

# Gyógyító növények

A természet ajándékai  
az embereknek





# GYÓGYNÖVÉNYTÁBLÁZAT

16/1

A növény neve	Felhasznált rész(ek)	Gyűjtés ideje, módja	Elsődleges feldolgozás módja		Előfordulás Védett-e?	Hatás (mérgező-e?)
			szárítás	illóolaj-kivonás		
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						

# GYÓGYNÖVÉNYEK

16/2

## 1. Kislevelű hárs *Tilia cordata* MILL. Hársfélék családjá

Az ókorban a hárs háncsdarabjait jóslásra használták fel. Kheirón ókori orvos és jósvolt, aki sikeres munkájával kiérdemelte a Philura, azaz a hársfa fia nevet.

A germánok és a szlávok szent növénynek tartották, mely alatt jó szellemek lakoznak. Mivel úgy hitték, a hársfába nem csap bele a villám, hársligetekben tartották törzsi gyűléseiket.

A szlavónok körében él egy monda Mátyás királyról, akinek barlangja előtt karácsony éjjelén hárs nőtt, virágzott is, majd nagy hirtelenjében elszáradt.

A mordvinok sírőrzőnek ültették. A cseremiszek a halottak emlékére hársbotot vágnak, és azzal úgy bánnak, mint élő személlyel. Egy másik nép, a csuvasok babusgatják, etetik, fürdetik is ezeket a hársból készült faragott bábukat. E szokással igyekeznek az elhunyt hiánya miatt érzett fájaldalmukat enyhíteni.



**Felhasznált részei (drogjai):** szárított virág

**Gyűjtés ideje:** június vége, július eleje – teljes virágzáskor

**Botanikai leírása:** Lombhullató magas növényű fa. A levelei tojásdadok, aszimmetrikusak, szíves vállúak, hegyes csúcsúak, élük csipkés-fűrészkes. A levél fonákán az erek elágazásánál rozsdavörös szőrösömök találhatóak. A virágzat 5-15 sárga virágból áll. A virágzati tengelyhez hozzánőtt a hártyás, sárgászöld nyelvyszerű murvalevél. Június végén – július elején virágzik.

**Előfordulása:** Lombhullató vegyes erdeinkben él. Gyakran ültetik utcák, sétányok szélére, parkokba, kertekbe.

**Felhasználása:** Önállóan vagy teakeverékek részeként meghűléses megbetegedéseknél alkalmazták izzasztó, köptető és nyálkaoldó hatása miatt. A hársfavirág tea enyhe nyugtató hatással is rendelkezik. Vizelethajtó és gyomorerősítő teáknak is alkotórésze a hársvirág. A hárs fájának elszenesítésével készül az orvosi szén egyik fajtája.

**Hatóanyagai:** A drog flavonoidokat, illóolajat, nyálkát, valamint cserzőanyagot tartalmaz.

## 2. Tavaszi kankalin *Primula veris* HUDS.

Kankalinfélék családjá

A lovagkorban fordult először a figyelem a kankalin felé, és ekkor vált kerti dísnövénynyé is. Németországban a növényt ma is *kulcsvirágnak*, *égi kulcsnak* nevezik, de a kulcsömómódjára lógó virágzata alapján nálunk is ismert *Szent Péter kulcsa* néven.

Egy régi német monda őrzi a növény „égi kulcs” nevének eredetét:

Élt hajdan egy ifjú - szól a mese -, aki miután telehabzsolta magát a földi tudományokkal, az ég titkait akarta kifürkészni. Országáról országra vándorolt, tengerekre szállt, behatolt

a rejtelmes hatalmak birodalmába a föld alá, titkos tudományokkal foglalkozott, megismerte azok erejét, és öklének egyetlen csapásával sziklát tudott összemorzsolni. Értett tehát a romboláshoz, de nem tudott életre kelteni egyetlen fűszálat sem, amelyet eltaposott. Nyughatatlan lelke a magas hegyekre vezette, és azt hitte, hogy ott, az ég közelében megismerheti az ég titkait is. Éjjel - nappal kapaszkodott a hegyek csúcsa felé. Nappal a felhők, éjjel a csillagok mutatták az utat. Kezében egy aranykulcsot vitt. A föld mélyén lakó szellem ajándékozta meg vele, aki azt mondta, hogy ha lába éri a felhőket, nyitva áll előtte az út az örökkévalóság kapuja felé. Csendes, langyos éjjel ért fel a legmagasabb hegy csúcsára, ahol még sohasem járt ember. Előtte gomolyogtak a felhők, és hangtalan volt körülötte minden. A csillagok nagyok voltak, és fényük, mint egy hatalmas ezüst híd ívelt feléje. Elindult a hídon tágra nyílt, meredt szemmel, feljebb, egyre feljebb. – Ne remegj – szólt rá a csillag. – Ne nézz hátra – mondta a másik. – Felejts el mindent – suttogta a harmadik, amely előtte csillogott. Az ifjú nem remegett, nem nézett hátra, hanem csak ment, ment kezében az aranykulccsal, és már közeledett az ég kapujához. – Felejts el mindent – szólt újból a csillag, és az ifjú már felemelte a kezét, hogy a kulcsot a zárba illessze, amely a szivárvány minden színében ragyogott. – Felejts el mindent... az üde zöld mezőket, az otthonodat, az ifjúságodat, a gyermekkorodat. Felejts el mindent, felejtsd el örökre – ismételte a csillag – felejtsd el testvéridet, atyádat és anyádat...



És ekkor megremegett az ifjú keze, szeme megrezdült, és hátranézett. Abban a pillanatban tántorogva fordult le a csillag ezüstös sugárútjáról, a felhőkön keresztül a gyengefűvű földre. Sokáig feküdt ott öntudatlanul, mintha mély álomba merült volna. Amikor magához tért, és körülnézett, minden eltűnt körülötte: a hegy, a felhők és a csillagok, akárcsak az álom. Csak az aranykulcsot tartotta még a kezében, de a kulcs tavaszi virággá változott, mely mélyen begyökerezett a friss, zsenge fűvű földbe... Így keletkezett az égi kulcsvirág.

Virágzásának idejéről magyarul *Szentgyörgyvirágnak*, *tavaszfűnek*, virágának színéről *kásvavirágnak*, virágzatának alakjáról *kesztyűvirágnak*, *kulcsvirágnak*, *báránylábvirágnak*, *csókálábnak*, gyógyító hatásáról *gutaütésfűnek* és *köszvényfűnek* nevezték.

*A tavaszi kankalin kivételével az összes hazánkban előforduló kankalinfaj védett.*

**Felhasznált részei (drogjai):** Szárított levél, virág és gyökér.

**Gyűjtés ideje:** levél – május-július (kifejlett állapotban), virág – április-május (virágzáskor), gyökér – szeptember-március

**Botanikai leírása:** Évelő, lágyszárú, áprilisban virágzó növény. Levelei törzszát alkotnak, felületük ráncos, fonákuk szőrözött, csipkés szélűek. 15-25 cm hosszú levéltelen ún. virágzati kocsány csúcsán nyílnak a sárga, bókoló virágok.

**Előfordulása:** Főként hegyvidéki erdőkben, cserjésekben, tisztásokon találkozhatunk vele. Magyarországon leggyakoribb az Északi-középhegységben.

**Felhasználása:** Köptető hatású, ezért köhögés, légcsőhurut ellen a gyökér főzetét alkalmazzák. A virágokat hasonló célra és nyugtatónak használják, valamint teakeverékeket színesítenek vele.

**Hatóanyagai:** A növény minden része, de főleg a gyökere szaponinokat és glikozidokat tartalmaz. A virágban flavonoidok is vannak (ezek adják a színét), a levelének pedig a C-vitamin tartalma jelentős.

### 3. Egybibés galagonya *Crataegus monogyna*

JACQ.

Rózsafélék családjá

A görög mitológia szerint Hébé úgy született, hogy Héra megérintette a galagonya virágát. Virágját Flóra istennő mutatta meg neki, akinek a tiszteletébe beletartozik a galagonya.

A másik hiedelem szerint Artemisz isten a többférjűséget írta elő a hellén nőknek, ezt azonban nem tartották be. A haragos isten kiengesztelésére galagonyafáklyát (Artemisz kedvencét) gyűjtöttak a körmeneten.

Weöres Sándor versét a galagonyáról a növény piros termései ihlették.

Őszi éjjel  
izzik a galagonya  
izzik a galagonya  
ruhája,  
Zúg a tüske,  
szél szalad ide-oda  
reszket a galagonya  
magába.

Hogyha a Hold rá  
fátylat ereszt:  
lánnyá válik,  
sírni kezd.  
Őszi éjjel  
izzik a galagonya  
izzik a galagonya  
ruhája.

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított virágos, leveles hajtásvégek (virág, levél külön is lehet); termés.

**Gyűjtés ideje:** virágos, leveles hajtásvégek: teljes virágzás előtt (május-június); termés: teljes érés előtt (szeptember-október)

**Botanikai leírása:** Tövises cserje vagy kisebb termetű fa. Levelei egyenlőtlenül, mélyen szeldeltek. Szélük a csúcs közelében kissé fogazott, válluk ék alakú. Dús virágú virágzata fehér, ötszirmú virágokból áll. A termő magházából egyetlen bibeszál emelkedik ki, innen származik a magyar neve. Termése, mely ún. áltermés, 1 cm-nél kisebb, piros és gömbölyű.

**Előfordulása:** Hazánkban közönséges, a bokorerdőkben, erdőszéleken, szántóföldek szélén egyaránt megtalálható.

**Felhasználása:** A népi gyógyászatban leveleit és virágzó hajtásait egyaránt használják gyógyteának elkészítve, szívfájásra, gyors szívverésre, magas vérnyomásra. Számos gyógyszer alapanyaga, melyek az előbbi panaszok alapján alkalmazhatók.

**Hatóanyagai:** Elsősorban a procianidinek és a flavonoidok.

### 4. Fekete bodza *Sambucus nigra* L.

Bodzafélék családjá

A görögök és a rómaiak a fekete bodzát nagyra becsülték, és jól ismerték gyógyító hatását.

A babonák világának egyik legnépszerűbb növénye. A lett, a lengyel és a germán hitvilág szerint a bodzabokor belét, az ágak sűrűjét istenek, szellemek, boszorkányok, tündérek, törpék és gonosz manók lakják. Ezért a bodzabokrot gyakran megszemélyesítik, beszélnek hozzá, fájából amulettet készítenek. Thuringiában és Tirolban fáját nem volt szabad elégetni, könyörögtek hozzá, hogy óvja meg a népet a bajoktól, csapásoktól.

Mivel a júdásfüle gomba gyakran elősködik a bodzán, az emberi képzelet erre is magyarázatot adott: Júdás bodzára akasztotta fel magát, és a füle látható a bokor tövében. A ház

mellé nem ültettek bodzát, mert a villám könnyen belecsapott, hiszen ez az ördög, a gonosz fája, –mondták, – s Júdás is erre akasztotta magát.

Magyarország egyes vidékein a bodzára tapostak, és meghajlítva földet hordtak rá azért, hogy ennek hatására a tehén vagy disznó sebéből kihulljanak a pondrók. Hasonló hiedelemen alapul az a szokás is, hogy az ólba bodzaágot vittek, hogy a sertést elkerülje a vész.

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított virág, levél és termés.

**Gyűjtés ideje:** virág – teljes virágzáskor (május-június), levél – kifejletten, nem öreg állapotban (májustól egész nyáron), termés – éretten (augusztus vége-október)

**Botanikai leírása:** 3-6 m magas cserje vagy fácska. Egyéves vesszői zöldek, az idősebb ágakat szürkésbarna kéreg borítja. Az ágak felületén kiemelkedő paraszemölcsök láthatók, belsejük fehér és puha állományú. Levelei nagyok (akár 40 cm), szárnyasan összetettek, kellemetlen szagúak. Lapos virágzata 10-25 cm átmérőjű, melyet számtalan apró, sárgásfehér bódító illatú virág alkot. Május közepétől június közepéig virágzik. Termése fényes fekete, ragadós.

**Előfordulása:** Mindenütt gyakori, erdők szegélyében, lombos erdőkben.

**Felhasználása:** A bodzavirág az egyik legrégebben használt gyógytea-alapanyag. Nyugtató, izzasztó és vizelethajtó hatású. Meghűléskor melegen, mézzel édesítve isszák, de mindennap fogyasztható akár hidegen is, mert jól oltja a szomjúságot. A friss virágból kitűnő üdítőitalok is készülnek: a bodzaszörp és a bodzavíz. A friss termésből gyógylekvárt főznek, melyet megfázáskor erősítőként és izzasztóként fogyasztanak, ugyanakkor enyhe hashajtó hatású is. A gyümölcsből szintén készítenek szörpöt, ezenkívül fontos természetes élelmiszerszínező.

A friss virágzatot palacsintatésztába mártva és kisütve készül a bodzafánk.

**Hatóanyagai:** A virág tartalmaz flavonoidokat, szaponinokat, illóolajat és nyálkaanyagokat. A levélben főleg cseranyagok halmozódnak fel. A termésben szerves savak, antocianinok, A- és C-vitamin, cseranyagok és cukrok vannak.

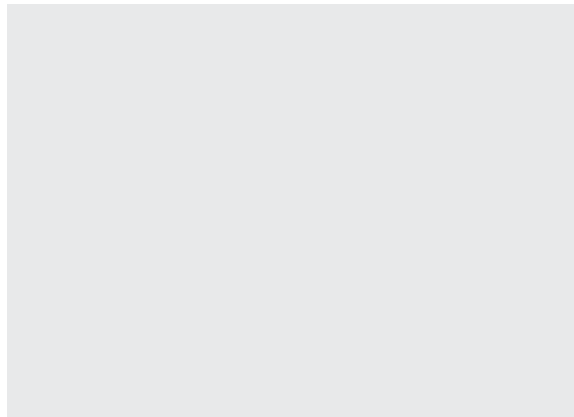
## 5. Házi kövirózsa *Sempervivum tectorum* L.

### VÉDETT!

Varjúhájfélék családja

A germán mitológia szerint a kövirózsa Thor, a villám- és mennydörgés istenének szent növénye. Mivel a zivatar, a jégeső nem verte el, Thor szeretheti ezt a növényt – tartották a germánok. Ezért háztetőre, kapu elé ültették a kövirózsát, nehogy a ház lakói magukra vonják az isten haragját. E bajelhárító hiedelem annyira átment a köztudatba, hogy Nagy Károly rendeletben írta elő a növény ültetését. Az Alföld egyes településein hasonló szokás volt divatban: a nádfedeles házak feletti cserepes tetőrészen kövirózsák díszlettek.

A középkorban Boldogasszony, ill. Szépasszony füve néven vált ismertté.



**Felhasznált részei (drogjai):** a kifejlett növények levelei (nem szárítva!)

**Gyűjtés ideje:** Nem gyűjthető, mert védett!!

**Botanikai leírása:** Örökzöld, pozsgás évelő növény. Levelei laposak, húsosak, és tőlevélrózsát alkotnak. A levelek csúcsa vörösesbarna, a felszínükön teljesen kopaszak, szélükön rövid, erős, gyakran visszahajló szőrök nőnek. A virágzati szár a tőlevélrózsa közepéből fejlődik, rajta szintén található levelek. A szirmok felszíne rózsásvörös, vöröseslila csíkozott, a főér mentén sárgás.

Elvirágzás után a virágot hozó levélrózsa elhal. A növény indák végén sarjakat fejleszt, melyek legyökeresednek.

**Előfordulása:** Napos sziklákön, sziklagyepekben gyakori. Sziklakertekbe gyakran ültetik.

**Felhasználása:** A népgyógyászatban leveleit kisebb sérülések, gyulladások kezelésére használják. A kipréselt nedvet teszik a bőrre: vágásokra, égésekre, rovarcsípésekre, fülgyulladásra. (Ez utóbbi felhasználásnak köszönheti a növény a fülfű nevet.) A levél forrázatát teaként torokgyulladásra, kisebesedett szájra is ajánlják.

**Hatóanyagai:** Főleg szénhidrátokat, izocitromsavat, citromsavat, almasavat, flavonoidokat, cserzőanyagot, C-vitamint és nyálkát tartalmaz.

## 6. Közönséges párlófű (Apróbojtorján)

*Agrimonia eupatoria* L.

Rózsafélék családjába

A párlófűvet horgas tüskéjű, emberen, állaton megtapadó terméséről apróbojtorjának is nevezik. Valamikor a pusztító népbetegség, a tüdőbaj ellen használták. Ennek az alkalmazásmódnak az emlékét őrzik a tüdőfű és a pulmonvirág elnevezések.

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított virágos leveles hajtás.

**Gyűjtés ideje:** teljes virágzáskor (június-augusztus)

**Botanikai leírása:** Évelő lágyszárú növény. Szára, mely akár 100 cm magas is lehet, egyszerű vagy felül elágazó, szőröktől érdes. A száron levő levelek 10-15 cm hosszúak, 5-8 cm szélesek, szárnyasan összetettek. A júniustól augusztusig nyíló sok kis apró, fényes, sárga színű virág füzérvirágzatot alkot a szár végén. Érett termései horgas sertéikkel ruhába, állatok szőrébe könnyen belekapaszkodnak.

**Előfordulása:** Bolygatott talajokon és termőhelyeken, tisztásokon, erdők szélén, valamint réteken él.

**Felhasználása:** Az epebetegségek kezelésére használt teakeverékek alkotórésze. Vizes kivonata a gyomor- és bélrendszer gyulladásos megbetegedéseinek gyógyításában hatásos. Gyulladásgátló hatása érvényesül száj- és toroköblögetőként használva is. Ezen kívül hajszeszek és samponok alapanyaga. A párlófű tea kitűnő ízű üdítő ital.

**Hatóanyagai:** Fő hatóanyagai a cserzőanyag, keserűanyag és a kovasav.



## 7. Lándzsás útifű *Plantago lanceolata* L. Útifűfélék családja

Egy ember után lábnyom, néhány ember után csapás marad. Ha a csapást gyakran tapossák, ösvény, ha szekérral is megjárják, út lesz belőle, és az utak mentén megjelenik az utazó ember elmaradhatatlan kísérője, az útifű:

„Önkéntes növény, sose hívja, bátorítja senki. Teljességgel magától szegélyezi az ösvényeket, a sárba vesző erdei utakat.

Mert ide menekül lassan a betonszalagok mellől; a világot behálózó szürke utak oldaláról a gyalogosokhoz pártol véglegesen.

Különös, hogy az útifű örökké úton van, de sohasem utazik. Az út számára végcél, a szelíd megtelepedés lehetősége...

Ők a vándorok igazi díszei, nem a cserfalomb és nem a babér...Az emberek évezredes képzelete ezzel a növényi dísszel látta el a kengyelfutót, a tovaindulót és a menekülőt. Ezt tépte az elballagó, ezt kötötték a rohanó talpára.

Közismert a következő játék: amikor az útifűvet leszakítjuk, a levél nyeléből kicsi szálcskák húzódnak ki, és a növény leszakított végén maradnak. Ahány szálcscska van, annyi szeretője van (másik változata szerint annyi gyereke lesz) annak, aki leszakította.

Erdélyben ismert egy mondóka, melyet akkor mondogattak, amikor friss útifű levelet (útilapit) tettek a kelésre, hogy megérlelje, kifakassza:

„Útilapi, be jó lapi,  
Ujjam begyét  
Fakassza ki.”

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított levél

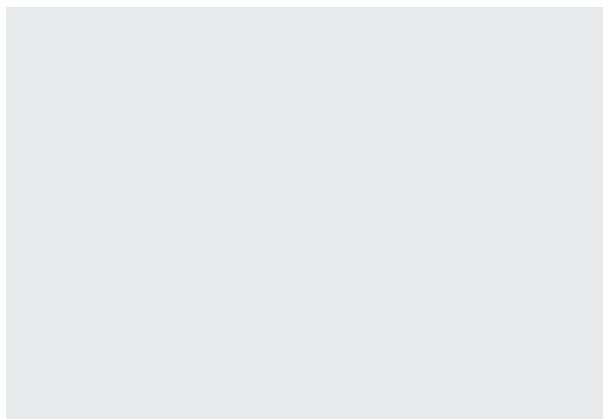
**Gyűjtés ideje:** kifejlett levelek, nem öregek (május-július)

**Botanikai leírása:** Évelő növény. Levelei – melyeknek egy része felálló, a többi földre fekvő – tölevélrózsát alkotnak. Hosszúkás alakúak, 15-20 cm hosszúak és 1-3 cm szélesek. Levélereik majdnem párhuzamosak. Egy tő több 10-60 cm magas tőkocsánynak nevezett „szárat” hajt, ami a hengeres virágzatot hordozza. Az apró, jelentéktelen virágokból hozszan kinyúlnak a sárgásfehér porzósálak és portokok.

**Előfordulása:** Hazánkban gyakori. Réteken, legelőkön, füves helyeken, valamint utakon és árkokban mindenfelé előfordul.

**Felhasználása:** A friss levelek présnedve, illetve az ebből előállított kenőcsök sebgyógyító, gyulladáscsökkentő, fertőtlenítő hatásúak. Teája és a belőle készült szirupok szájgyulladás, köhögés és rekedtség ellen használhatók.

**Hatóanyagai:** Fő hatóanyaga az aukubin nevű glikozid, de emellett tartalmaz még polifenolokat, nyálkaanyagot, C-vitamint és cserzőanyagot.



### 8. Mezei kakukkfű *Thymus serpyllum* L. Ajakosvirágúak családja

Az egyiptomiak a halottak balzsamozásakor felhasználták a kakukkfűvet is.

A középkorban a bátorsággal hozták összefüggésbe. A nemes hölgyek a keresztes háborúba induló lovagjuknak olyan kendőt adtak, amelyre kakukkfűágacsokat hímeztek.

**Felhasznált részei (drogjai):** a virágos hajtás (a herba) és az illóolaj.

**Gyűjtés ideje:** teljes virágzáskor (május-július)

**Botanikai leírása:** Élő félcserje, melynek földre terülő szára négyélű, és alul fásodó. Jellegzetes illatú levelei keresztben átellenesen állnak. Virágzata a hajtások végén található, bíborrózsaszín virágokkal. Májustól szeptemberig nyílik.

**Előfordulása:** Főbb előfordulási helyei a homokpuszták, száraz kaszálók, valamint cserestölgyesek napos tisztásai.

**Felhasználása:** Légúti hurutos megbetegedések kezelésére összeállított teakeverékek része köhögéscsillapító, köptető és fertőtlenítő hatása miatt. Köhögés elleni gyógyszer-alapanyagként is alkalmazzák. Illóolaját a kozmetikai ipar is hasznosítja. Régóta kedvelt fűszernövény.

**Hatóanyagai:** A növény elsősorban illóolajat, cserzőanyagot és flavont tartalmaz.

### 9. Orvosi kamilla *Matricaria recutita* L. (*Matricaria chamomilla* L.)

Fészekvirágzatúak családja

*Falu Tamás: Kamilla*

*Kis kamilla finom szirma,  
Balzsama a gyógyulásnak,  
Enyhíts minden sebet, lobot,  
Ahol gyógyulásra várnak.*

*Kis kamilla, a földgömbön  
Mindig kigyullad az átok,  
Lepj el minden csöppnyi helyet  
És gyógyítsd meg a világot.*

**Felhasznált részei (drogjai):** a virágzat és az illóolaj.

**Gyűjtés ideje:** teljes virágzáskor (május-június)

**Botanikai leírása:** Egyéves növény, mely gyakran már ősszel kikel, és áttelel. Szára felálló vagy elfekvő, 5-10 cm magas. Levelei sallangosan szeldeltek. A fészekvirágzatok a főszár és oldalágainak csúcsán képződnek. A vacok először félgömb alakú, később virágzáskor megnyúlik, kúpos és belül üreges lesz. E tulajdonsága alapján jól megkülönböztethető más hasonló növényektől. A fészekvirágzat fehér nyelves virágokból és sárga csöves virágokból áll. Április második felétől június elejéig virágzik.

**Előfordulása:** Hazánkban nagy számban az Alföld szikes területein fordul elő, de gyakori még búza- és lucernatáblákban is.



**Felhasználása:** A virágzat számos teakeverék, kivonat alkotója. Megfázáskor jó hatású a forró vízbe tett virágzatról felszálló vízgőz belélegzése. Teája nyugtató, görcsoldó, emésztést serkentő hatású. Külsőleg szemborogatásra, fogínyápolásra használják. Illóolaját a gyógyszeripar gyulladásgátló készítményekben, a kozmetikai ipar pedig bőrápoló szerekben hasznosítja.

**Hatóanyagai:** A kamilla virágzata illóolajat tartalmaz, amely a lepárlás után a kamazuléntól kék színű, valamint flavonoidokat, kumarinokat és nyálkaanyagokat.

#### 10. Tavaszi hérics *Adonis vernalis* L.

##### VÉDETT!

Boglárkafélék családjá

Magyarországon és a tőlünk nyugatra fekvő országokban védett növény, gyűjtése tilos!

Az ókori mondák szerint ez a virág is Aphrodité kedveltjének, Adonisznak a véréből fakadt. A szép Adonisz egy őszi vadászat alkalmával egy vadkan halálra sebezte. Halálos sebéből hullott véréből többféle virág nőtt. Adonisz meghalt, és az alvilágba került, ahol a szép ifjú az alvilág istennőjének, Persephonénak is megtetszett, de Aphrodité, a tavasz és a kikelet istennője magának követelte vissza. Nagy háborúság következett ebből az istenek gyülekezetében.

Zeusz a háborúságnak olyan formán vetett véget, hogy megparancsolta, hogy Adonisz az év egyik felét, a tavaszt és a nyarat Aphrodité közelében töltsen, az év második felében pedig az alvilágban tartózkodjék. Adonisz meghalt ugyan, de minden tavasszal újra feltámad, amikor a kikelet istennője a felmelegedő talajt bársonyos szőnyeggel beborítja, és az üde zöld szőnyegre tarka virágokat hint. Így lett a növény a tavasz virága. A régi görögök Adonisz feltámadásának emlékére ünnepet is rendeztek. Ilyenkor úgynevezett Adonisz-kertet készítettek. A kertnek nevezett helyen edényekben, cserepekben gyorsan csírázó növényeket neveltek, és amikor azok elfonnyadtak, vidám és szomorú dalok kíséretében vízbe dobták, jelképezve ezzel egyrészt a virágzó, másrészt a gyorsan kimúló életet.

A növényt nevezték sárga kökörösinnnek, sárga mezei rózsának, tyúkszemvirágnak (mert leveleit a tyúkszem puhítására használták), valamint kaporrózsának, mert levelei a kaporra emlékeztetnek.

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított virágos hajtás.

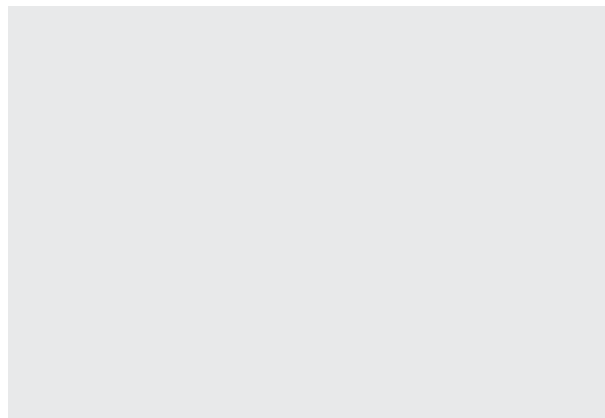
**Gyűjtés ideje:** Nem gyűjthető, mert védett!

**Botanikai leírása:** Évelő növény, melynek sűrűn leveles szára 15-50 cm magas, egyszerű vagy elágazó. Levelei szeldeltek, fonalas, szálas sallangokkal. Fényes sárga virágai 3-7 cm átmérőjűek, egyenként állnak a hajtások csúcsán. A virág sokszirmú, benne sok sárga porzó és bibe van. Márciustól májusig virágzik.

**Előfordulása:** Hazánkban az Északi-középhegységben és a Dunántúlon gyakori. Sztyep-lejtőkön, pusztagyepekben, száraz tölgyesekben él. Főleg száraz legelőkön terjed el.

**Felhasználása:** Erős hatású szívre ható szer, készítményeit gyógyszerként adagolják. Vizelethajtó és nyugtató hatása is ismert. Háziszerként mérgező volta miatt nem használható.

**Hatóanyagai:** A növény legfontosabb hatóanyagai a szívglikozidok, a kumarin, a flavonoidok, valamint a szaponinok.



**11. Fekete nadálytő** *Symphytum officinale* L.  
Érdeslevelűek családjá

Összeforrasztó, illetve öszveplántáló fűnek nevezték valaha, mert a gyökeréből készült masszát törött végtagra tették, hogy összeforrjon, valamint sebre, hogy hamar begyógyuljon.

Egy hiedelem szerint a kertbe ültetve biztosította a ház szerencsését.

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított gyökér.

**Gyűjtés ideje:** október-április

**Botanikai leírása:** Évelő lágyszárú növény, melynek szára 50-100 cm magas, elágazó, belül üreges. Levelei 20-30 cm hosszúak, hullámos szélűek, a száron hosszúkásak, a tőlevelek pedig hosszú nyelűek és tojásdad alakúak. Az egész növény szőrökkel borított. Virágzata a levélhónaljban fejlődik. Harangalakú virágai általában liláspirosak. Májustól júliusig virágzik.

**Előfordulása:** Vízpartok, mocsárrétek jellegzetes növénye.

**Felhasználása:** Nehezen gyógyuló sebekre, törésekre, reumatikus fájdalmakra pépes borogatásként teszik, de krémek, kenőcsök is készülnek belőle. Belső használata tilos, mert májkárosító, rákkeltő hatása lehet.

**Hatóanyagai:** Fő hatóanyagai közé tartoznak az allantoin, az alkaloidok, a nyálka és a cserzőanyag.



**12. Kutyabenge** *Frangula alnus* MILL.  
Varjútövisfélék családjá

**Felhasznált részei (drogjai):** a növény kérge, melyet tavasszal gyűjtenek.

**Gyűjtés ideje:** kora tavasz (nedvkeringés megindulásakor)

**Botanikai leírása:** 2-4 m magas lombhullató cserje vagy kisebb fa. Oldalágai közel vízszintesen elágazók, az idősebb példányok koronája szétterülő. Kérge ólomszürke, paraszemölcsökkel sűrűn borított, melyek párhuzamos sorokban állnak. Felülete megkaparva meggyipiros színű. A friss kéreg undorító szagú, kesernyés ízű, szárítás után íze gyengén édeskés-kesernyés. Levelei nyelesek, fényesek, ép szélűek, elliptikusak, hirtelen kihegyesedő csúcsúak. Virágai kicsinyek, sárgászöldek, a levelek hónaljában virágzatokba tömörülnek. Termése 6-8 mm-es gömbölyű, kissé lapított bogyó, mely először zöld, majd vörös, éréskor pedig ibolyafekete színű lesz.

**Előfordulása:** Síksági és dombvidéki nedves, árnyas erdőkben, ligetekben, nedves rétek szélén fordul elő.

**Felhasználása:** A friss kéreg még hánytató hatású, ezért felhasználás előtt egy évig raktározni vagy hőkezelné kell, melynek hatására a mérgező anyagok lebomlanak. A kéreg főzetét és kivonatát enyhe hashajtóként használják. Epe- és májbetegségek elleni teakeverékek része. Értékes gyógyszeripari alapanyag. A kutyabengét régen, rokonához, a varjútövisbengéhez hasonlóan festőnövényként használták.

**Hatóanyagai:** Legfontosabb hatóanyagai az antraglikozidok, a flavonoidok, a cseranyagok és a nyálka. A gyógyhatású antrakinon a szárítás és a hosszas tárolás során alakul ki.



### 13. Nagy csalán *Urtica dioica* L. Csalánfélék családjá

Egy 1846-ból ismeretlen szerzőtől származó újságcikk így jellemzi a csalánt: „A szegény csallányt gazdaszszony, kertész és földműves valóságos kiirtó háborúval üldözi, pedig ő egyik a legtöbb oldalról haszonvehető növények közül. Egészen fiatal levelei nagyon jó zöldséget adnak; a szár rostjait szintúgy meglehet szőni, mint a kenderéit; gyökerei konyhasóval vegyítve szép sárga festékül szolgálnak; – ifjú szarvasmarháknak az összezúzott csalány nagyon egészséges takarmány. És még a mellett a szegény üldözött minden ápolás nélkül a legterméketlenebb földben is megterem, évinként kétszer kaszálható s a legfinomabb széna válik belőle.”

**Felhasznált részei (drogjai):** a szárított levél, a hajtás (herba), a gyökér és a termés.

**Gyűjtési idő:** levél, hajtás – kifejlett, nem öreg levelek (június-szeptember), gyökér – október-április, termés – június-szeptember

**Botanikai leírása:** Évelő, lágyszárú, kétlaki növény. Szára 20-150 cm magas, négyélű, el nem ágazó. Levelei keresztben átellenesek, nyelesek, szélük fűrész. A szár és a levél egyaránt serte- és csalánszőrökkel borított. A virágzatok a levelek hónaljában és a szár csúcsán helyezkednek el.

**Előfordulása:** Árterületeken, erdei vágásokban és emberi települések közelében fordul elő.

**Felhasználása:** Levele vitamin- és ásványianyag forrás, enyhén fertőtlenítő hatású. Gyógyászatban vizelethajtó, ún. vértisztító teák része, ezenkívül reuma és köszvény kezelésére használják. Leveléből főzelék készíthető, mint a spenótból. Állatok takarmányozására is alkalmas. A biokertészetben levéltetvek ellen készítenek belőle főzetet. Az iparban a klorofillelőállítás nyersanyaga, amely szagtalanító, fertőtlenítő készítményekben használnak fel, valamint értékes festékanyag (például az élelmiszer-, likőr-, cukorkaiparban, papír- és faiparban). A főzete hajhullás és korpásodás elleni régi háziszser. Régebben a csalán szárát a kenderrost pótlására használták, de ez nem adott olyan jó minőségű vásznat, mint a kender.

A frissen szedett, fiatal csalánlevelekkel halványzöldre festhetjük a gyapjút. Sárga festéket ad, ha a megfőzzük a leveleit, és a leszűrt léhez ecetet és timsót teszünk. Sárgára festi a gyapjút a csalán gyökere is. Megmosva apróra vágjuk, és főzetében timsót oldunk fel, majd a gyapjút 1-2 napig benne hagyjuk, néha felmelegítjük. Öblítés után szárítjuk.

**Hatóanyagai:** A levélben és a hajtásban klorofill, karotinoidok, vitaminok, aminok, flavonoidok és ásványi anyagok vannak.

### 14. Vérehulló fecskefű *Chelidonium majus* L. Mákfélék családjá

A vérehulló fecskefű szép régi nevei: *vérharmatú fű*, *Góda vére*, *gódirc*, *vérfű*, *vakulófű*, *vakító*. A fecskefű nevet egy hiedelemről kapta, mely szerint a fecskék a fiókáik szemét ezzel gyógyítják.

A néphit szerint a legerősebb zárat is fel lehet nyitni e fűvel. Nógrádban azt tartják róla, hogy „ha a ló a réten véletlenül hozzáér, egyben kinyílik a béklyó a lábán”.

A fecskefüvet valaha a „similia similibus” = „hasonlót a hasonlóval” elve alapján sárga színű tejnedve miatt a sárgaság gyógyítására is használták.

**Felhasznált részei (drogjai):** a virágzó föld feletti hajtás és a gyökér.

**Gyűjtés ideje:** hajtás – virágzáskor (április-május); gyökér – október-április.

**Botanikai leírása:** Évelő lágyszárú növény, mely kezdetben tölevélrózsát fejleszt, virágzó szára 30-100 cm magas. A szár és a levelek kékeszöldek. A levél szárnyasan szeldelt, csipkés. Az ernyővirágzatban 4 szirmú, sárga virágok találhatóak. A csésze lehulló, és a szíromlevél is könnyen lehull. Májustól a fagyokig folyamatosan virágzik. A növény sárga vagy narancsvörös színű tejnedvet tartalmaz.

**Előfordulása:** Erdők szélén, kerítések mentén, kertekben gyomként fordul elő.

**Felhasználása:** Erős hatású, **csak orvosi felügyelet mellett** alkalmazható. A gyógyszeripar epe- és májbetegségek gyógyszereihez használja fel. Fertőtlenítő hatása miatt fogkrémek, és szájvizek alkotórésze. A népi gyógyászat friss tejnedvét szemölcsirtásra használja.

Az egész virágzó növény felhasználható festésre: timsóval a gyapjút sárgára festi. Érettebb, erősebb színt ad, ha a megfőzött növényt egy éjszakára a levében hagyják ázni, s csak ezután szűrik át, s főzik benne a fonalat.

**Hatóanyagai:** Legfontosabb hatóanyagai az alkaloidok (pl.például a kelidonin), a festékanyagok, a gyanta és a fehérjebontó enzimek.

### 15. Közönséges orbáncfű *Hypericum perforatum* L.

*perforatum* L.

Orbáncfűfélék családjá

Az orbáncfűről valaha azt tartották, hogy tűzbe dobott füve megvéd a boszorkányok mesterkedésétől. Állítólag a vallatások során konokul hallgató vádlottak is megszólaltak tőle...A leveleken található áttetsző pontokat azzal magyarázták, hogy a gonosz boszorkányok éjjel tűvel átdöfködték a növényt, hogy az elveszítse csodatévő erejét.

A szláv népek kincskeresésre használták fel az orbáncfüvet.

**Felhasznált része (drogja):** szárított virágos hajtás (herba).

**Gyűjtés ideje:** virágzáskor (június-július)

**Botanikai leírása:** Évelő lágyszárú növényfaj. Júniustól szeptemberig folyamatosan virágzik. Szára 50-100 cm magas, alul fás, felül dúsan elágazó. Levelei keresztben átellenesek, 2-3,5 cm-esek, hosszúkás alakúak. A fény felé tartva áttetsző pontokat láthatunk, amelyek az illóolajtartók, szélükön pedig fekete mirigypontok figyelhetők meg. Virágzata sok sárga, ötszirmú virágból áll.

**Előfordulása:** Hazánkban erdők tisztásain, legelőkön és szárazabb gyepekben gyakori.

**Felhasználása:** Gyomorfekély megelőzésére, kimerültséggel járó idegesség kezelésére használják. Nehezen gyógyuló égési sebeket olajos kivonatával gyógyítanak. Máj- és epebetegségek ellen teáját fogyasztják.

**Hatóanyagai:** A hipericin nevű vörös festékanyag a növény felületén megfigyelhető fekete mirigyekben halmozódik föl. Ezen kívül még főleg flavonoidokat, illóolajat és cserzőanyagot tartalmaz.

**16. Mezei cickafark** *Achillea collina* BECKER  
Fészekvirágzatúak családjá

*Hippokratész*, az i. e. IV. században élt görög orvos, a mai gyógyászat megalapítója azt írta erről a növényről, hogy a nagy görög hős, *Achilles* sebforrasztónak használta. Az ő nevéből származik a növény latin neve: *Achillea*. Később *Plinius*, római író is megemlékezett róla, hogy minden vasfegyverrel ejtett sebet gyógyít. A mezei cickafarknak ezt a sebgyógyító, gyulladáscsökkentő hatását ma is felhasználjuk.

Régen még sok más néven is ismerték ezt a növényt, például *egérfarkúfű* ( a levél alakja miatt), *cickóró*, *cickafarkkóró*, *patikai ezerlevelű fű* (ez a név is jelzi, hogy gyógynövényről van szó, az „ezer levél” pedig a levél jellegzetes képe utal), *csontvirág* (ami a virágzat színét jelzi).

**Felhasznált részei (drogjai):** szárított földfeletti hajtás (=herba), a virágzat és a lepárolt illóolaj.

**Gyűjtés ideje:** virágzáskor (június-augusztus)

**Botanikai leírása:** Évelő, lágyszárú növény. 50-80 cm magas, levelei hosszúkas alakúak, 1-2 cm szélesek, szárnyasan többszörösen szeldeltek. Virágzata sok apró fehér fészekvirágzatból áll.

**Előfordulása:** Hazánkban gyakori, megtalálható utak mentén, napos legelőkön, kaszálón, parlagterületeken.

**Felhasználása:** A cickafarkot gyulladáscsökkentő hatása miatt teaként használják gyomorfekélyre. Főzetét öblögetőszerként fogínygyulladás kezelésére alkalmazzák, külsőleg bőrgyulladásokat kezelnek vele, de illóolajából kenőcs is készül, melyet bőrápoló szerként használnak.

**Hatóanyagai:** Elsősorban az illóolaj, melynek legfontosabb összetevője a kamazulén, amely sötétkék színűre festi az illóolajat.

