

ΤΟ ΓΟΥΡΙ ΕΙΝΑΙ Η ΔΥΝΑΜΗ ΜΟΥ



NATURE • HEALTH • CULTURE

Ειρήνη Βαλλιανάτου

Δρ. Βιολογίας

Συστηματικός Βοτανικός, Φυτοκοινωνιολόγος, Εθνοβοτανικός





Drimia numidica

κν. σκιλλοκρεμμύδα, ασκίλλα

αλλά και βασιλίτσα, αγιοβασιλίτσα,
ασκελετούρα, μπόσκα

(παλιά την ξέραμε ως *Urginea maritima*)

«σκίλλα» των αρχαίων





Η σκιλλοκρεμμύδα
είναι ένα ΓΕΩΦΥΤΟ.





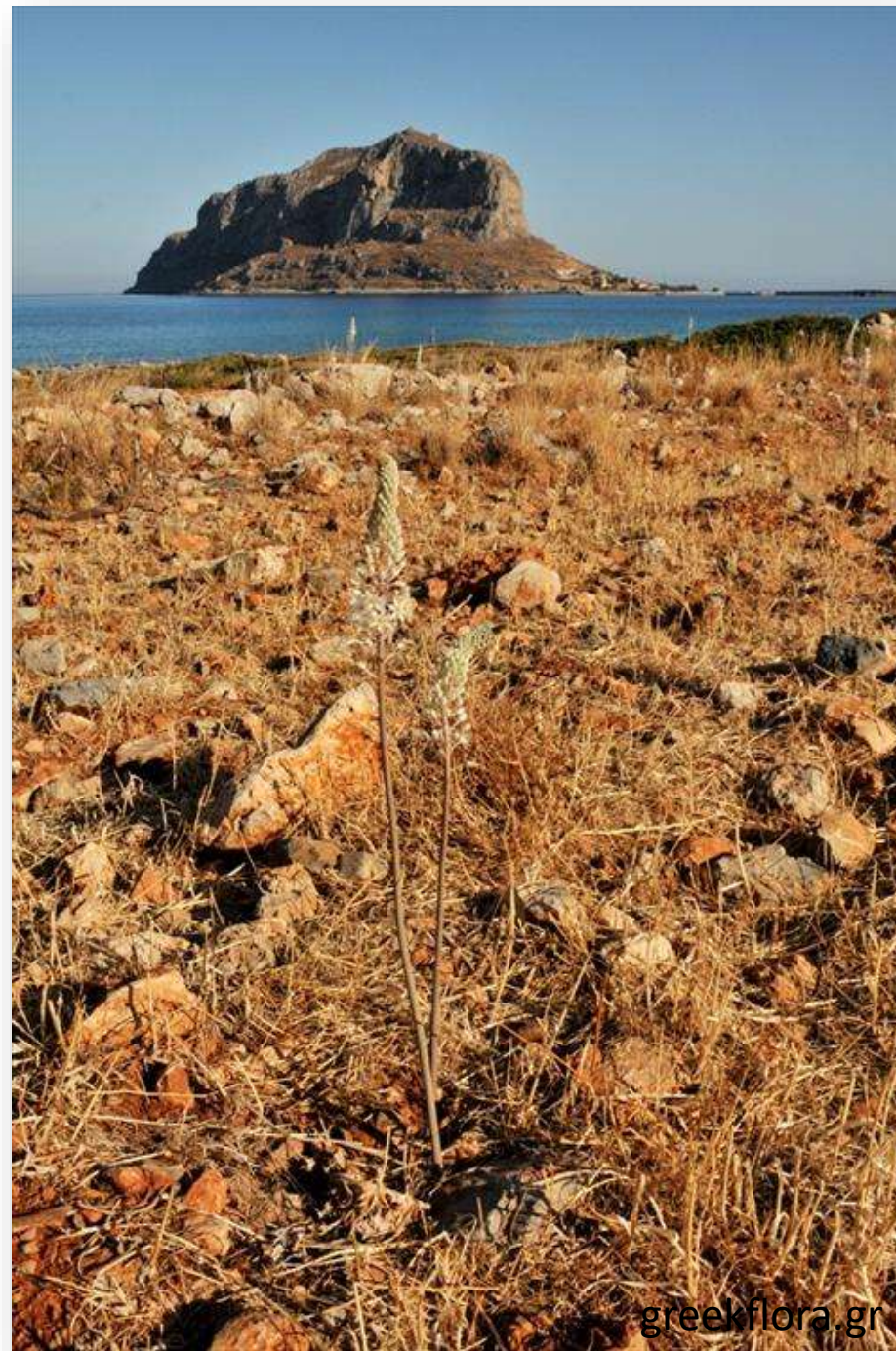


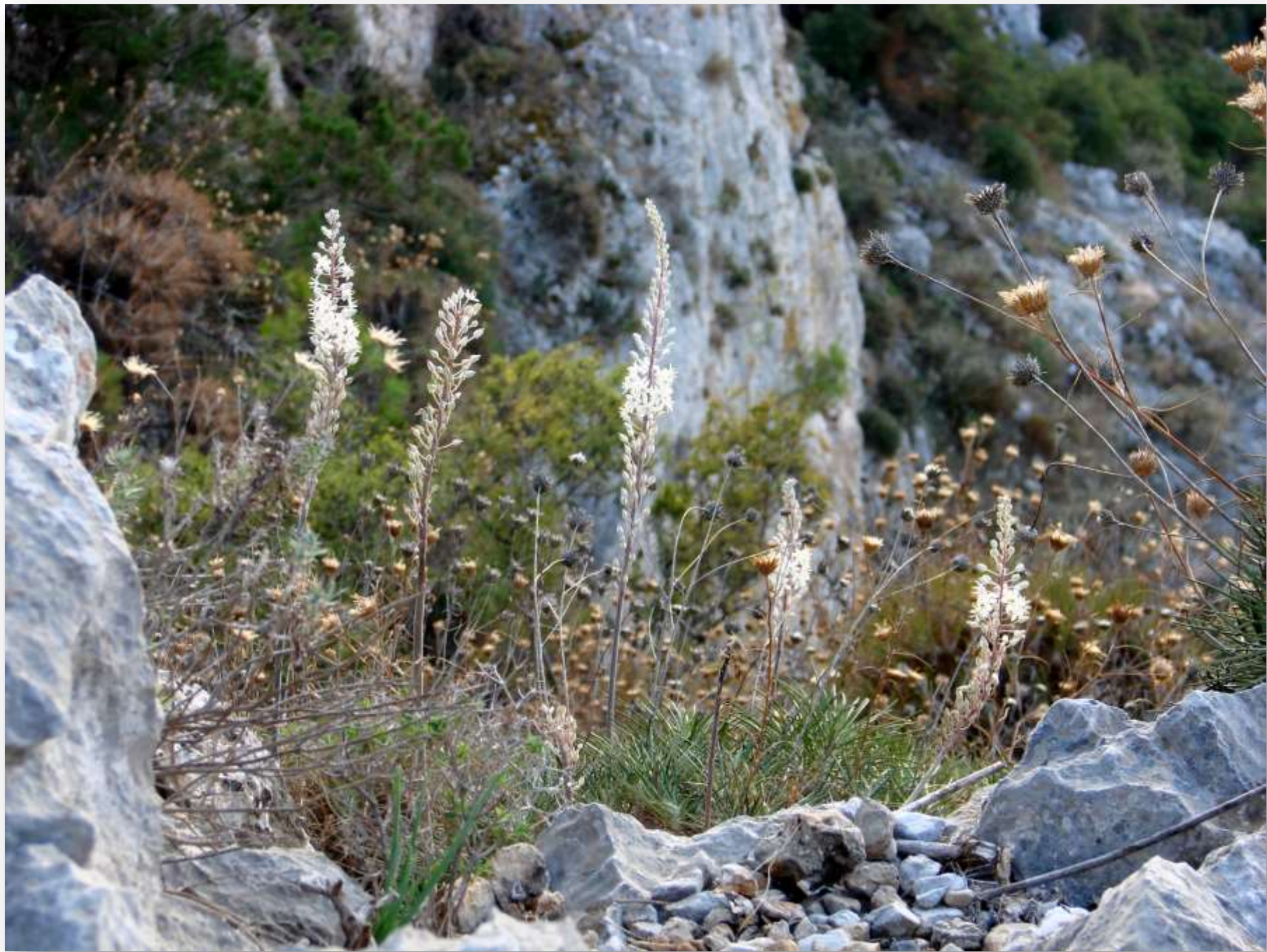


kimolistes.com









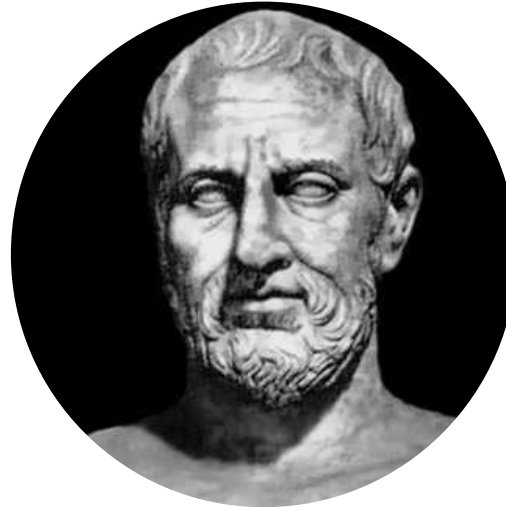


Σκίλλα

«αλεξητήριον», «αλεξιφάρμακον», «αλεξίκακον»



Πυθαγόρας ο Σάμιος
(580 - 496 π.Χ.)



Θεόφραστος
(372/1 - 287/6 π.Χ.)



Διοσκουρίδης
(40 - 90 μ.Χ.)



Από την αρχαιότητα ο τεμαχισμένος βολβός της σκίλλας ανακατεμένος με πίτουρο, χρησιμοποιείτο εναντίον των τρωκτικών.

Τα τρωκτικά είναι τα μόνα που δηλητηριάζονται εν αντιθέσει με άλλα ζώα που κάνουν εμετό και έτσι προφυλάσσονται.



Ιπποκράτης: «Ο Πατέρας της Ιατρικής»

Κως, 460 π.Χ. – Λάρισα, 377 π.Χ.

ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ ΤΗΝ «ΣΚΙΛΛΑ» :

ως
αποχρεμπτικό

ως εμετικό

ως
καρδιοτονωτικό

για αντιμετώπιση
τραυμάτων και
εγκαυμάτων

ως μαλακτικό των
τραυμάτων και για
βελτίωση της όψης
των ουλών

εναντίον της
σκλήρυνσης του
στομίου του
τραχήλου της
μήτρας

Ο πάπυρος του Ebers που χρονολογείται από το 1500 π.Χ. , είναι το πρώτο διαθέσιμο έγγραφο σχετικά με την σκίλλα στην Αίγυπτο.

Οι κύριες παραδοσιακές θεραπευτικές χρήσεις του φυτού από την αρχαιότητα περιλαμβάνουν υδρωπικία, βήχα και αναπνευστικές παθήσεις, ίκτερο, δερματικά προβλήματα, λέπρα, πονοκεφάλους, γαστρικές διαταραχές, τον καρκίνο, την επιληψία, τον πόνο στις αρθρώσεις και τη χρήση ως αντίδοτο. Αργότερα η σκίλλα χορηγείτο κυρίως ως διουρητικό και αποχρεμπτικό.

Στην Ινδία έχει χρησιμοποιηθεί επίσης τοπικά στα μαλλιά ως τονωτικό, ενάντια στην πιτυρίδα και τη σμηγματόρροια.



Ο πρώτος καρδιοτονωτικός γλυκοσίδης που απομονώθηκε από το φυτό είναι η σκιλλαρένη Α (από τον Stoll το 1933).

Ανήκει στους βουφαδιενολίδες που μειώνουν την αρτηριακή πίεση επί υπερτάσεως, αυξάνουν την ροή του αίματος σε αδύνατη καρδιά και δρουν σαν διουρητικά και μειώνοντας το οίδημα.

Εκχυλίσματα και ενώσεις που απομονώνονται από είδη του γένους *Drimia* έχουν αντιμικροβιακή, αντιμυκητιακή, αντι-ιική, αντιοξειδωτική, αντιφλεγμονώδη και εντομοκτόνο δράση.



Punica granatum – κν. ροδιά

Μικρό φυλλοβόλο δένδρο

ροιιά, ρόα, σίδη των αρχαίων

Οι καλύτερες ροδιές φύτευαν στην Καρχηδόνα (punica).



oreinomeli.wordpress.com/

Την καλλιεργούσαν στους κήπους του βασιλιά των Φαιάκων Αλκίνοου.

Η καλλιέργειά της είναι αρχαιότερη της αμυγδαλιάς και της βερικοκιάς και σύγχρονη με την καλλιέργεια της ελιάς, του αμπελιού και της συκιάς.

Σύμβολο τη γονιμότητας και της αγάπης.

Αφιερωμένη στη θεά Ήρα, προστάτρια του γάμου.

Ρόδι έδωσε ο Πάρις στην Αφροδίτη.



Κωσταντίνα Μπολιεράκη,
Punica granatum



Όταν ο Δίας διέταξε τον Πλούτωνα να επιστρέψει στην μητέρα της την Περσεφόνη, που την είχε απαγάγει, εκείνος έδωσε στην Περσεφόνη να φάει ένα ρόδι. Αν η κοπέλα κατανάλωνε τροφή στον Κάτω Κόσμο, θα δενόταν μαζί του και δεν θα μπορούσε να φύγει. Η Περσεφόνη, έφαγε έξι σπόρια και ο Δίας πρότεινε ένα συμβιβασμό: για κάθε σπόρο που έφαγε, η Περσεφόνη θα έμενε και ένα μήνα στον Άδη. Έτσι η κοπέλα θα περνούσε το μισό χρόνο δίπλα στην μητέρα της και τον άλλο μισό με τον Πλούτωνα.....

ΜΗΠΩΣ ΓΙΑ ΑΥΤΟ ΤΑ ΒΑΖΟΥΜΕ ΣΤΑ ΚΟΛΥΒΑ;



Ιπποκράτης: «Ο Πατέρας της Ιατρικής»

Κως, 460 π.Χ. – Λάρισα, 377 π.Χ.

ΘΕΩΡΟΥΣΕ ΤΟΝ ΚΑΡΠΟ ΤΗΣ ΔΥΝΑΜΩΤΙΚΟ, ΤΟΝ ΧΥΛΟ ΤΗΣ ΕΥΚΟΙΛΙΟ
ΚΑΙ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΗΣΕ ΤΗΝ «ΡΟΙΑ», «ΡΟΑ», «ΣΙΔΗ» :

σε οιδήματα
τραυμάτων και
φλεγμονές των
γύρω χώρων τους,
για καθαρισμό
τους (φύλλα)

για καθαρισμό
παλαιών και νέων
τραυμάτων,
τραυμάτων
κεφαλής και
αυτιών (σίδιον)

ως αιμοστατικό
της μήτρας

σε πλήρη
πρόπτωση
μήτρας
(καρπός)

σε πρόπτωση
του ορθού
(σίδιον)

ως αντιεμετικό



Ikariaki.gr

Το ρόδι περιέχει μέταλλα, ταννίνες, βιταμίνες C και B, κιτρικό οξύ και κιτρικό νάτριο.



Παραδοσιακές φαρμακευτικές χρήσεις

- ο χυμός ροδιού αποτοξινωτικός και αντιοξειδωτικός
- ο χυμός ροδιού ανακουφίζει από στομαχικές διαταραχές και την ενόχληση που δημιουργούν τα αέρια
- ο χυμός ροδιού μειώνει τη δίψα
- ο χυμός ροδιάς καταπραΰνει φλεγμονές
- τονωτικό το αφέψημα των φύλλων
- καθαρτικός ο φλοιός της ροδιάς (βοηθά για την ταινία των εντέρων: τα αλκαλοειδή που περιέχει προκαλούν την απαγκίστρωση των σκωλήκων από τα τοιχώματα των εντέρων)
- αφέψημα φλοιού είναι στυπτικό (για την διάρροια), τονωτικό, βοηθά στη διαύγεια του πνεύματος



Κοσμητολογία

- εμφανίζει αντιοξειδωτική, αντιφλεγμονώδη και ενυδατική δράση
- χρησιμοποιείται σε αντηλιακά προϊόντα
- αλοιφή από άνθη και φλοιούς εξαλείφει ρυτίδες και κηλίδες από έκθεση στον ήλιο



Σύγχρονες χρήσεις

Τα άνθη και ο φλοιός χρησιμοποιούνται στη βυρσοδεψία και στη χρωματουργία. Τα σπέρματα τρώγονται νωπά μόνα, με προσθήκη ζάχαρης ή ποτού. Καλύτερα να στύβονται και να πίνονται.

Από το χυμό τους παρασκευάζονται ποτά και σιρόπια.





Λένε πως τον είπαν βασιλικό, γιατί, λόγω των ιδιοτήτων του, είναι φυτό για βασιλιάδες, ή είναι ο βασιλιάς των φυτών.

Σύμφωνα με τη Χριστιανική παράδοση, η Αγία Ελένη ανακάλυψε τον Τίμιο Σταυρό στην Ιερουσαλήμ, εξαιτίας ενός βασιλικού που φύτρωνε εκεί και αρωμάτιζε τον χώρο.

Από τότε ο βασιλικός συμμετέχει σε διάφορες τελετές της χριστιανικής λατρείας, όπως στην ιεροτελεστία του Αγιασμού.

Ocimum basilicum (βασιλικός)

Είναι ποώδες αρωματικό τροπικό – υποτροπικό φυτό, που οι αρχαίοι Έλληνες το γνώριζαν και το έλεγαν «Ὠκιμον».





Ιπποκράτης: «Ο Πατέρας της Ιατρικής»

Κως, 460 π.Χ. – Λάρισα, 377 π.Χ.

ΘΕΩΡΟΥΣΕ ΤΟ «ΩΚΙΜΟΝ» ΥΓΡΟ, ΨΥΧΡΟ, ΚΑΛΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ
ΚΑΙ ΤΟ ΧΡΗΣΙΜΟΠΟΙΟΥΣΕ :

ως
αντιδιαρροϊκό

ως αντιεμετικό

για την
αντιμετώπιση
της φθίσης

για την ύγρυνση
της κοιλιάς του
αρρώστου και
για την τόνωσή
του μετά την
αρρώστια

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΕΣ ΧΡΗΣΕΙΣ

Από την αρχαιότητα θεωρείται ωφέλιμο για τις παθήσεις του σπλήνα, τη χρόνια ηπατίτιδα, την ψαμμίαση και ως αντίδοτο δηλητηρίων.

Το συμπυκνωμένο αφέψημα είναι καλό για πλύσεις του στόματος σε περιπτώσεις άφθας.

Το έγχυμα των σπερμάτων δρα μαλακτικά επειδή περιέχει μεγάλες ποσότητες βλέννας και ενδείκνυται σε νεφρίτιδες και σε γονοκοκκική ουρηθρίτιδα.

Το αιθέριο έλαιο έχει αντισπασμωδικές ιδιότητες, οπότε είναι χρήσιμο σε νευρώσεις, ωστόσο σε μεγάλες δόσεις έχει ναρκωτική δράση. Αντισπασμωδικές ιδιότητες έχει και το έγχυμα του φυτού που είναι ευστόμαχο και μετά το φαγητό βοηθά σε περιπτώσεις νευρικής δυσπεψίας και ηρεμεί τους γαστρικούς σπασμούς. Συνιστάται σε νευρασθένεια που συνδέεται με άγχος, στρες, νευρική αϋπνία και γαστροπάθεια. Προτείνεται σε ημικρανία, ατονία του γαστρεντερικού, κατά των ιλίγγων, των τυμπανισμών, των κολικών, του βήχα, της στηθάγχης, στο κοινό κρυολόγημα και τον κοκκύτη, ενώ είναι και γαλακταγωγό, όπως και το αφέψημα.

ΚΥΡΙΟΤΕΡΕΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΕΣ ΧΡΗΣΕΙΣ

Γνωστό από την αρχαιότητα ως τονωτικό και χωνευτικό ρόφημα, με ευεργετικές ιδιότητες τόσο για το γαστρεντερικό, όσο και για το νευρικό σύστημα.

ΙΔΙΑΙΤΕΡΑ ΤΟΝΩΤΙΚΟ ΤΟΥ ΠΝΕΥΜΑΤΟΣ – ΑΝΤΙΣΠΑΣΜΩΔΙΚΟ ΓΙΑΥΤΟ ΚΑΙ ΜΕ ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΓΑΣΤΡΕΝΤΕΡΙΚΟ ΚΑΙ ΝΕΥΡΙΚΟ ΣΥΣΤΗΜΑ. Μάλιστα σύγχρονες μελέτες αποδεικνύουν την σημαντική δράση του βασιλικού ενάντια στην νευροεκφύλιση!

Στην Ελλάδα χρησιμοποιείται από τον λαό συνήθως μαζί με κρασί ως τονωτικό και χωνευτικό. Σε σαλάτες ως άρτυμα βοηθά στη δυσκοιλιότητα ιδιαίτερα μαζί με το ελαιόλαδο.



Βασιλικός

Συχνά τον φυτεύουν ανάμεσα στα λαχανικά.

Είναι ο γιατρός τους: διώχνει τους εχθρούς τους και εκκρίνει ουσίες που τα θεραπεύουν.

Αλλά επιπλέον, με την όμορφη μυρωδιά του και το νέκταρ του ελκύει τις μέλισσες κι έτσι τα λαχανικά καρπίζουν και παίρνουμε νόστιμους καρπούς.

Βασιλικός : Άλλες χρήσεις

Καλλωπιστικό φυτό, κυρίως το καλοκαίρι, προσφέρει το ευχάριστο άρωμά του στον χώρο και ταυτόχρονα διώχνει τα ενοχλητικά έντομα.

Χρησιμοποιείται ως άρτυμα σε πολλές συνταγές. Κύριο συστατικό της σάλτσας ζυμαρικών pesto των Ιταλών, αλλά και άλλων σαλτσών.

Η πλατύφυλλη ποικιλία είναι η καταλληλότερη και για μαγειρική χρήση.

Χρησιμοποιείται και στη βιομηχανία τροφίμων.

Το αιθέριο έλαιό του συμμετέχει σε εντομοαπωθητικά σκευάσματα και σε αρώματα.



Σας ευχαριστώ!
Καλές γιορτές!