

Növényünk már az ókori tudósokat is megosztotta abban a kérdésben, hogy mely részét használhatják gyógyításra, és mely részei válhatnak ki súlyos mérgezést, vagy okozhatnak akár halált is. Mindenesetre kevés olyan gyógynövényünk akad, melyhez annyi mítosz, legenda kapcsolódna, mint a szinte elérhetetlen magasságokban, fák ágain gyökerező fagyöngyhöz.

## Félparazita gyógynövény-cserjénk, a fehér fagyöngy



A fehér fagyöngy (*Viscum album L.*) a fagyöngyfélék családjába tartozó félélősködő örökzöld cserje. Népies nevei: madárlép, enyvesbogyó, gyimbor, gyombolyú. Méretére és formájára jellemző, hogy akár az egy méter átmérőjű gömbalakot is elérheti. Félparazita, mert a fejlődésükhöz szükséges szerves anyagokat a többi zöld növényhez hasonlóan saját levelükben és hajtásukban állítják elő, mivel azonban gyökerei nem a földben vannak, a vízhez és az abban oldott tápsókhöz a gazdanövény fatestébe bocsátott szívóhajtásaikkal jutnak hozzá. A fagyöngyfélék családjának több mint ezer faja ismert földünkön, hazánkban viszont csak két fajuk él, a fehér fagyöngy és a fakíntként is elhíresült sárga fagyöngy (*Loranthus europaeus*).

A fehér fagyöngy tavasszal hozza apró szemű, sárgás virágait, fehér színű, ragadós nedvű, borsó méretű bogyótermése októberre érik be. Valószínűleg a levélhóraljban megbúvó szép bogyóiról kapta a fagyöngy elnevezést. Termésének ragadós, gyantás nedvéből régen légyfogót, a madarászok madárfogó lépet készítettek. Bogyóit előszeretettel fogyasztják a madarak, a léprigónak egyik kedvenc tápláléka. Innen kaphatta egyik népies nevét, a madárlépet. A madarak egyébként nagy szerepet játszanak elterjedésükben azáltal, hogy az emészthetetlen magokat ágról ágra széthordják. A csírázásnak induló növény gyökere behatol a gazdanövény kérge alá, és gyorsan fejlődni kezd. Nagyon sok vízre van szüksége, melyet a gazdafá-



tól von el, de túl nagy kárt nem okoz neki. Az örökzöld fenyőkön (jegene-, erdei-, lucfenyő) nem olyan feltűnő a megtelepedése, de ilyenkor, télen a lombjukat lehullató puhafákon szinte díszként pompázik. Bár erről a gazdanövénynek valószínűleg más lehet a véleménye. Megtelepszik a nyár, fűz, hárs, nyír, és a gyertyán páras lombkoronáiban, de kedveli az almafát és a szelídgesztenyét is.

Annak köszönhetően, hogy ég és föld között terem, a történelem során mindig különleges tulajdonsággal, mítoszokkal, legendákkal ruházták fel növényünket. Már az antik és a germán mitológiában is nagy szerep jutott a fagyöngynek. Az arany varázsvesszőt, amellyel Aaneas az alvilág bejáratát megnyitotta, egy fagyöngyből készítették. A druidák, az ősi gallok papjai aranysarlóval metszették le a fagyöngyöt a fákról. Még ma is sok hiedelem él a növény démont lefegyverző és szerencsét hozó erejéről. „Csóknövény” elnevezését az észak-germán mitológiának köszönheti. Baldurt, a béke istenét egy fehér fagyöngyből készült nyíllal meggyilkolták. Mikor szülei, az istenkirály Odin és az istenkirálynő Frigga visszahozták az életbe, a növényt a sze-

Fűben, fában orvosság  
rovatunk megjelenését  
a Mecsek Tea gyártója,  
a Mecsekdrog Kft. támogatta

  
Mecsek Tea  
TERMÉSZETESEN HAT!

www.mecsektea.hu



## Ünnepi élmény a Téli Rege teával

Kóstold meg  
a fahéjas, gyömbéres, szegfűszeges  
Téli Rege teát,  
és megérezed az ünnep hangulatát!

Egy csésze melengető  
Téli Rege tea  
nemcsak különlegesen finom,  
de a benne található gyógynövények  
(csipkebogyó, hársfavirág)  
révén csökkentheti a megfázás tüneteit.

Webáruházunkban is megvásárolható!



relem istenének adták, és elrendelték, hogy bárkinek, aki elmegy egy fa alatt, melyen fagyöngy van, csókot kell kapnia. Angliában szinte elképzelhetetlen a karácsony fagyöngyág nélkül, és ez a szokás nálunk is egyre népszerűbb. A korai keresztények úgy tartották, hogy a fehér fagyöngy Jézus idejében egy szabad, önerejéből élő fa volt, és fájából ácsolták a keresztet. Ennek okán az Isten megbüntette a fát, és élőködésre kárhoztatta. Talán ennek a történetnek köszönheti latin nevét: lignum crucis, azaz a kereszt fája.

Gyógyító erejéről is számos történet látott napvilágot a történelem folyamán. Növényünket a természetgyógyászatban is nagy becsben tartották, és tartják ma is. Hippokratész a lép különféle megbetegedéseire belsőleg használva javasolta, míg a legtöbb ókori orvos (például Dioszkoridész vagy Galenus) azt tanácsolták, hogy a növényt csak külső gyógyításra alkalmazzák a betegek. Az ellentmondást máig nem sikerült feloldani, egyes tudományos szakértők szerint nem mérgező, míg mások kitanaknak emellett, hogy a növény minden részét toxikusnak kell tekinteni. Az igazság valószínűleg valahol a kettő között van.

Az amerikai indián törzsek vetélések előidézésére, valamint a szülés közbeni méhösszehúzó-dások serkentésére használták. A középkori Európában ajánlották epilepsiára, tifuszos lázra, vízkorra, nőgyógyászati panaszokra. A középkor „füves emberei” felkészültek és tapasztaltak lehetek, mert tudták és ismerték, hogy a fehér fagyöngy nagyobb mennyiségben mérgező tulajdonsággal is rendelkezik, éppen ezért

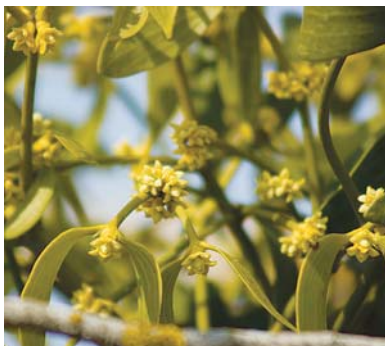
nagy gondot fordítottak a megfelelő adagolásra.

A modern gyógyszerkutatások, laboratóriumi vizsgálatok bizonyították, hogy elődeink sok mindent tudhattak a növény jótékony tulajdonságairól, ugyanakkor tisztában voltak a veszélyeivel is. Ezen kutatások kimutatták, hogy „gyöngyszemünk” igen hatásos gyógyszere az érlemeszedésnek, a magas vérnyomásnak és az ezzel együtt járó szédülésnek. Újabban a fagyöngy hatóanyagát a rákellenes gyógyászatban is eredményesen használják.

A legnagyobb gyógyhatást a nyárfán élőködő fagyöngynek tulajdonítják, melynek szedésére a legideálisabb a márciusi és a november-decemberi időszak. A gyógyászatban a vékony, leveles ágvégeket használják, mérgező bogyói miatt szedése elővigyázatosságot igényel. Az ágacsokak többek között erős hatású fehérjét, flavonoidokat, vérnyomáscsökkentő kolint, szívre ható viszkotoxinproteint is tartalmaznak.

Én több okból is távol tartom magam a fagyöngy gyűjtésétől. Az egyik, hogy felhőkét súroló magasságba kellene felmásznom érte. A másik – ha siker koronázná erőfeszítéseimet, és le tudnék szedni egy nagy gömböt –, hogy a növény megfelelő fogyasztása valóban kiváló hatású, viszont ha túladagoljuk, megmérgezzük szervezetünket. Így hát számomra marad a gyógynövényüzletekben kapható, gondosan ellenőrzött fagyöngy, melynek teáját langyos áztatással készítem, a kísérletezés izgalmát pedig hagyjuk meg a gyógyszeriparnak.

KÉP ÉS SZÖVEG: MÜLLER NÁNDOR



  
Mecsek Tea

TERMÉSZETESEN HAT!  
www.mecsektea.hu