmek mümkündür. Örneğin, ilk Yunan filozoflarından **Thales**, besin ve tohumların ıslak bir yapısı olduğunu, öne sürerek, âlemin ilk maddesinin "su" olduğunu söylemiştir. **Herakleitos'a** göre, evrenin ana maddesi ateştir.

Anaksimenes

ise, evrenin ana maddesinin hava olduğunu iddia eder.

Bunlardan hareketle

Empedokles

varlığın temel yapısına ilişkin

"toprak, hava, ateş ve su"

teorisini geliştirmiştir.

Başta Aristo olmak üzere Yunan filozofları, kâinatın yaratılışı hakkındaki teorilere dayanarak âlem ve insan bedeni arasında benzerlik kurmuşlardır.

Dört unsurun insan bedenindeki karşılığı (ahlât-ı erba'a) dört karışımdır.

Konuya tekrar dönersek bu dört temel unsur neymiş?

Güneş, hava, su ve toprak.

Bunların karşılığında ise, sıcak, soğuk, kuru ve nem bulunmaktadır. Bunlar hem birbirini çeken hem de bir birini iten unsurlardır.

Aslında "sıcaklık," "soğukluk," "kuruluk" ve "nemlilik" bütün varlıkların özelliklerini taşıyor.

Bu dört temel unsurun taşıdığı belirgin özellikler vardır.

Güneş kuru sıcaklığa, hava nemli sıcak, su nemli soğuk, toprak kuru soğuk bir özelliğe sahiptir.

Bu dört unsuru insan vücudundaki karşılığı itibariyle dört şekilde kategorize edebiliriz:

1. Güneş-safravi,

2. Hava-demevi-,

3. Su-balgami,

4. Toprak-sevdavi

Bunların dışında dikkat edilmesi gereken diğer bir husus ise “hılt” konusudur.

Peki! Hılt nedir?

İnsan vücudunda bu özelliği taşıyan dört temel hılt (maddemsi sıvı) bulunur. Bunlar "**Sevda**," "**Balgam**," "**Kan**" ve "**Safra**" dır.

Özetle ifade etmek gerekirse, insan bedeni 4 element ve 4 nitelikten meydana gelir.

Yukarıda ifade ettiğimiz gibi, elementin 4 temel niteliği vardır: Sıcaklık, kuruluk, soğukluk ve nemlilik.

Her şey bu maddelerin belirli oranlardaki karışımıdır. Bedende bu fonksiyonları 4 hayati hılt (sıvı) taşır: Kan, safra, sevda, balgam.

Besinlerin sindirilmesiyle karaciğerde safra, dalakta sevda, beyinde balgam toplanır ve kana karışarak tüm bedene dağılır.

Osmanlı tıbbına göre, insanın 4 temel mizacı vardır.

Peki! Bunlar nedir?,

Hayati sıvıların (kan, safra, sevda, balgam) kişiye özel oranda karışarak meydana getirdiği tabiattır.

Şimdi bunlara sırasıyla bakalım:

1. **Demevi Mizaç:** Bu kişilerde kan hıltı baskındır. Yüzleri pembe- beyaz hatta kırmızıdır. İdrar kırmızıdır. Bedenleri sıcak, hafif terleme mevcuttur. Ağız tatları tatlımsıdır, çıban ve sivilcelere yatkınlardır. Uykuları kolay gelir, esner ve gerinirler. Burunları kanamaya yatkındır.

2. **Safravi Mizaç:** Safra hıltı baskındır. Buğday tenli olurlar. Vücutları sıcak, nabızları hızlıdır. Ağız tatları acı ve susuzluk hissi fazladır. İştahları azdır. Uykusuzdurlar. Mideleri kolay bulanır.

3. **Balgami Mizaç:** Balgam hıltı baskındır. Beyaz ve renksiz tenli olurlar. Bedenleri soğuk, kasları gevşektir. Nabızları hafif atar. Susamazlar. Çok uyur ve tembel hareket ederler. Gayretsiz ve durgundurlar.

4. **Sevdavi Mizaç:** Sevda hıltı baskındır. Kanları kıvamlıdır. Bedenleri zayıftır, ciltleri kara sarıdır. Yüzlerinde parlaklık yoktur. İştahlıdırlar. Uykuları gelmez. Düşünceli ve kederli olurlar, karamsardırlar.

Osmanlı tıbbında hekim hıltları ve mizaçları çok iyi bilirdi. Hangi hıltın hangi organda ne oranda olması gerektiğini anlar ve müdahaleyi /tedaviyi buna göre gerçekleştirir. İnsan bedeninde olduğu gibi hayvan, bitki ve madende de aynı mizaç yapısı bulunur. Yani canlı ve cansız maddelerde mizaçtan bahsetmek mümkündür. Geleneksel tıp hekimi ilaçlarını seçerken bu noktalara dikkat eder. Örneğin safra hıltı fazla olan birine bu hıltı dengeleyecek mizaçta bir bitki önerir. Aksi halde hıltın dengesizliği artıp hastalığı şiddetlendirebilir.

Nitekim Allah Teala Kur'an-ı Kerim'de her insanın mizaç ve karakterine uygun hareket edeceğini belirtmektedir:

“Her canlı mizacı (karakteri) gereği hareket eder” (İsra 84).

Bu ayete göre insanların fiziki görüntülerinin, kişiliklerinin ve hastalıklarının her mizaçta farklı olduğunu görüyoruz. Kainatta her maddenin kendine has bir mizaç yapısı vardır. Fakat insan denen varlık ise, diğer varlıklara göre çok farklı bir yapıya sahiptir.

Kainattaki bütün canlıların mizaç yapıları değiştirilebilir. Ancak insanda ana mizaç dediğimiz olgu mutlak, asla değişmez. Geleneksel tıpta kişinin ana mizacı anne ve babanın mizacının birleşiminden oluşmaktadır.

İnsan ana rahmine düştüğü andan itibaren annenin ruhsal durumuna ve annenin beslenme şekline göre mizacı şekillenmeye başlar. İnsan dünyaya geldikten sonra ise coğrafik yapı, iklim yapısı ve bu iki etkenin birleşimi sonucu oluşan bitki örtüsünün sunduğu beslenme tarzı ile mizaç olgusu kişinin mizacında ana etkenler olarak yer almaya başlar.

Geleneksel tıbbın en büyük ve en önemli özelliği nedir?

Geleneksel tıp hastalığın teşhisi ile ilgilenmez. Daha ziyade vücuttaki hangi madde azalıyor hangi madde artıyor. Bunu tespit ediyor ve eksik olanı tamamlayınca veya fazla olanları azaltınca hastalığın tedavisi mümkün olmaktadır.

Not: Bu yazı makale, köşe yazısı vs. gibi akademik bir yazı değildir. Sadece ders notu olarak kullanılmaktadır..