

Krizantém – egy sokoldalúan felhasználható növény

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

Дата: 23.06.2024 *Брой:* 6/2024



A krizantém nemcsak jelentős dísnövény, hanem gyógyhatásairól is évszázadok óta ismert. Először Kr. e. 500-ban említi a kínai filozófus, Konfuciusz /Kun Qiu/ műveiben. Japánba a 4. században került be, Európába pedig először 1688-ban érkezett Hollandiába Kínából, de nem tudott alkalmazkodni a környezeti feltételekhez és elpusztult. Száz évvel később egy marseille-i kereskedő hozta újra Európába, aki a növényeket Párizs természettudományi kertjébe szállította.

Az utóbbi években a krizantémot, amely az őszirózsafélék (Asteraceae /Compositae/) családjába, a *Chrisantemum* L. nemzetségbe tartozik, a botanikai rendszertanban *Dendranthema* L. nemzetséggént is említik. Ez a nemzetség több mint 150 egy- és többéves fajt foglal magában, de a legnagyobb gazdasági és

dísznövényi jelentőséget az úgynevezett őszi krizantémok vagy "dimitrovcheta", a *Chrisantemum indicum* L. birtokolja. A nemesítési munka eredményeként több mint 2500 fajtát fejlesztettek ki, és minden évben új, nagy- és kisméretű virágú fajtákat kínálnak.



Már az ókori Kínában is gyógynövényként használták a krizantémot. Ott "az élet virágának" nevezik. Antibakteriális, antivirális és daganatellenes hatású. Ma már a krizantémból készült úgynevezett virágtea világszerte ismert.

Ezen kényes növény szárában, levelében és virágában találhatók gyógyhatású anyagok. A leveleket főleg Kínában használják levesekben, fűszerként vagy salátákban. Kémiai elemzések 63 illóanyag; flavonoidok; nagyon fontos mikroelemek (kálium, kalcium, szelén, cink, magnézium); B-, C- és A-vitamin csoportok; gyulladáscsökkentő és nyugtató hatású anyagok jelenlétét állapították meg. Leggyakrabban a krizantém virágait szárítják és teakészítésre használják. A fehér vagy sárga szíromlevelekkel rendelkező fajtákat részesítik előnyben.



A krizantémvirág-tea kiváló eszköz a tüdő és a légutak működésének javítására; serkenti az emésztést; magas vérnyomás, fejfájás, álmatlanság, allergiák esetén alkalmazzák, nyugtatja az idegeket, tonizálja a bőrt stb. A krizantém forrázata enyhíti a vörös szemeket, ha a kivonatot megisszák, és a belőle melegített virágokat külsőleg – a szemhéjakra – helyezik.

Ázsiában a krizantémteát a káros koleszterin elleni küzdelemben használják, és a nyári hónapokban szomjoltásra és a napszúrás megelőzésére. A fahéjjal és ginzenggel kombinált tea serkenti az immunrendszert a sztafilokokkusz és streptokokkusz fertőzések elleni küzdelemben.

A krizantémtea rendszeres fogyasztása tonizáló hatással van a gyomorra és a májra, visszaállítja az életerőt és eszköz a jó egészség megőrzésére. Azonban, mivel nagyon gazdag flavonoidokban, glikozidokban, alkaloidokban és másokban, nagyon óvatosan kell használni beállított allergiával rendelkező embereknek.



A krizantém illóolajat aromaterápiában használják. Érdekes alkalmazása még a *növények kártevők elleni védelme* – mint riasztó és biológiai rovarirtó szer. Az illóolajat 5-6 csepp / 10 L víz arányban alkalmazzák. A krizantémvirág-kivonat blokkolja a rovarok idegrendszerét és nem feltétlenül öli meg őket, hanem riasztja.

Kivonat rovarok ellen: Áztasson 400-500 g friss, kisméretű virágú krizantém virágot és levelet vagy 100 g szárítottat 5 L langyos vízbe, fedje le és hagyja 24 órán át. Ezután szűrje le a forráztatott anyagot és permetezze be vele a kerti növényeket.

Szárított virágok teához: 1-2 evőkanál apró, szárított krizantémot 300 ml forrásban lévő vízzel leöntünk és kb. 15 percig állni hagyjuk, majd leszűrjük és megisszuk. Legalább 3 teát kell fogyasztani 24 órán belül.

Szárított virágok egy relaxáló fürdőhöz: 2-3 marék szárított virágot teszünk egy forró vízzel telt kádba, és 10-15 perc után a fürdőt pihenésre használjuk.

2-3 virág /szárított krizantém/ használata a párna mellett vagy a homlokon nyugtató hatással van az emberekre.