

'Krizantem – birçok uygulaması olan bir bitki'

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

Дата: 23.06.2024 *Брой:* 6/2024



Krizantem, önemli bir süs bitkisi olmasının yanı sıra, yüzyıllardır şifalı özellikleriyle de bilinir. İlk kez MÖ 500'de Çinli filozof Konfüçyüs'ün (Kun Qiu) eserlerinde krizantemden bahsedilir. Japonya'ya krizantemler 4. yüzyılda getirilmiş, Avrupa'daki ilk krizantemler ise 1688'de Çin'den Hollanda'ya ulaşmış, ancak çevre koşullarına uyum sağlayamayıp yok olmuşlardır. Yüz yıl sonra, krizantem bir Marsilyalı tüccar tarafından tekrar Avrupa'ya getirilmiş ve bitkiler Paris'teki doğa bilimleri bahçesine teslim edilmiştir.

Son yıllarda, Asteraceae (Compositae) familyasından, *Chrysanthemum* L. cinsine ait olan krizantem, botanik sistemатикте *Dendranthema* L. cinsi olarak da anılmaktadır. Bu cins 150'den fazla bir yıllık ve çok yıllık tür içerir, ancak en büyük ekonomik ve süs değeri, sözde sonbahar krizantemleri veya "dimitrovcheta" olarak da bilinen

Chrisantemum indicum L.'ye aittir. Islah çalışmaları sonucunda 2.500'den fazla kùltivar geliştirilmiş olup, her yıl yeni büyük çiçekli ve küçük çiçekli çeşitler sunulmaktadır.



Çin'de çok eski çağlardan itibaren krizantem şifalı bir bitki olarak kullanılmıştır. Orada "yaşam çiçeği" olarak adlandırılır. Antibakteriyel, antiviral ve antitümör etkileri vardır. Günümüzde krizantemden yapılan sözde çiçek çayı dünya çapında bilinmektedir.

Bu narin bitkinin gövdelerinde, yapraklarında ve çiçeklerinde şifalı maddeler bulunur. Yapraklar, çoğunlukla Çin'de, çorbalarda, baharat olarak veya salatalarda kullanılır. Kimyasal analizler, 63 uçucu maddenin; flavonoidlerin; çok önemli mikro elementlerin (potasyum, kalsiyum, selenyum, çinko, magnezyum); B, C ve A grubu vitaminlerin; anti-enflamatuar ve yatıştırıcı etkili maddelerin varlığını tespit etmiştir. En sık olarak krizantem çiçekleri kurutulur ve çay yapmak için kullanılır. Beyaz veya sarı taç yapraklı kùltivarlar tercih edilir.



Krizantem çiçeği çayı, akciğerlerin ve solunum yollarının işlevini iyileştirmek için mükemmel bir araçtır; sindirimi uyarır; yüksek tansiyon, baş ağrısı, uykusuzluk, alerji durumlarında uygulanır, sinirleri yatıştırır, cildi tonlar, vb. Krizantem kaynatması, ekstresi içildiğinde ve içindeki ısıtılmış çiçekler haricen – göz kapaklarına uygulandığında kırmızı gözleri yatıştırır.

Asya'da, krizantem çayı zararlı kolesterole karşı mücadelede kullanılır ve yaz aylarında susuzluğu gidermek ve güneş çarpmasını önlemek için kullanılır. Tarçın ve ginsengle birleştirilen çay, stafilokok ve streptokok enfeksiyonlarıyla mücadele etmek için bağışıklık sistemini uyarır.

Krizantem çayının düzenli alımı, mide ve karaciğer üzerinde tonik bir etkiye sahiptir, canlılığı geri kazandırır ve sağlıklı kalmak için bir araçtır. Bununla birlikte, flavonoidler, glikozitler, alkaloidler ve diğerleri açısından çok zengin olduğu için, alerjisi olan kişiler tarafından çok dikkatli kullanılmalıdır.



Krizantem uçucu yağı aromaterapide kullanılır. *Bitkileri zararlılara karşı korumak* için kullanımı da ilgi çekicidir – bir repellent (uzaklaştırıcı) ve biyolojik insektisit olarak. Uçucu yağ, 10 L suda 5–6 damla oranında uygulanır. Krizantem çiçeği ekstresi, böceklerin sinir sistemini bloke eder ve onları öldürmeyebilir, ancak uzaklaştırır.

Böceklere karşı ekstre: 400–500 g küçük çiçekli krizantemin taze çiçek ve yapraklarını veya 100 g kurusunu 5 L ılık suda ıslatın, üzerini kapatın ve 24 saat bekletin. Ardından kaynatmayı süzün ve bahçedeki bitkileri bu çözeltiyle püskürtün.

Çay için kurutulmuş çiçekler: 1–2 yemek kaşığı küçük kurutulmuş krizantem, 300 ml kaynar suyla üzerine dökülür ve yaklaşık 15 dakika demlenmeye bırakılır, ardından süzülür ve içilir. 24 saat içinde en az 3 çay tüketilmelidir.

Rahatlatıcı bir banyo için kurutulmuş çiçekler: 2–3 avuç kurutulmuş çiçek, sıcak su dolu bir küvete konur ve 10–15 dakika sonra banyo rahatlama için kullanılır.

2–3 çiçeğin / kurutulmuş krizantem / *yastığın yanına veya alna yerleştirilmesi* insanlar üzerinde yatıştırıcı bir etkiye sahiptir.

