

Μερικά από τα φαρμακευτικά φυτά και βότανα της Ελλάδας

Τα πρώτα φάρμακα που χρησιμοποίησε ο άνθρωπος ήταν τα φυτά. Στην αρχή τα έτρωγε όπως φυτρώναν, χωρίς να τα επεξεργαστεί, στη συνέχεια όμως παρασκεύασε, συνδύασε και χρησιμοποίησε με διάφορους τρόπους ό,τι του πρόσφερε απλόχερα η φύση. Πολλοί είναι οι αρχαίοι Έλληνες που έγραψαν για τις ιδιότητες των φυτών. Ανάμεσα σ' αυτούς και ο «πατέρας» της σύγχρονης βοτανολογίας, ο Θεόφραστος. Επίσης γιατροί σαν τον Ιπποκράτη ή τον Γαληνό αναφέρουν φυτά με φαρμακευτικές ιδιότητες. Άλλα συγγράμματα σχετικά με τα φυτά και τις ιδιότητές τους οφείλουμε στους Πλίνιο, Παράκελσο, Διοσκορίδη. Αναφορές σε φυτά έχουμε όμως και στα κείμενα των αρχαίων συγγραφέων που τα μνημονεύουν περιστασιακά (Ομηρος, Ηρόδοτος, Παυσανίας, Πλίνιος κ.ά.).

Τον Μεσαίωνα, πολλά από τα συγγράμματα των αρχαίων αντιγράφονται και συνεχίζουν να χρησιμοποιούνται, όπως αυτό του Διοσκορίδη του Πεδάνιου — Έλληνα γιατρού και φαρμακολόγου που πέθανε το 79 μ.Χ. —, που τιτλοφορείται «Περὶ ιατρικῆς ύλης¹». Το έργο του Διοσκορίδη μεταφράστηκε τον Μεσαίωνα και στα αραβικά.

Κατά την τουρκοκρατία, η βοτανολογία έγινε εμπειρική. Οι γνώσεις περνούσαν από στόμα σε στόμα κι από γενιά σε γενιά. Το βοτάνι ήταν τόσο φαρμακευτικό όσο και μαγικό.

Στους νεότερους χρόνους, γνωστοί είναι οι βικογιατροί και οι κομπογιαννίτες, που μαζεύαν βότανα στο φαράγγι του Βίκου, κοντά στα Γιάννενα. Με τα χρόνια όμως, ο όρος κομπογιαννίτης έφτασε να σημαίνει απατεώνας, κι αυτό, ίσως γιατί οι κομπογιαννίτες έπαψαν να ασκούν τη φαρμακευτική καλά όπως άλλοτε, αλλά ίσως και επειδή η χημική φαρμακευτική έκανε μεγάλες προόδους και ο κόδιμος έπαψε να εμπιστεύεται τα βοτάνια.

Σήμερα βλέπουμε μια νέα στροφή προς τη φύση, σήμερα που κοντεύει να είναι αργά, μιας και η κάθε μορφής ρύπανση έχει «χαλάσει» τον πλανήτη μας². Παρ' όλα αυτά, η φύση συνεχίζει να μας προσφέρει τις ευεργετικές της δυνάμεις, κι αυτός είναι ο λόγος που πρέπει να τη σεβόμαστε. Δεν πρέπει να ξερριζώνουμε ή να κόβουμε φυτά χωρίς λόγο, γιατί έτσι εμποδίζουμε τον πολλαπλασιασμό τους. Πόσες φορές δε θέλουμε άνθη που έκοψαν εκδρομείς, πεταμένα στο δρόμο, γιατί μέχρι να φτάσουν στην πόλη, καταχωνιασμένα στη ζέστη του αυτοκινήτου, μαράθηκαν; Όταν κόβουμε ένα λουλούδι, πρέπει να συνειδητοποιούμε πώς κόβουμε κάτι το ζωντανό. Πόσον καιρό θα κρατήσει στο βάζο μας; τι θα μας προσφέρει κομμένο και τι θα μας προσφέρει ως ζωντανό φυτό;

Πολλά βιθλία σχετικά με τα βότανα έχουν κυκλοφορήσει τα τελευταία χρόνια τόσο στο εξωτερικό όσο και στην Ελλάδα³. Εδώ θα αναφερθούμε μοναχά στα πιο κοινά βοτάνια⁴, κι ας μην ξεχάμε πως η φύση μας προσφέρει όλα τα καλά, φτάνει να ξέρουμε να τα χρησιμοποιούμε με σύνεση, γιατί «η δόση (ποσότητα) κάνει το φάρμακο δηλητήριο». Έτσι ένα βότανο σε μικρή ποσότητα έχει φαρμακευτικές ιδιότητες, ενώ σε υπερβολική δόση μπορεί να επιφέρει και το θάνατο⁵.



Μπελαντόνα,

Στην αρχαιότητα ήταν γνωστές οι ψυχοδηλωτικές ιδιότητες διάφορων φυτών που χρησιμοποιούνταν από τους μάντεις (η Πυθία των Δελφών) ή δίνονταν στους μόστες (Ελευσίνια Μυστήρια) και στους πιστούς (Νεκρομαντείο του Αχέροντα, βλ. Αρχαιολογία 11, Μάιος 1984). Μια επιλογή από τα πιο γνωστά φαρμακευτικά φυτά που δριάκονταν στον ελληνικό χώρο είναι:

1. Μπελανόνα, Ατρόποντα, η Ευβολεία (Atriplex Bellidonnia). Είναι φυτό αυτοφυές των ορεινών περιοχών του τόπου μας. Φυτώνται σε μέρη σκιερά και σε χώμα αργιλιώδες. Το ύψος της μπελανόντας φτάνει το 1,5 μ. Έχει δυοσέπετη μωραΐδα. Τα φύλλα της δηγίνουν αντικριτά και είναι πλατιά σε σχήμα αγκυρά. Τα άνθη της είναι σαν κεράσια. Ο καρπός της είναι σαν κεράσι μύρου. Είναι πολύ κοινό φυτό. Ιδιαίτερα ο καρπός του. Χρησιμοποιήθηκε και συνεχίζεται να χρησιμοποιείται στη φαρμακευτική, γιατί περιέχει ατροπίνη και χορηγείται σε περιπτώσεις που χρειάζονται αναλγητικά-αντισπασμούμικα, σε περιπτώσεις κυλικών, κοκκύτη, υπερχλωροδρίας, παράληψης της ιριδάς και πάρκινον. Ως ψευδοιατρογόνο, η ατροπίνη δρά προκαλώντας ψευδαιθήσεις σπικές, παραλήρημα, απορροσαντολισμό, και μπορεί να επιφέρει, σε μεγάλη δόση, και το θάνατο.

2. Μπελέλες, Υοσκάμος ο Μάυρος, Γλυκύμαρος, Γιατρός (*Hysoscyamus Niger*). Φυτώνεται σε όλη την Ελλάδα, το ύψος του φτάνει τα 60 εκ. Τα φύλλα του είναι αιγυολωτά ή μακρούλα με λοβούς. Τα άνθη του είναι σαν διλοβες κάμουλες γεμάτες γκριζούς σπόρους. Οι διλοβες ιδιότητές του φυτού αυτού είναι ίδιες με της μπελανόνας. Η αρχαία του ονομασία, ως θόστον του Απόλλωνα, δείχνει πως η πιθανώς να το χρησιμοποιούσαν η Πυθία στην Απόλλωνία μαντική.

Το δύνον σε περιπτώσεις εγκεφαλικών παθήσεων και σε επιληφία.

3. Μανδραγόρας, Αρκάνθρωπος, Καλανθρώπος (*Mandragora Officinalis*). Φυτώνεται σε πολλά μέρη της Ελλάδας, όπως η Πελοπόννησος, η Στερεά Ελλάδα, η Θεσσαλία και τα νησιά. Τα φύλλα του είναι αιγυολωτά, μπετέρα στηράκη. Δεν έχει σχέδιον καθόδου στέλεχος καθώς στην άνθη φυτώντων στο κέντρο του ρόδακον που σηματίζουν τα φύλλα. Μοιάζουν με καμπανάκια και το χρώμα τους είναι ροζ, λευκό, μωβ ή γαλαζίο. Ο καρπός μοιάζει με μικρό μήλο. Το σχήμα της ρίζας του, που είναι διχαλωτή και μοιάζει με ανθρώπινο

σώμα, το Μεσσαίωνα ακαλίζονταν για να γίνει φυλαχτό. Ο μανδραγόρας ήταν συνδεδεμένος με δειαδιαμόνιες και μαγείες, γιατί οι ψευδασθησιογόνες ιδιότητές του και το σχήμα της ρίζας του τρομάζαν τους ανθρώπους;

4. Ντάστουλα, Βρωμόχορτο, Ντατούρα, Στραμώνιο, Ντατούρα (*Datura Stramonium*). Είναι αυτοφυής και τη συναντάμε σε πολλά μέρη της Ελλάδας. Το ύψος της φτάνει το 1 μ. Έχει φύλλα μεγάλα, σχιστά, με πολλούς λοβούς που φυτρώνουν αντικριστά. Η μωραΐδα της είναι δυοσέπετη. Τα άνθη του φυτού μοιάζουν με λευκά χνιάνια. Οι καρποί είναι αιγουλωτοί και αιγακωτούς και περιλέγουν μαύρους σπόρους. Τα φύλλα και οι σπόροι χρησιμοποιούνται για κάπνισμα και προκαλούν έχχωμας φευδαιθήσεις, σπασμούς, ιλιγγους και μπορεί να οδηγήσουν μέχρι και στο θάνατο. Είναι το χόρτο που κατά τη θεσαυρική παράδοση χρησιμοποιούνταν με μάρτυρα (πολλές μικρές αρκεδείς ριγές κολλημένες μαζί, σαν μπαλίτσα). Το φυτό αυτό ωθείται από τους αρχαίους χρόνους ως ευεργετικό κατά της άσναμίας. Χρησιμοποιείται κυρίως σε περιπτώσεις αναμίας.

5. Ινδική κάνναβη (*Cannabis Indica*). Ο ήρόδοτος αναφέρει πως οι Σκύθες χρέωνται επιστένοντας ταν καπνό της. Για τη φαρμακευτικές του ιδιότητες αναφέρει το φυτό αυτό και ο Διοσκορίδης, ενώ ο Γαληνός το μνημονεύει ως αιφροδισιακό και πρεμοτικό. Το κανναβόυριο δεν είναι αυτοφύες φυτό της Ελλάδας. Φτάνει το 1,5 μ. τα φύλλα του είναι δαντελωτά και τα λουλούδια του, μικρά και ασπριδέρα, δηγίνουν στην κορυφή των κλαδίνων σαν στάχα.

6. Παπαρούνα Οπιού, Μήκων η Υπνοφόρος (*Papaver Somniferum*). Είναι αυτοφυής και τη συναντάμε σε πολλά μέρη της Ελλάδας, συχνά σε σκουπιδόποτους. Το ύψος του φυτού φτάνει τα 60-100 εκ. Τα φύλλα του φυτώντων από τη ρίζα σε σχήμα ρόδακα, μερικά πάνους και το λευκάριο του λουλουδιού. Είναι γκριζόπρασια, αιγυολωτά και οδωπάντα ή δαντελωτά. Τα άνθη μεγάλα, με διάμετρο 10-18 εκ., είναι λευκοί ή μωβ, τα πέταλα στη βάση τους γίνονται μαύρα. Υπάρχουν δύοφορες παπαραλέγες καλλιεργημένης παπαρούνας οπιού.

Ο καρπός, πριν ωριμάσει, περιέχει διάφορα αιλακούδετη γνωστά με την ονομασία «όπιο» και στα οποία περιέχονται η μορφίνη, η κοδεΐνη κ.ά. Αναπαραστάσεις καρπού της παπαρούνας έχουμε από τη προϊστορικά χρόνια. Το ναρκωτικό προϊόν της παπαρούνας βρίσκεται στον καρπό, τον οποίο χαράζουν. Τα γάλα που δηγίνει από τις χαράξεις, επεξεργασμένο, δίνει προΐόντα που μασάνει ή που καπνίζουν¹⁰. Η κοινή παπαρούνα, αυτή που φτιάχνεται στους ελληνικούς αγρούς

(*Papaver Rhoeas*), περιέχει και αυτή αιλακούδετη κ.ά., αλλά όχι μωραΐνη. Οι Άραβες τάιζαν μ' αυτήν τα άλογα τους γιατί τα έκανε πιο υευρικά. Στη Μικρά Ασία οι γυναίκες χρησιμοποιούσαν και τις δύο παραλλαγές για κατευναστικό των μικρών τους παιδιών.

7. Βατομούριά, Χαμαίθοτος (*Rubus Fruticosus*). Είναι αυτοφυές φυτό που συναντάμε στην άκρη των δρόμων, σε φράξτες και στα δάση όλης της Ελλάδας. Θάμνος με μωκιά αγκαθωτά κλαδά που γέρνουν προς τα κάτω, με φύλλα που χωρίζονται σε τρία φυλλαρία, βγάζει ασπρορόδινα άνθη και καρπούς που μοιάζουν με μάρτυρα (πολλές μικρές αρκεδείς ριγές κολλημένες μαζί, σαν μπαλίτσα). Το φυτό αυτό ωθείται από τους αρχαίους χρόνους ως ευεργετικό κατά της άσναμίας. Χρησιμοποιείται κυρίως σε περιπτώσεις αναμίας.

8. Λάστα, Κολταΐδιο (*Arctium Lappa*). Το φυτό αυτό φυτρώνει παντού. Το ύψος του φτάνει το 1 μέτρο. Τα φύλλα του είναι ωσειδή, λεία, πράσινα. Τα άνθη του είναι σφαιρικά, αγκαθωτά, με χρώμα κοκκινώδη. Στην αρχαιότητα χρησιμοποιούσαν τη λάσπη για τα αρθρίτικά και τα έλκη.

9. Χαροκέυκι, Βήχιο το κάρχαρον (*Tussilago Farfara*). Το φυτό αυτό φυτρώνει παντού. Το ύψος του φτάνει το 1 μέτρο. Τα φύλλα του είναι ωσειδή, λεία, πράσινα. Τα άνθη του είναι σφαιρικά, αγκαθωτά, με χρώμα κοκκινώδη. Στην αρχαιότητα χρησιμοποιούσαν τη λάσπη για τα αρθρίτικά και τα έλκη.

10. Στομαχόθανο, Πόλιο (*Teucrium Polium*). Το φυτό αυτό, που συναντάμε σε όλη την Ελλάδα, σε ορεινές, υγρές αλλά ήλιοσυστες περιοχές. Έχει ριζώμα και τα άνθη του μοιάζουν με μικρές κίτρινες μαργαρίτες με πολύ λεπτά πέταλα, που δρισκούνται στην κορφή θλαστών 10-20 εκ. Μετά την άνθιση φυτρώνουν τα φύλλα του φυτού που μοιάζουν με τα φύλλα του κισσού, αλλά ενώ η επάνω τους επιφάνεια είναι πράσινη, η κάτω είναι γκριζά και χνουδωτή. Το ονόμα του φυτού (θήριο) δηλώνει και την ιδιότητά του ως αντιθηκικού και καταρρυπτικού.

11. Στομαχόθανο, Πόλιο (*Teucrium Polium*). Το φυτό αυτό, που συναντάμε σε όλη την Ελλάδα, είναι ύφους που φτάνει τα 30 εκ. Τα πικάντικά κλαδά του τα κάνουν να μοιάζουν με θάμνο. Έχει μικρά αντικριστά, πυκνά και χνουδωτά σταχτοπράσινα φύλλαράκια και άνθη ασπρορόδινα στην κορφή των θλαστών. Τα πέταλα τους είναι ενωμένα σα αωλήνας και χωρίζουν στην άκρη σε δύο χειλί. Οι αρχαίοι αναφέρουν πως είχαν ιδιότητες — θεραπεύει τις φλογώσεις στομάχου και εντέρων — έχει και την ιδιότητα να δώκει τους σπάρους από τα ρούχα.

12. Βουνόκεντρο, Βένι, Αρκευθός (*Juniperus Communis*). Θάμνος ή μικρό δέντρο των ορεινών περιοχών



Μπελέλες



Μανδραγόρας



Ντατουλά



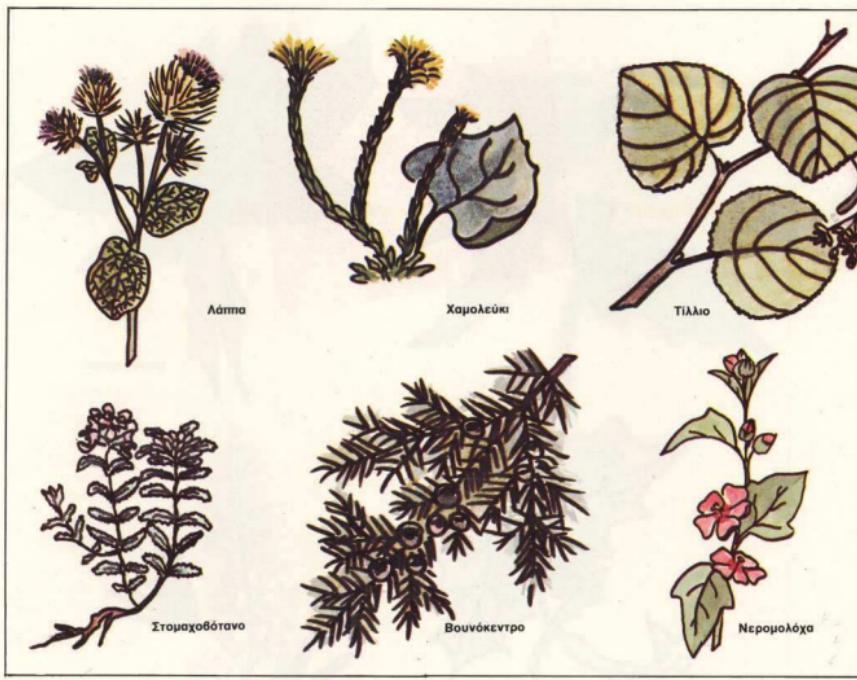
Ινδική Κάνναβη



Παπαρούνα Όπου



Βατόμουριό



της Ελλάδας, το μεγαλύτερό του ύψος στον τόπο μας φτάνει τα 4 μ. Συχνά συναντάμε το βουνόκεντρο να έρπει στο έδαφος. Το φυτό αυτό έχει φύλλα γραμμωτεΐδη — σκληρά και μιτερά σα βελόνες. Οι καρποί του είναι οφαίρικοι, μώριοι και μικροί. Φύλλα και καρποί χρησιμοποιούνται για την καταπολέμηση της ανορεξίας, της κόπωσης του οργανισμού και της ισχυραγίας.

12. Τίλλιο, Φλαμούρι, Φλύρα, Σφεντόμητος (Tilia). Το δέντρο αυτό, που στην άγρια μορφή του φυτρώνει στα βόρεια δάση, στην υπόλοιπη χώρα καλλιεργείται. Το ύψος φτάνει τα 20 μ. Τα φύλλα του είναι ασύμμετρα, καρδιόδοχημά. Τα άνθη του έχουν χώρα υποκίτρινο και φυτρώνουν σα μπουκετάκια, πολλά μαζί, με κοινό κοτάδιν. Το οποίο είναι συνδεδεμένο με ένα στενόμακρο φύλλο. Παλιά χρησιμοποιούσαν το τίλλιο για όλες τις αρρώστιες. Ήμερα το δίνουν σε περιπτώσεις κρυολογήματος, αυπνίας, ιδρυσαγίας, ρευματισμών, ουρίας, διαθήη κ.ά.

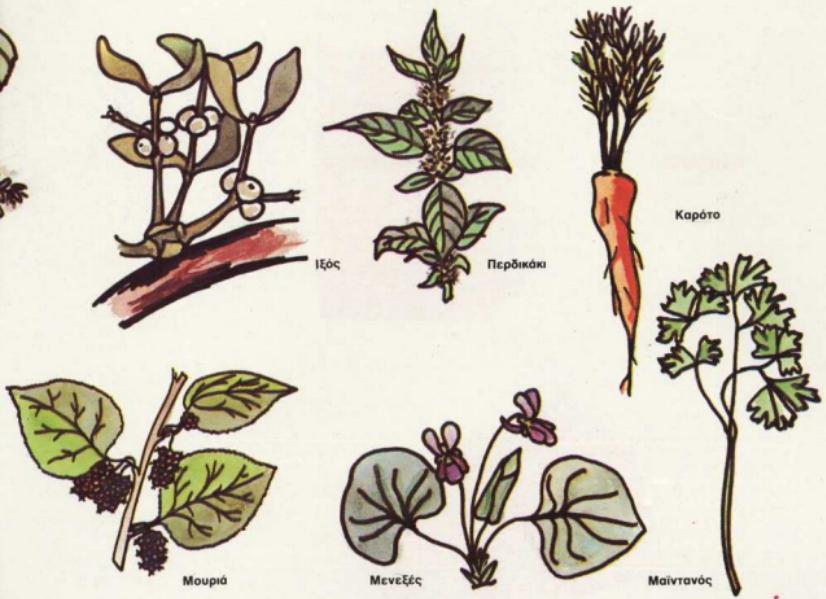
13. Νερομολόχα, Αλθαία, Εθίσικος (Althaea Officinalis). Το φυτό αυτό το βρίσκουμε σε όλη την Ελλάδα. Εμφανίζεται με έναν ή περισσότερους άλσαστούς. Τα φύλλα του είναι καρδιόδοχημά, λοβωτά, με περιφέρεια οδοντωτή. Τα άνθη του έχουν 5 πέταλα και το χρώμα τους είναι συνήθως ροζ. Είναι εξαιρετικό φυτό για την περιποίηση πονόδαμου, βροχήτιδας, φαρυγγίτιδας, δερματικών φλογώσεων.

14. Ιέρος, Γκυ, Κορδή η μύδα (Viscum Album). Αυτό είναι το γνωστό γκυ, που πουλείται τα Χριστούγεννα μαζί με τα έλατα. Φυτρώνει επάνω στα κλαριά άλλων φυτών σαν παράποτο. Τα φύλλα του είναι στενόμακρα αυγούσλωτά. Φυτρώνουν αντικριστά. Οι καρποί του ίερού είναι ασπρες μικρές μπαλίτσες, μέσα στις οποίες βρίσκεται σπόρος. Είναι γεμάτες με μικρούς καλλώδη-γλωσσιδικούς ουσία (που χρησιμεύεις ως κόλλα για τις έσθετριες). Σημειερα ο ίερος χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις υπέρτασης, ενώ στους αρχαίους χρόνους ήταν φάρ-

μακό κατά της επιληψίας.

15. Μούριά, Συκάμινος (Morus Nigra). Μέχρι τα βυζαντινά χρόνια, στην Ελλάδα υπήρχε μονάχα η μουριά με τα μώρα μουρά. Η απτρουσακινιά ήθελε στον τόπο μας από την Κίνα, μαζί με το μεταβακτικό. Είναι δέντρο που κυρίως καλλιεργείται. Τα φύλλα του είναι ωσειδή-καρδιόδοχημά με οδοντωτή περιφέρεια. Οι καρποί του που απελύονται από πολλές μικρές ρώγες σαρκώδεις, κολλημένες μεταξύ τους. Είναι άριστο φάρμακο για τις αφτρές του στόματος (άφθες) και για τους ερεθίσμους του βλεννογόνου του στόματος γενικά.

16. Περδικάκι (Parietaria Officinalis). Το φυτό αυτό είναι το Παρθένιον ή η Ελένη των αρχαίων. Φυτρώνει σε όλη την Ελλάδα σε σκουπιδόποτους, στην άκρη των δρόμων, σε αυλές σπιτών. Τα φύλλα του είναι ελειπτικά, μιτερά, με λίγο χνουδί στην κάτω επιφάνεια. Τα άνθη του είναι μικρά, πρασινάτα και όγκινους πολλά μαζί στις μασχάλες των φύλλων.



Χρησιμοποιείται κατά των φλογώσεων του δέρματος καθώς και της κυστίτιδας.

17. Μαίντανός, Πετροσέλινο, Ορεισέλινο (*Petroselinum Sativum*). Το φυτό αυτό καλλιεργείται γιατί χρησιμοποιείται πολύ στη μαγειρική. Οι βλαστοί του έχουν υψός που φτάνει τα 60 εκ. Τα φύλλα του χωρίζονται σε πολλά φυλλάρια, που κι αυτά διαιρούνται σε αλλά. Έχουν ώντρο πράσινο χρώμα και χαρακτηριστική μωράδια. Τα άνθη του, μικρά και πρασινοκίτρινα, σχηματίζουν μπουκέτο, σαν ομπρέλα (σκιαδανθή). Οι χρήσεις του είναι ποικιλές ως φαρμακευτικό φυτό: δρα κατά της πέτρας και της μάστου στα νεφρά, της υπέρτασης, της πυρώδους οφθαλμίδιας.

18. Καρότο, Δαύκος το καρότο (*Daucus Carota*). Αν και σημειωτέο καλλιεργείται για τη μαγειρική, υπάρχει στον τόπο μας και άνω. Το καρότο έχει φύλλα σύνθετα χωρισμένα σε πολλούς λοβούς, στενούς. Τα άνθη του είναι λευκορόδινα και σχηματί-

ζουν μπουκετάκια σαν ομπρέλες. Ήταν και είναι σημαντικό φυτό (μαζί με τη ρίζα του) για τις φαρμακευτικές του ιδιότητες: θεραπευει γκακουμάτα, πρημέτα, αρθριτικά, χολή και οδηνάτη όραση.

19. Μενεέξης, Βιολέττα, Ίον (*Viola Odorata*). Μικρό φυτό που αναπτύ κτερύ και την υγρασία. Τα φύλλα του είναι καρδιοσχήματα με περιφέρεια οδοντωτή. Σχηματίζουν ρόδακα, από το κέντρο του οποίου φυτρώνουν τα άνθη σε μαλλούν μικρούν μισχών. Τα άνθη έχουν χρώμα μωβ, με 5 πέταλα, από τα οποία το κατώτερο έχει πλήκτρο (ουρίτα). Η μωριδιά τους είναι εξαιρετικά ευχάριστη: έτοις χρησιμοποιείται και στην αρωματοποιία. Χρησιμοποιείται επίσης σε περιπτώσεις κατάρρου, δρυγκίτιδας, φλόγωσης των πνευμόνων αλλά και των νεφρών.

A. A.

Σημειώσεις

1. Στον ίδιο Διοσκορίδη αποδιδεται και έργο με τίτλο «Περὶ απλῶν φαρμάκων».

2. Το 1918 ιδρύθηκε στη Γαλλία Υπουργική Επιτροπή «για την εκμετάλλευση των φαρμακευτικών και ορματικών φυτών».

3. Στην Ελλάδα υπάρχουν πάνω από 300 είδη φαρμακευτικών φυτών.

4. Για περισσότερες πληροφορίες βλ. Γ. Οικονομόπουλος: Ψυχεδελικά η ψυχοδηλωτικά, Εκδ. Κοινότητα, Αθήνα 1980. Γ. ...ηκας: Φαρμακευτικά φυτά της Ελλάδας, εκδ. Ευστούδιδης, Αθήνα 1979. Ιγν. Ζαχαρόπουλος: Σύγχρονη πλήρης θεραπευτική με τα θώτανα, Εκδ. Ψχαλού, Αθήνα.

5. Τα φαρμακευτικά θώτανα χρησιμοποιούνται με τη μορφή: **αφευμότων**: το φυτό βραστό σε νερό και χρησιμοποιούμε τα ζωμού αυτού, **εγχύμων** (τούβι): καλύπτουμε το φυτό με βραστό νερό και το αφήνουμε λίγη ώρα σε σκεπασμένο δοχείο, κατόπιν χρησιμοποιούμε το ζωμό. **εγβρεγμότων**: μουσκεύουμε το φυτό σε ρυό ή σε ζεστό (όχι βραστό) νερό και το ψήνουμε πολλές ώρες ή και λίγες μέρες: χρησιμοποιούνται και βάμματα κ.α.

6. Στην Κύπρο, βρέθηκαν πίπες της προϊστορικής περιόδου για το κάπνισμα αφινιού.