

Crizantema – o plantă cu multiple aplicații

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

Дата: 23.06.2024 *Брой:* 6/2024



Pe lângă faptul că este o importantă cultură ornamentală, crizantema este cunoscută de secole pentru proprietățile sale medicinale. Pentru prima dată, în anul 500 î.Hr., crizantema este menționată în lucrările filosofului chinez Confucius / Kun Qiu /. În Japonia, crizantemele au fost introduse în secolul al IV-lea, iar primele crizanteme din Europa au sosit din China în Olanda în 1688, dar nu au reușit să se adapteze condițiilor de mediu și au pierit. O sută de ani mai târziu, crizantema a fost adusă din nou în Europa de un negustor din Marsilia, care a livrat plantele în grădina de științe naturale din Paris.

În ultimii ani, crizantema, care aparține familiei Asteraceae (Compositae), genul *Chrisantemum* L., este menționată și în sistematica botanică ca gen *Dendranthema* L. Acest gen include peste 150 de specii anuale și perene, dar cea mai mare importanță economică și ornamentală o au așa-numitele crizanteme de toamnă sau

„dimitrovcheta”, *Chrysanthemum indicum* L. Ca urmare a lucrărilor de ameliorare, au fost dezvoltate peste 2.500 de soiuri, cu noi soiuri cu flori mari și cu flori mici fiind oferite în fiecare an.



Încă din antichitate în China, crizantema era folosită ca plantă medicinală. Acolo este numită „floarea vieții”. Are efecte antibacteriene, antivirale și antitumorale. Astăzi, așa-numitul ceai floral din crizantemă este cunoscut în întreaga lume.

Substanțele medicinale sunt conținute în tulpinile, frunzele și florile acestei plante delicate. Frunzele sunt folosite în supe, ca condiment sau în salate, în principal în China. Analizele chimice au stabilit prezența a 63 de substanțe volatile; flavonoide; microelemente foarte importante (potasiu, calciu, seleniu, zinc, magneziu); vitamine din grupele B, C și A; substanțe cu efecte antiinflamatorii și calmante. Cel mai adesea, florile de crizantemă sunt uscate și folosite pentru prepararea ceaiului. Sunt preferate soiurile cu petale albe sau galbene.



Ceaiul din flori de crizantemă este un excelent mijloc de îmbunătățire a funcției plămânilor și a căilor respiratorii; stimulează digestia; se aplică în cazuri de tensiune arterială ridicată, durere de cap, insomnie, alergii, calmează nervii, tonificază pielea, etc. Un decoct de crizantemă calmează ochii roșii atunci când extractul este băut și florile încălzite din acesta sunt aplicate extern – pe pleoape.

În Asia, ceaiul de crizantemă este folosit în lupta împotriva colesterolului dăunător, iar în lunile de vară este folosit pentru a potoli setea și a preveni insolația. Ceaiul combinat cu scorțișoară și ginseng stimulează sistemul imunitar pentru a combate infecțiile stafilococice și streptococice.

Consumul regulat de ceai de crizantemă are un efect tonic asupra stomacului și ficatului, restabilește vitalitatea și este un mijloc de menținere a sănătății bune. Cu toate acestea, deoarece este foarte bogat în flavonoide, glicozide, alcaloizi și altele, ar trebui folosit cu mare grijă de persoanele cu alergii stabilite.



Uleiul esențial de crizantemă este folosit în aromaterapie. De interes este și utilizarea sa pentru *protecția plantelor împotriva dăunătorilor* – ca repelent și insecticid biologic. Uleiul esențial se aplică într-o proporție de 5–6 picături în 10 L de apă. Extractul din floarea de crizantemă blochează sistemul nervos al insectelor și poate să nu le omoare, dar le respinge.

Extract împotriva insectelor: Înmoaieți 400–500 g de flori și frunze proaspete de crizantemă cu flori mici sau 100 g în 5 L de apă caldă, acoperiți și lăsați timp de 24 de ore. Apoi strecurați decoctul și pulverizați plantele din grădină cu soluția.

Flori uscate pentru ceai: 1–2 linguri de crizanteme mici uscate se acoperă cu 300 ml de apă clocotită și se lasă să stea aproximativ 15 minute, apoi se strecoară și se beau. Ar trebui consumate cel puțin 3 ceaiuri în 24 de ore.

Flori uscate pentru un baie relaxant: 2–3 mâini pline de flori uscate se pun într-o cadă cu apă fierbinte, iar după 10–15 minute baia este folosită pentru relaxare.

Folosirea a 2–3 flori / crizantemă uscată / lângă pernă sau pe frunte are un efect calmant asupra oamenilor.

