



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Károly Róbert Campus
Kertészettudományi Intézet
Gyógy- és fűszernövények felsőoktatási szakképzési szak

**A Máriatövis (*Silybum marianum* (L.) Gaertn) avagy
Boldogasszony tövise**

Tartalmi kivonat

Belső konzulens:	Dr. Tury Rita egyetemi adjunktus
Belső konzulens intézete/tanszéke:	Környezettudományi Intézet Talajtani Tanszék
Készítette:	Medveczkiné Magos Mónika

Gyöngyös
2024

SZAKMAI ÖSSZEGZÉS

Napjaink egészségtelen életmódjához hozzájárul a környezeti szennyeződés a mozgásszegény életmód, illetve a táplálkozási szokásaink. Az élelmiszerek adalékanyagai és a tartósított élelmiszerek fogyasztása szükségszerűvé teszi a szervezetünk méregtelenítését, amelyre a máriatövis a legjobb választás. A máriatövis több, mint kétezer éve ismert gyógynövényeink közé tartozik, és az emberi szervezetre gyakorolt jótékonyhatását a mai napig alkalmazzák. A még kézzel íródott botanikus könyvek a növény minden részét használták betegégek gyógyítására. Elsősorban emésztőrendszeri problémákat kezeltek vele, de epehajtásra, gyomorgörcsökre, illetve a csecsemők hasfájására jelentett gyógyírt. Megfigyelték, hogy sárgaságra és mérgezések esetén is megoldást jelent a problémákra. A termése gyulladás csökkentő hatását kihasználva mellhártyagyulladást gyógyítottak vele.

Ma már labor vizsgálatok alátámasztják gyógyászati hatását, az orvosok és a gyógyszeripar számára fontos alapanyag a termése. A termés egyedi összetevője a szilimarinnak nevezet flavonoligánok felelősek a gyógyhatásért. Az orvostudomány elsősorban májbetegségek kezelésére alkalmazza, ilyen a májzsugor, zsírmáj, alkohol okozta májkárosodás krónikus májgyulladás, illetve mérgezések kezelésére is alkalmas. A jelenlegi kutatások jó eredménnyel zárulnak különböző gyulladások gyógyítására és tumorelles hatására.

A növény a környezeti változásokat jól viseli, rendkívüli az alkalmazkodó képessége. A sziklás, csapadék és tápanyagszegény területen is fellelhető. A meleg napos területeket kedveli, ezért köves domboldalakon is megfelelően fejlődik. Életképességét jól tükrözi, hogy termesztése után a szabadföldben évekig képes gyomosítani.

Az máriatövis levélerezete mentén kialakult klorofilmentes szövet a növény látványát emeli, ezért gyakran kiskertek díszeként termesztik. Nem igényel sok gondozást, megelégszik azzal, ha növekedésekor öntözzük és a gyomokat eltávolítjuk körülötte. Két fajtája létezik a sárgás fehér-, illetve bíborszínű virágzatú, ami egymás mellé ültetve pazar látványt nyújt.

A nagyüzemi termesztése teljesen gépesíthető, a kevés ápolási munkának köszönhetően gazdaságos. A megfelelő időben végzett talajmunkák hozzájárulnak a termés hozam növekedéséhez. A géppark fejlesztése és működtetése megköveteli a nagyméretű

termőterületet. Humán erőforrást csak a gépek kezelése igényel. Termesztése során a koratavaszi vetésű növények talajművelési rendszerét alkalmazzuk. Helyrevetéséhez gabonavetőgépet, míg betakarításához gabonakombájnt használunk.

Saját részre történő máriatövis palánta nevelése termesztő berendezésben, tőzeggel töltött szaporító ládában zajlott. A magok gyorsan kihajtottak és növekedtek, majd egy hónap elteltével szabadföldbe ültettem. A palántázott máriatövisnek nem voltak tőlevelei vagy tőlevelei magasabban hajtottak ellentétben a helyrevetett növénytől, amelynek alsó levelei a talajfelszínén elterülők. A palánta száron kevesebb volt az elágazás így jelentősen csökkent a virágok száma is. A levelek puhábbak, kevésbé voltak hosszúkásak, harsogatók, tompább élek, kisebb tüskék szegélyezték. A legmagasabb növény csupán 80 cm-t érte el míg a helyrevetett állományé gyakran a két métert is meghaladja. A palántanevelés több kézi munkát igényel, előállítása költséges. A szabadföldbe ültetett palántát gyakran kell öntözni és gyom mentesíteni, ezért több humán erőforrást igényel. Máriatövis palántákat kizárólag dísznövényként érdemes értékesíteni.

A máriatövis termése nagyszerű étolaj alapanyag, a hidegsajtolás az értékes tápanyagait megtartja. A sajtolás gépesített, viszont az alapanyag utánpótlásához és a még üledékes olaj szűrőbe öntéséhez, illetve a melléktermékek kezeléséhez és a késztermék csomagoláshoz emberi erőforrást igényel. A máriatövismag és napraforgómag étolaját összehasonlítottam a boltban kapható finomított étolajokkal. A tapasztalatom az, hogy az üzletek polcain lévő olcsóbb kategóriát képviselő étolajok sem zamatában, illatában, felhasználhatóságában még csak meg sem közelítik a hidegen sajtolt termékek minőségét. A hidegen sajtolt olajjal könnyű sütni, nincs avas íz és aranybarnára sülnek az imádott rántott szeletek, legyen az hús, zöldség vagy sajt. A salátáknak frissességet kölcsönöz, a fűszerek ízvilágát kiválóan kiegészítik. A máriatövis étolaja terápiás célra nem alkalmas, ahogyan a dolgozatomban leírtam a növény legtöbb hatóanyagtartalma a maghéjban található, ami sajtolás során nem vagy nagyon kis mennyiségben kerül bele az olajba. Mégis sokan abban a tudatban vásárolják, hogy a betegségük kezelésére megoldást jelenthet. A máriatövis levele csekély mértékben tartalmaz szilimarint, azonban rossz vízzoldhatósága miatt, teája sem hatékony gyógykezelés céljára.

A hagyományos felhasználása az orvostudománnyal kissé ellentmondó, hiszen évszázadokon át eredményesen kezelték a beteg embereket a máriatövis növény különböző részeivel, levelét teaként, termését örleményként adták. Ebből kifolyólag szükségesek a további

farmakológiai vizsgálatok, hogy mindkét tudományág alátámasztást nyerjen és közös eredményhez juthasson. Addig is bátran fogyasztjuk a máriatövis étrendkiegészítőit, teáit és étolaját.