

Krizantema – biljka s mnogo primjena

Автор(и): доц. д-р Стела Димкова, Институт по декоративни и лечебни растения – София

Дата: 23.06.2024 *Брой:* 6/2024



Osim što je važna ukrasna kultura, krizantema je stoljećima poznata po svojim ljekovitim svojstvima. Prvi put se krizantema spominje 500. godine prije Krista u djelima kineskog filozofa Konfucija / Kun Qiu /. U Japan su krizanteme unesene u 4. stoljeću, a prve krizanteme u Europu stigle su iz Kine u Nizozemsku 1688. godine, ali nisu uspjele prilagoditi se okolišnim uvjetima i uginule su. Sto godina kasnije, krizantemu je ponovno u Europu donio trgovac iz Marseilla, koji je biljke isporučio vrtu prirodnih znanosti u Parizu.

Posljednjih godina, krizantema, koja pripada obitelji Asteraceae (Compositae), rodu *Chrisantemum* L., u botaničkoj sistematici također se naziva i rodом *Dendranthema* L. Ovaj rod uključuje preko 150 jednogodišnjih i višegodišnjih vrsta, ali najveći gospodarski i ukrasni značaj imaju takozane jesenske krizanteme ili

"dimitrovčeta", *Chrisantemum indicum* L. Kao rezultat oplemenjivačkog rada, razvijeno je preko 2500 sorti, a svake godine nude se nove krupnocvjetne i sitnocvjetne sorte.



Već u antici u Kini, krizantema se koristila kao ljekovita biljka. Tamo se naziva "cvijet života". Ima antibakterijsko, antivirusno i antitumorsko djelovanje. Danas je takozani cvjetni čaj od krizanteme poznat širom svijeta.

Ljekovite tvari sadržane su u stabljikama, listovima i cvjetovima ove nježne biljke. Listovi se koriste u juhama, kao začini ili u salatama, uglavnom u Kini. Kemijskim analizama utvrđena je prisutnost 63 hlapljive tvari; flavonoida; vrlo važnih mikroelementata (kalij, kalcij, selen, cink, magnezij); vitamina iz skupina B, C i A; tvari s protuupalnim i umirujućim učinkom. Najčešće se cvjetovi krizanteme suše i koriste za pripremu čaja. Preferiraju se sorte s bijelim ili žutim laticama.



Čaj od cvijeta krizanteme izvrstan je način za poboljšanje funkcije pluća i dišnih puteva; stimulira probavu; primjenjuje se u slučajevima visokog krvnog tlaka, glavobolje, nesanice, alergija, smiruje živce, tonizira kožu, itd. Odat krizanteme smiruje crvene oči kada se ekstrakt popije, a zagrijani cvjetovi iz njega primjenjuju izvana – na kapke.

U Aziji se čaj od krizanteme koristi u borbi protiv štetnog kolesterola, a tijekom ljetnih mjeseci koristi se za utaživanje žeđi i sprječavanje sunčanice. Čaj u kombinaciji s cimetom i ginsengom stimulira imunološki sustav u borbi protiv stafilokoknih i streptokoknih infekcija.

Redovito uzimanje čaja od krizanteme ima tonizirajući učinak na želudac i jetru, vraća vitalnost i sredstvo je za održavanje dobrog zdravlja. Međutim, budući da je vrlo bogat flavonoidima, glikozidima, alkaloidima i drugima, treba ga vrlo oprezno koristiti osobe s utvrđenim alergijama.



Eterično ulje krizanteme koristi se u aromaterapiji. Zanimljiva je i njegoa primjena za *zaštitu bilja od štetnika* – kao repelent i biološki insekticid. Eterično ulje primjenjuje se u količini od 5–6 kapi u 10 L vode. Ekstrakt cvijeta krizanteme blokira živčani sustav insekata i možda ih ne ubija, ali ih odbija.

Ekstrakt protiv insekata: Namočite 400–500 g svježih cvjetova i listova sitnocvjetne krizanteme ili 100 g u 5 L tople vode, pokrijte i ostavite 24 sata. Zatim procijedite odat i prskajte biljke u vrtu otopinom.

Osušeni cvjetovi za čaj: 1–2 žlice sitno osušenih krizantemi prelijte s 300 ml kipuće vode i ostavite da odstoji oko 15 minuta, zatim procijedite i popijte. Unutar 24 sata treba popiti najmanje 3 čaja.

Osušeni cvjetovi za opuštajuću kupku: 2–3 šake osušenih cvjetova stavite u kadu s vrućom vodom, a nakon 10–15 minuta kupka se koristi za opuštanje.

Korištenje 2–3 cvijeta / osušene krizanteme / *blizu jastuka ili na čelu* ima umirujući učinak na ljude.