

菊花 – 一种用途广泛的植物

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

Дата: 23.06.2024 Брой: 6/2024



除了作为主要的观赏作物，菊花几个世纪以来也以其药用特性而闻名。首次提及菊花是在公元前500年中国哲学家孔子（孔丘）的著作中。菊花于4世纪传入日本，而第一批菊花于1688年从中国抵达欧洲的荷兰，但它们未能适应环境条件而死亡。一百年后，一位来自马赛的商人再次将菊花带到欧洲，并将其送至巴黎的自然科学花园。

近年来，属于菊科（Compositae）菊属（*Chrysanthemum* L.）的菊花，在植物系统学中也称为 *Dendranthema* L. 属。该属包括150多种一年生和多年生物种，但最具经济和观赏价值的是所谓的秋菊或“季花”（*Chrysanthemum indicum* L.）。通过育种工作，已培育出超过2500个栽培品种，每年都有新的大花和小花品种推出。



早在中国的古代，菊花就被用作药用植物。在那里，它被称为"生命之花"。它具有抗菌、抗病毒和抗肿瘤的作用。如今，用菊花制成的所谓花茶已闻名世界。

这种娇嫩植物的茎、叶和花中含有药用物质。叶子在中国主要用于汤、调味品或沙拉中。化学分析已确定含有63种挥发性物质；黄酮类化合物；非常重要的微量元素（钾、钙、硒、锌、镁）；B族、C族和A族维生素；以及具有抗炎和舒缓作用的物质。最常用的是将菊花干燥后用于泡茶。通常优选花瓣为白色或黄色的品种。



菊花茶是改善肺部和呼吸道功能的绝佳方法；它能刺激消化；适用于高血压、头痛、失眠、过敏等情况，它能镇静神经，滋养皮肤等。菊花煎剂可以舒缓眼睛发红，方法是内服提取液，并将温热的菊花外敷于眼脸上。

在亚洲，菊花茶被用于对抗有害胆固醇，并在夏季用于解渴和预防中暑。菊花茶与肉桂和人参结合使用，可以刺激免疫系统对抗葡萄球菌和链球菌感染。

定期饮用菊花茶对胃和肝脏有滋补作用，能恢复活力，是保持身体健康的一种方法。然而，由于它富含黄酮类化合物、苷类、生物碱等，已确定有过敏史的人应非常谨慎地使用。



菊花精油被用于芳香疗法。有趣的是，它还被用于植物害虫防治——作为驱避剂和生物杀虫剂。精油的用量为每10升水加入5-6滴。菊花提取物会阻断昆虫的神经系统，可能不会杀死它们，但能驱赶它们。

驱虫提取物：将400-500克新鲜的小花菊花花朵和叶子（或100克干品）浸泡在5升温水中，盖上盖子静置24小时。然后过滤煎液，用溶液喷洒花园中的植物。

泡茶用干花：将1-2汤匙干燥的小菊花用300毫升沸水冲泡，静置约15分钟，然后过滤饮用。24小时内至少应饮用3杯。

用于放松沐浴的干花：将2-3把干花放入盛有热水的浴缸中，10-15分钟后即可用于放松沐浴。

在枕头旁或额头上放置2-3朵（干）菊花，对人具有镇静作用。