

2006. DECEMBER * KARÁCSONYI KÜLÖNSZÁM *

Kiadó: Pécsi Tudományegyetem ÁOK-OEC, Gyógyszerésztudományi Szak,
Farmakognóziai Intézet

Tisztelt Olvasó!



Hírújságunk előző számában olvashattunk Rác Gábor Professzor Úr és felesége, Rác-Kotilla Erzsébet munkásságáról. Engedélyük alapján szeretnénk idézni abból a levelükből, melyben újságunkról írtak kedves és méltató sorokat.

„...**Mindkét szám nagyon jó benyomást kelt általa is, hogy mindenképp szól, tükrözi a Farmakognózia lényegét, de tartogat tudnivalókat azoknak is, akik igyekeznek lépést tartani a fejlődés ütemével. ... Sokat beszélgettünk azokról, akik a jövő reményeiket ilyen példásan, biztatóan képesek továbbfejleszteni. ... Nagyrabecsüléssel és rokonszenvvel: Erzsébet és Rác Gábor**”

Professzor Úrnak és Feleségének hálásan köszönjük biztató sorait és a nagylelkű támogatást, szponzori felajánlást is, mellyel hírújságunk működését segítik. Köszönjük!



TARTALOM



Prof. Rác Gábor és Rác-Kotilla Erzsébet levele hírújságunknak	1
Fenyőfajok karácsonykor.....	2
Adventi koszorúk gyógynövény-díszei: a magyal és a fehér fagyöngy	3
Luca-napi búza.....	4
A mikulásvirág.....	4
Drogok a konyhában karácsonykor I.: a fahéj és a szegfűszeg.....	5
Drogok a konyhában karácsonykor II.: a mandula és a dió.....	6
Gyógynövényes ünnepi receptek	7
Gyógynövények a magyar irodalomban	8

Fenyőfajok karácsonykor (*Pinaceae* – fenyőfélék családja)

Lucfenyő (*Picea abies* (L.) Karst)

Nálunk a Ny-Dunántúlon őshonos nyitvatermő. Négyélű, szúrós hegyű tűlevelei kettesével állnak, kéttűs fenyőfaj. Tobozai fiatalon felálló, majd lecsüngők (1. kép). Gyantájában abietinsav található. Illóolaja (*Piceae aetheroleum*) számos monoterpént tartalmaz, melyek reumaellenes vagy légúti tisztító hatásúak. Fiatal ágvégeiből (*Piceae turio recens*) és tobozaiból köhögéscsillapító szirupot készítenek.



1. kép. Festette: Papp Nóra

Források:

<http://www.cnr.vt.edu/DENDRO/DENDROLOGY/SYLLABUS/factsheet.cfm?ID=105>

<http://www.hort.uconn.edu/plants/p/picpun/picpun1.html>

Simon, T. (1992): A magyarországi edényes flóra határozója. Harasztok-virágos növények. Nemzeti Tankönyvkiadó Rt., Budapest

Szabó László Gy. (2005): Gyógynövényismereti tájékoztató. Schmidt und Co. – Melius Alapítvány, Baksa-Pécs

Duglászfenyő (*Pseudotsuga menziesii* (Mirbel) Franco)

Szintén Észak-Amerikából származó, szárazságtűrő fenyőfaj. Tűlevelei 17-30 mm hosszúak (2. kép), megdörzsölve citromillatúak; innen ered a „citromfenyő” elnevezés. Lecsüngő toboza könnyen felismerhető a termőpikkelyeken túlnyúló, hegyes csúcsú meddőpikkelyekről (3. kép).



2. kép



3. kép

Ezüstfenyő (*Picea pungens* Engelm. f. *glauca* Beissn.)

Észak-Amerikából származik. Kékeszöld, ezüstfehér tűi (4. kép) kettesével állnak, 17-28 mm hosszúak. Toboza 5-10 cm. Nagy tűrőképességű, formagazdag fenyőfaj.



4. kép

Papp Nóra

Adventi koszorúk gyógynövény-díszei

Ilex aquifolium L. - magyal (Aquifoliaceae)

Az Európában, Ázsiában, Észak-Afrikában és Észak-Amerikában honos örökzöld cserjével főleg kertek dísznövényeként találkozhatunk. Levelei tojásdadok, tüskésen karéjos-fogas szélűek. A fehér virágok levélhónalji álnyírt alkotnak. A termés gömbös, csillogó, piros színű (1. kép).

Hatóanyagai: rutin, ursolsav, ilexsav, kávéssav, ilicin, nyomokban teobromin, valamint gyanta. Diureticumként és diaphoreticumként alkalmazzák, homeopátiás készítményekben is felhasználást nyer.

Rokona a dél-amerikai elterjedésű *Ilex paraguariensis* (matétea), melyet élénkítő hatású teaként fogyasztanak.

Természes ágai gyakran szerepelnek karácsonyi díszekben, koszorúban, és visszatérő motívum a téli ünnepkor használt asztali tárgyakon, terítőkön is.



1. kép (CalPhotos)

Források:

Simon T. (szerk.): A magyarországi edényes flóra határozója. Harasztok – virágos növények. Nemzeti tankönyvkiadó, Budapest, 2000.

Szabó L. Gy.: Gyógynövény-ismereti tájékoztató. Schmidt und Co. – Melius Alapítvány, Baksa-Pécs, 2005.

Farkas Ágnes

Viscum album L. - fehér fagyöngy (Viscaceae / Loranthaceae)

A féllélősködő, örökzöld növényvel Európában, a nem trópusi Ázsiában és Észak-Amerikában találkozhatunk; fák ágain 60-100 cm átmérőjű bokrot képez. Ágai átvillás elágazásúak, levelei átellenesek, zöldessárgák, bőrneműek (1. kép). A növény kétlaki, március-áprilisban virágzik. Apró zöldessárga virágai bogernyőt alkotnak. Termése fehér ragadós álbogyó (2. kép), mely késő ősszel érik; madarak terjesztik.

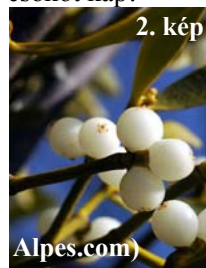
A leveleket vagy leveles hajtásokat (*Visci stipes*) télen vagy kora tavasszal gyűjtik, amikor bokrai könnyebben észrevehetőek a lombtalan gazdanövényen. Fő hatóanyagai az erős hatású polipeptidek (pl. viszkozotoxin A és B) és különböző lektinek; ezek javítják daganatos betegségeknel az általános állapotot. Vizes kivonata vérnyomáscsökkentő és kardiotonikum.

Karácsonykor a bejárat fölé akasztják, alatta szabad a csók; az éppen az ágak alatt tartózkodó nő ne lepődjön meg, ha egy arra járó férfitől csókot kap!



1. kép

(Fotó: Flora



2. kép

Alpes.com)

Forrás: Bernáth J. (szerk.): Gyógy- és aromanövények. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 2000.

Farkas Ágnes

A Luca napi búza

A közönséges búza (*Triticum aestivum* L.) legfontosabb egyéves gabonánk a pázsitfűfélék (*Poaceae*) családjában; Anatóliából származik. Szemtermésében a termésfal és a maghéj összenőtt; tartalmaz kb. 70% szénhidrátot (nagy része keményítő: *Tritici amyllum*), az embrió pedig zsíros olajokban gazdag (*Tritici aestivi oleum*; Ph. Eur. 4., Ph. Hg. VIII.). Keményítője a gyógyszer-technológiában, a búzacsíra-olaj az étkezésben kerül felhasználásra.

Luca nap, december 13.: A lucabúza ültetése eredetileg a vetés növekedését mágiikusan serkentő rítus. Luca napján egy edénybe búzaszemeket ültetnek (1. kép), ezt naponta locsolják karácsonyig.



1.kép

(Fotó: Papp Nóra)

A növény fejlődéséből lehet következtetni a jövő évi termés, a család és a jószág egészségére. Egyes vidékeken karácsonykor az állatokkal etetik meg, hogy biztosítsák az egészségüket és óvják a rontástól. Mára a jelképes tartalom ismerete nélkül is dísz a karácsonyi asztalnak.

Forrás:

Szabó László Gy. (2005): Gyógynövényismereti tájékoztató. Schmidt und Co. – Melius Alapítvány, Baksa-Pécs

Mosonyi Katalin, Papp Nóra

A mikulásvirág

(*Euphorbia pulcherrima* Willd.)

A közép-amerikai eredetű mikulásvirág (korábbi nevén *Poinsettia pulcherrima* Grah.) gyakori kísérője a karácsonyi ünnepeknek. A kutyatejfélek (*Euphorbiaceae*) családjának tejnedvet tartalmazó dísznövénye megpirosodó felleveleiről ismert (1. kép). A növényben kávésav, germanikol, β -szitoszterin, pszeudotaraxaszterin, pulcherrol, α -amirin és antocianinok találhatóak. Tejnedve hólyaghúzó, szembe kerülve kötőhártyagyulladás okoz. Depilatóriumként használják, valamint ismert lázcsillapító hatása is.



1. kép

Források:

Habermehl, G., Ziemer, P. (1999): Mitteleuropäische Giftpflanzen und ihre Wirkstoffe. Springer Verlag, Berlin-Heidelberg-New York

List, P., H., Hörhammer, L. (1973): Hagers Handbuch der Pharmazeutischen Praxis IV. Springer Verlag, Berlin-Heidelberg-New York

<http://www.edenkert.hu/?menu=cikk&rova tid=57&cikkid=329>

Papp Nóra

Drogok a konyhában karácsonykor I.

A ceyloni fahéjfa

(*Cinnamomum verum* Presl.)

(syn.: *Cinnamomum ceylanicum* Nees.)

LAURACEAE/Babérfélék

Drog: a Magyar Gyógyszerkönyvben (*Ph. Hg. VIII.*) hivatalos a ceyloni fahéjfa kérge (1. kép), tinktúrája, a levél és kéreg (illó)olaja.



1. kép

(forrás: www.top-tropicals.com)

Botanikai leírás: honos Sri Lankán, természetik pl. Jáván, Szumátrán és D-Amerikában is. 10 m magas fa. Leveli széles-lándzsásak, örökzöldek. Apró, fehéres virágai a levelek hónaljában nyílnak. A levágott kérget meleg párás helyen egy napig fermentálják, majd eltávolítják a külső kérget és szárítják. Ezalatt alakul ki a jól ismert fahéjbarna szín. Az így elkészített kéreg erős illatú, örleménye a jól ismert fűszer.

Hatóanyag: 0,5-4 % illóolaj (fő komponensei: fahéjaldehyd, eugenol), szeszkviterpének, diterpének, fenolkarbonsavak.

Alkalmazás: carminativum, tonicum, aromaticum, külsőleg gombaellenes, antibakteriális, inhalálva légzőszervi mikózisok esetén, édesség- és likőriparban, fűszer. Szélhajtó-görcsoldó kivonatok (*Tinctura aromatica*, *Gutta carminativa*, *Gutta stomachica* – *FoNo VI.*) hatóanyagaként is hasznosítják.

Horváth Györgyi

A szegfűszeg(fa)

(*Syzygium aromaticum* (L.) Merr. et Perry)

(syn.: *Caryophyllus aromaticus* L., *Eugenia caryophyllata* Thunb.)

MYRTACEAE/Mirtuszfélék

Drog: a Magyar Gyógyszerkönyvben (*Ph. Hg. VIII.*) hivatalos a szegfűszeg (1. kép) és a szegfűszegolaj.



1. kép

Botanikai leírás: honos Malajziában, a trópusokon (Fülöp-szigetek, Indonézia, Madagaszkár, Sri Lanka, D-Amerika). Örökzöld, kb. 20 m magas fa. Sötétzöld levelei aromásak, krémszínű virágai a porzók lehullása után megpirosodnak. A virágrügyeket gyűjtik.

Hatóanyag: 15-20 % illóolaj (fő komponensei: eugenol, kariofillen), flavonoidok, cserzőanyag, szterol, triterpének.

Alkalmazás: illóolaja antibakteriális, antivirális, antisepticum (fogászatban), gyulladáscsökkentő. Belsőleg aromaticum, stomachicum, carminativum, tonicum. Fűszer. A szegfűszegolajjal kozmetikumokat, dohányt illatosítanak.

Forrás:

Szabó László Gy. (2005): Gyógynövény-ismereti tájékoztató. Schmidt und Co. – Melius Alapítvány, Baksa-Pécs

Horváth Györgyi



1. kép

Drogok a konyhában karácsonykor II.

Amygdalus communis L. édes vagy keserű mandula (Rosaceae)

Ázsiában honos fa, mely továbbterjedt a Mediterráneumba, egész Európába, majd egészen Kaliforniáig. Hazánkban március végén, április elején virágzik. Virágai fehérés-rózsaszínűek, számos művészt megihlettek (2. kép). A termés csonthéjas, összenyomott, 3-6 cm-es (1. kép). Magja édes vagy keserű (convar. *amara*). A terméshéj vastag vagy vékony, puha (convar. *fragilis*).

A keserű mandula cianogén glikozidokat (amygdalin, prunazin), illóolajat, a magban nagy mennyiségű fehérjét és zsíros olajat tartalmaz. Felhasználják az olajgyártásban, olaját külsőleg testápoló szerekben is. A keserű mandula az aromagyártás alapanyaga, az édes mandula inkább az édesiparban használatos. Mi is finom karácsonyi süteményeket készíthetünk belőle!



2. kép
Csontváry
Kosztka
Tivadar: Mandulavirágzás

Források:

Simon T. (szerk.): A magyarországi edényes flóra határozója. Harasztok – virágos növények. Nemzeti tankönyvkiadó, Budapest, 2000.

Szabó L. Gy.: Gyógynövény-ismereti tájékoztató. Schmidt und Co. – Melius Alapítvány, Baksa-Pécs, 2005.

Juglans regia L. - pompás dió (Juglandaceae)

A Balkánon és Ázsiában honos. Magyarországon a római kor óta ismert. Levelei 5-9 levélkéből páratlanul szárnyasan összetettek (1. kép). Áprilisban-májusban virágzik, virágai egyivarúak. Termése csonthéjas.



1. kép (Fotó: © 2005 Luigi Rignanese)

A gyógyászatban lomblevelét (*Juglandis folium*), éretlen húsos termésfalát (*J. nucis pericarpium*) és a csonthéjon belüli közfalat (*J. nucum dissepimentum*) használják. A levél és a húsos termésfal naftokinon-származékokat (juglon), flavonoidokat, cseranyagokat, illóolajat és C-vitamint tartalmaz. Gyulladáscsökkentő, antibakteriális és antifungális. A juglon átalakulási termékeit használja fel a kozmetikai ipar hajfestékek, napozóolajok előállításánál.

A karácsonyi süteményekhez a dióbelet használjuk, mely a csonthéjas termésben lévő erősen hajtogatott, olajban gazdag sziklevel. A termésből zölddió-befőtt és -likőr is készíthető.

Források:

Bernáth J. (szerk.): Gyógy- és aromanövények. Mezőgazda Kiadó, Budapest, 2000.

Szabó L. Gy.: Gyógynövény-ismereti tájékoztató. Schmidt und Co. – Melius Alapítvány, Baksa-Pécs, 2005.

Gyógynövényes ünnepi receptek



GYÜMÖLCSKENYÉR

Hozzávalók: 3 tojás, 15 dkg cukor, 3 zacskó vaníliás cukor, ½ teáskanál só, ½ teáskanál fahéj, 10 dkg liszt, 52 dkg vegyes aszaltgyümölcs (datolya, füge, mazsola, sárgabarack stb.), 55 dkg a következő gyümölcsökből: sózatlanogyoró, mandula, dió, 20 dkg cukrozott citrom- vagy narancshéj, a forma kikenéséhez margarin, zsemlemorzsza.

Elkészítés: a tojásokat a kétféle cukorral habosra kikeverjük. A sóval és a fahéjjal elvegyített lisztet a tojásos masszára szitáljuk. A datolyát és a fügét apróra felvágjuk, az aszalt gyümölcsöket és a többi gyümölcsöt összekeverjük. A cukrozott citrom- vagy narancshéjat felkockázzuk, az aszalt gyümölcsös keverékhez adjuk, majd belekeverjük a tésztába. A tésztát margarinnal kikent, zsemlemorzsával meghintett formába (kuglóf, özgerinc) simítjuk. Előmelegített sütőben 150 fokon (gáztűzhelynél 2-es fokozaton) kb. 1 órát sütjük, majd 15 percig a sütőben pihentetjük. Mielőtt kiborítjuk a formából, 10 percig hűlni hagyjuk. Porcukorral meghintjük és már lehet is szeletelni.

Megjegyzés: A fahéjfa (*Cinnamomum* sp.) kérge, a narancs (*Citrus aurantium*) és a citrom (*Citrus lemon*) termése illóolajaik révén fontosak. A datolyapálma (*Phoenix dactylifera*) termése (*Phoenicis dactyliferae fructus*) magas kalcium- és magnéziumtartalma miatt jótékony a csontokra és izmokra. A füge (*Ficus carica*) termésének (*Caricae fructus*) proteolitikus enzime, a ficin emésztésserkentő hatású.



MÉZESKALÁCS

Hozzávalók:

45 dkg liszt, 25 dkg porcukor, 1 csomag vaníliás cukor, 15 dkg méz, 3 db tojás, 1 kávéskanál szódadikarbóna, őrölt fahéj, őrölt szegfűszeg, őrölt gyömbér. (Nagyon kellemes mézes süti fűszerkeverék is kapható már).

Elkészítés: először összekeverjük a száraz hozzávalókat, majd összedolgozzuk a folyékony alapanyagokkal. Egy éjszakát állni hagyjuk. Lisztezett deszkán 2 mm vékonyra elnyújtjuk a tésztát, formával kiszűrjük. A sütőlapot megvajazzuk, lisztezzük, vagy egyszerűen sütőpapírral leborítjuk. A mézeskalácsformákat ne rakjuk szorosan egymás mellé, mert sütés közben megdagadnak és összeragadhatnak. A tetejüket tojássárgával megkenjük (ha dióval, mandulával szeretnénk díszíteni, akkor most helyezük rá; ha tojásfehérje és porcukor keverékével, akkor sütés után). 175 fokra előmelegített sütőben kb. 5-7 perc alatt aranybarnára sütjük. Sütéskor mesés illatok járnak át a konyhát.

Megjegyzés: A fahéjfa különböző fajainak (*Cinnamomum* sp.) kérge (*Cinnamomi cortex*), a trópusi, fásszárú szegfűszeg (*Syzygium aromaticum*) virága (*Caryophylli flos*) és az ázsiai származású gyömbér (*Zingiber officinale*) gyökértörzse (*Zingiberis rhizoma*) számos illóolajkomponenst tartalmaz; fűszerként és édességadalékként alkalmazhatók gyomorerosító és étvágyjavító hatásuk révén.

Horváth Györgyi

GYÓGYNÖVÉNYEK A MAGYAR IRODALOMBAN

Reményik Sándor: Néha félek ... (részlet)

Néha félek...

Úgy nyugtalanít ez a suttogás.

Ezek a halk neszek,

Ez az imbolygás, ez az összejátszás

A hátam megett.

E halk hullása nem tudom minek.

Itt nem hull levél,

Tán az Idő pereg

Bús percegéssel itt, az örökzöldben.

Néha félek...

A *fenyves* olyan kísérteties...

(*Forrás*: Magyar irodalmi herbárium. General Press Kiadó, Budapest 2005)

Magyar közmondások gyógynövényekről

„*Felmelegítve csak a töltött káposzta jó.*” → nem lehet v. nem érdemes egy viszonyt feleleveníteni.

Megjegyzés: A káposzta (*Brassica oleracea* L. var. *capitata* L. f. *alba*) fontos A- és B-vitaminforrás nyersen és savanyítva is. Húsokkal töltve ízletes és kedvelt karácsonyi étel.

(*Forrás*: Bárdosi-Kiss: Közmondások. Tinta Könyvkiadó, Budapest 2005)

Magyar szólások gyógynövényekről

„*Nem ér egy lyukas mogyorót sem.*” → semmit sem ér valami.

Megjegyzés: A közönséges mogyoró (*Corylus avellana*) kupacsos makktermése ízletes csemege, főként a decemberi ünnepek ideje alatt.

A gyógyászatban a növény levelét, kérgét és rügyét használják hámosító hatása miatt, valamint fogíny- és visszérgyulladás ellen.

(*Forrás*: Bárdosi-Kiss: Szólások. Tinta Könyvkiadó, Budapest 2005)

❁ Farmakognóziái Hírek Szerkesztősége ❁

Kiadó: PTE ÁOK-OEC, Farmakognóziái Intézet

Szerkesztők: Dr. Farkas Ágnes, Dr. Papp Nóra, Dr. Horváth Györgyi

E-mail: farkasa@gamma.ttk.pte.hu, nora4595@gamma.ttk.pte.hu, georgina@gamma.ttk.pte.hu

Szerkesztőség címe: 7624 Pécs, Rókus u. 2.

Telefon: 72/503-650/8822, 8823 **Fax**: 72/503-650/8826