

ZÁRÓDOLGOZAT

Tóthová Kristína

2023



Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem

Károly Róbert Campus

Kertészettudományi Intézet

Gyógy- és fűszernövények felsőoktatási szakképzési szak

**A FEKETE ÁFONYA (*VACCINIUM MYRTILLUS* L.) GYÚJTÉSE ÉS
FELDOLGOZÁSA A SZÉKELYFÖLDI OROTVÁN**

Belső konzulens: Lakatos Márk
mesteroktató

**Belső konzulens
intézete/tanszéke:** Növénytermesztési-
tudományok Intézet
Agronómia Tanszék

Készítette: Tóthová Kristína

Gyöngyös

2023

TARTALOMJEGYZÉK

1. BEVEZETÉS	4
2. IRODALMI ÁTTEKINTÉS.....	5
2.1. A gyógynövény fogalma, a gyógynövényágazat jelentősége.....	5
2.2. A fekete áfonya (<i>Vaccinium myrtillus</i> L.) jellemzése.....	6
2.2.1. Rendszertani besorolás	6
2.3. A fekete áfonya drogjai és hatóanyagai	7
2.4. A fekete áfonya előfordulása és környezeti igénye	8
2.5. A fekete áfonya gyűjtése.....	9
2.5.1. Erdélyi vadon termő kontra termesztett áfonya	10
2.6. A fekete áfonya felhasználása	12
2.6.1. A termés felhasználása.....	12
2.6.2. A leveles hajtás felhasználása	14
3. A GYAKORLATI HELYSZÍN BEMUTATÁSA	16
3.1. A Halasági-Csibi Egyesület	16
4. A TÉMA KIFEJTÉSE	20
4.1. A fekete áfonya gyűjtése	20
4.2. Elsődleges feldolgozás.....	21
4.2.1. Beszáradási arány vizsgálata	22
4.3. Másodlagos feldolgozás	25
4.3.1. Halasági-Csibi termékek fekete áfonyalapival	26
4.4. Értékesítés	28
5. SZAKMAI ÖSSZEGZÉS.....	31
IRODALOMJEGYZÉK.....	34
ÁBRÁK ÉS TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE.....	36

1. BEVEZETÉS

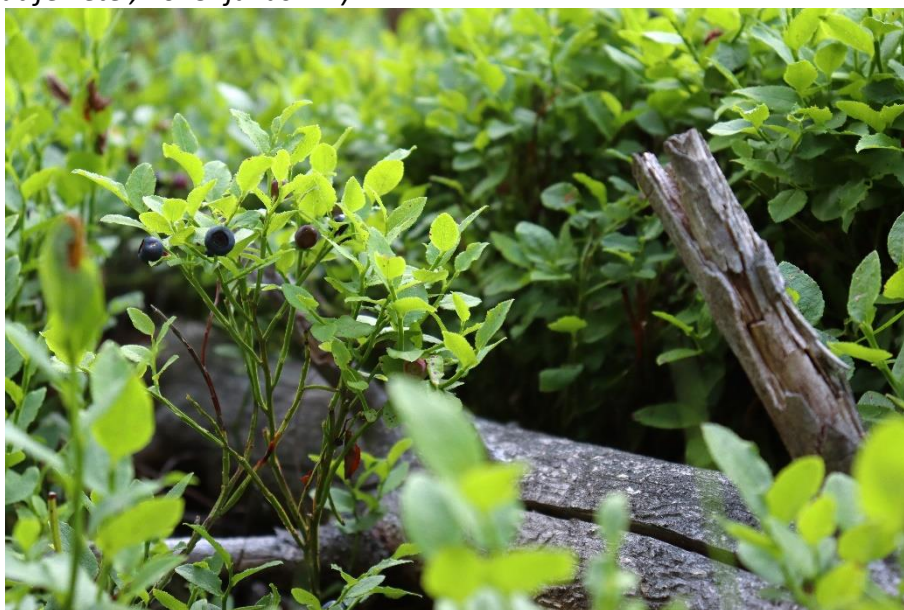
Idén júliusban szívemnek kedves helyen, Székelyföldön teljesítettem az összefüggő szakmai gyakorlatomat. A székelyföldi Orotva (románul: Jolotca) településen a Halasági-Csibi Egyesület nyújtott betekintést a gyógynövényekkel történő munkájukba.

Mint leendő felsőfokú gyógynövény technológus, az ágazatról egy holisztikus képet kaptam, mert tevékenységük minden pontot áthidal. Egyes gyógy- és fűszernövények termesztésétől kezdve, a vadon termő gyógynövények gyűjtésén, valamint az elsődleges és másodlagos feldolgozáson át a kereskedelemig terjedően szereztem tapasztalatokat.

A gyakorlat során többször is felkerekedtünk, hogy Hargita megye bőséges mezeit járva gyűjthessünk értékes vadon termő gyógynövényeket. A fekete áfonyával (1. ábra) így módon kerültem kapcsolatba. Flórián Tünde, a Halasági- Csibi Egyesület elnöke mesélte ekkor, hogy a fekete áfonyát nem csak kokojának nevezik e földön, de ő maga a fekete inzulin. Eme megnevezésével nem elterjedt és sokaknak értékes információt rejthet.

Munkámmal a fekete áfonyát szeretném bemutatni, hírül adni és terjeszteni, hogy a köztudatba beépülve egyre nagyobb számba fogyasszák, használják és alkalmazzák értékes hatásait.

1. ábra: A fekete áfonya (*Vaccinium myrtillus* L.) Hargita megyében
(Forrás: Saját felvétel, 2023. július 11.)



2. IRODALMI ÁTTEKINTÉS

2.1. A gyógynövény fogalma, a gyógynövényágazat jelentősége

Gyógynövénynek azokat a növényeket nevezzük, melyeket a népi gyógyászatban, a hagyományokban vagy az irodalmi feljegyzések alapján gyógyításra használtak és használunk mai napig (Kéry–Zámbó, 2013).

Elődjaink hosszas, rögös úton nyertek tudomást a gyógynövények hatásairól, így nyertek tapasztalatot és jártasságot a természet forrásából, melyekért ma hálásak lehetünk. A gyógynövények az emberiség által legrégebben használt gyógymódok egyike (Winston, 2020). A gyógyszerek megjelenése előtt a bajokra a megoldást jelentették. Megannyi növényt ismertek nagyanyáink és ősük. Tudói voltak füvesembereink és javasasszonyaink, s ha nagyobb probléma adódott, ők voltak kik gyógynövényeket alkalmazva kezelték és gyógyították a nemzedéket.

Napjainkban is a palóc és székely pásztorok sok erdei gyümölcsöt, bogyót fogyasztanak. A Hargitában a székely juhászok olyan helyek felé terelik nyájukat, ahol érik az áfonya (*Vaccinium myrtillus*, *Vaccinium vitis-idaea*). A pásztorok vándorútját így befolyásolják az ehető vadnövények. Igazolják a hazai néprajzi megfigyelések is, hogy a pásztorkodással együtt jár a különböző növények gyűjtése. A pásztorok a vadnövények fogyasztásával egészítik ki a hús és a tejtermékek fogyasztását, de gyűjtenek különböző növényeket állatgyógyításhoz és tejoltáshoz is (Gunda, 2001).

A gyógynövények felhasználási területe szerteágazó. Gyógyszeripari nyersanyagként, fitogyógyszerekként, azaz hagyományos és megalapozott hatású, valamint nem hagyományos növényi gyógyszerek és teakeverékek alapanyagként, továbbá kiegészítő gyógyászati rendszerek (pl. aromaterápia, homeopátia stb.) készítményeinek és étrendkiegészítők alapanyagaként használják világszerte. Felhasználja még a kozmetikai-, háztartási vegyipar, illatszeripar és élelmiszeripar is (Kéry–Zámbó, 2013).

Gyógynövény alapú minden azon gyógyszer, amely hatóanyagainak forrása gyógynövény vagy más növényi alapú anyag (Winston, 2020). Máig is a forgalomban lévő gyógyszerek mintegy 39%-át természetes eredetű, valamint ezek szintetikusán előállított származékai képezik (Kéry, 2019).

A gyógynövényeket tehát sok területen, mint nyersanyagot használnak fel, ezt gyógyászat területén drognak nevezik. Ám mivel manapság félreéréseket szülhet ez a

kifejezés, ezért a növényi drog megnevezést használjunk. Növényi drognak nevezzük a gyógynövény azon növényi részét, amely a legtöbb hatóanyagot vagy hatóanyag együttest tartalmazza, melyeket gyógyászati célból használunk fel (Kéry–Zámbó, 2013). Hogy hatásosak legyenek a növényi gyógytermékek, a növényeknek tartalmazniuk kell hatóanyagaik lehető legteljesebb mennyiségét és minőségét. A gyógynövények hatóereje több tényezőtől is függ: a fajtól, a termőhelytől, az éghajlati viszonyoktól, a begyűjtés időpontjától, a szárítás és tartósítás módjától, a tárolás feltételeitől, formájától és időtartamától (Tierra, 1990), melyeket a fekete áfonyára vonatkozóan fejtek ki a következőkben.

2.2. A fekete áfonya (*Vaccinium myrtillus* L.) jellemzése

2.2.1. Rendszertani besorolás

Rend: Hangavirágúak/ Erikavirágúak (Ericales)

Család: Hangafélék/ Erikafélék (Ericaceae)

Nemzetség: Áfonya (*Vaccinium*)

Faj: Fekete áfonya (*Vaccinium myrtillus*)

Népies nevei: kokojza, afina, fekete kokojza, kukujza, fekete inzulin (Lencsés, 2022).

Egyéb népies nevei: afinya, borovnyica, fenyvesbogyó, havasi meggy, kukajsza, pozserobek (Augustin et. al., 1948).

2. ábra: A fekete áfonya illusztrációja
(Forrás: Masclef, 1891)



Sűrűn növény, gazdagon elágazó, lombhullató törpecserje, mely 20-40 cm magasra nő. Zöldek és szögletesek felálló szárai. A levelei szórt állásúak, zöldek, majd ősszel vöröslőek, 1-3

cm hosszúak, ellipszis vagy tojásdad alakúak, hegyesek, peremük aprón fűrészfogasak és fonájkjuk világosabb. Harang vagy gömb alakú virágai 5 cimpával rendelkeznek, zöldek majd vöröslőek. Pártacimpái hátra görbülnek. Virágai május - júniusban nyílnak, melyeket a felső levelek hónaljában ülve találunk. Termése hamvas kékes-fekete, csúcsain lapított, gömbölyded bogyó, belül vöröses húsú és sokmagvú. Íze savanykásan édes (Lencsés, 2022).

2.3. A fekete áfonya drogjai és hatóanyagai

A fekete áfonya VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben (Ph. Hg. VIII.) található hivatalos drogjait és készítményeit az 1. táblázat tartalmazza.

1. táblázat: A fekete áfonya drogjai és készítményei a VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben (Forrás: Ph. Hg. VIII.)

	Növényi drog latin megnevezése	Növényi drog magyar megnevezése
1.	<i>Myrtilli fructus recens</i>	friss fekete áfonya termés
2.	<i>Myrtilli fructus recentis extractum siccum raffinatum et normatum</i>	friss fekete áfonya száraz kivonat tisztított, standardizált
3.	<i>Myrtilli fructus siccus</i>	szárított fekete áfonya termés

1. *Myrtilli fructus recens* a fekete áfonya friss vagy fagyasztott, érett termése.

Tartalom: cianidin-3-O-glükózid-kloridban (krizantemin) kifejezett antocianin-tartalma legalább 0,30% (szárított drogra vonatkoztatva). Legfeljebb -18 °C-on tárolandó (Ph. Hg. VIII., 2019).

2. *Myrtilli fructus recentis extractum siccum raffinatum et normatum* - a tisztított és standardizált száraz kivonatot friss fekete áfonya termésből állítják elő.

Tartalom: 32,4–39,6% antocianin, cianidin-3-O-glükózid-kloridban [krizantemin] kifejezve (szárított kivonatra). A kivonatot a növényi drogból etanol (70–96 %) vagy metanol (legalább 60 %) felhasználásával állítják elő. A kivonat ioncserélő kromatográfiával is tisztítható. Külleme sötét vöröses-ibolyaszínű, amorf, nedvszívó por (Ph. Hg. VIII., 2019).

3. *Myrtilli fructus siccus* a fekete áfonya szárított, érett termése.

Tartalom: pirogallolban (C₆H₆O₃) kifejezett cserzőanyag-tartalma legalább 0,8% (szárított drogra vonatkoztatva) (Ph. Hg. VIII., 2019).

A termés fő hatóanyaga és festékanyaga a mirtillin, amely az antocianinok csoportjába tartozik. A mirtillin a delfinidin monoglukozidjainak és ramnouil-glukozidjának elegye. A termés pektinjei a sejtfal felépítésében vesznek részt, melyek 5-6 szénatomú cukrokból tevődnek össze. Ezek cellulózt tapasztó, ragasztó anyagok, melyek hő hatására érvényesülnek (Rácz et al., 2012).

A termés további hatóanyagai és tartalma:

- cseranyagok
- cukrok
- szerves savak
- A-, B-, C-, D- vitamin
- vas
- tápsók (Lencsés, 2022)

A VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben nem hivatalos drog, de a népi gyógyászatban a fekete áfonya szárított levelét (*Myrtilli folium*) is alkalmazzák (népiesen áfonyalapi).

A levelek cserzőanyagokat, katechotanninokat és proantocianinokat, mangánt és krómot tartalmaznak. A félreértések elkerülése érdekében a vörös áfonyával ellentétben arbutint nem, vagy csak elenyésző mennyiségben tartalmaz (Rácz et al., 2012).

A levél további hatóanyagai:

- szerves savak
- flavonoidok
- glikozida (Lencsés, 2022).

2.4. A fekete áfonya előfordulása és környezeti igénye

Az áfonyafajok nálunk is előfordulnak, főképp pedig az Északi-sarkkör vidékének növénye, dél felé haladva a magasabb dombvidék és hegyvidék az otthonuk (Rácz, 2000), Európa magasabb hegyein 2000 méterig megtalálhatók (Pedrotti, 2008). A Kárpátokban bőven előfordul, fenyvesekben és erdőhatár felett gyakori és tömegesen terem (Rácz et al., 2012). Magyarországon a Zempléni-hegységben, Börzsönyben, a Cserháton, a Mátrában, a Bükkben, illetve a Bakony térségében a lejtős hegyek oldalán, továbbá Győr-Sopron megye erdeiben és erdőszélein fordul elő (Pedrotti, 2008). A fenyvesekben, bükkösökben, tölgyesekben és

gyertyánosokban is megtalálható (Rácz, 2000). Magyarországon nem védett faj, de kíméltre szorul (Rácz, 2000), Erdélyben viszont vadon bőségesen termő jellegzetesség a Kárpátok hegyvonulatában, a Havasokban. A fekete áfonya, kokojza a fenyőzónában és az erdőhatár felett gyakran tömegesen terem (Csedő et. al., 1980).

Környezeti igénye szerint savanyú, szerves talajt kedveli, amely nem meszes. Az atlantikus, tajga jellegű klíma kedvező számára. Mikorrhizás faj, tehát az együtt élő gombák talajtanára igényes (Rácz, 2000). Vízigényes (Lencsés, 2022).

2.5. A fekete áfonya gyűjtése

Bogyószerű termése kékesfekete színű és a felületét viaszréteg burkolja, melyektől hamvasnak hat. Ezt az érett termését júliusban és augusztusban gyűjthetjük (Pedrotti, 2008) áfonyafésű, avagy kokojzaszedő (4. ábra) segítségével.

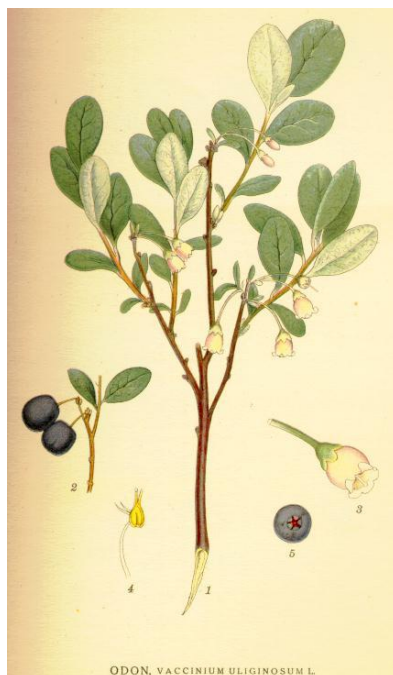
3. ábra: Áfonyafésű, avagy kokojzaszedő

(Forrás: <https://traveltotransylvania.hu/termek/afonya-lekvar-szekelyfoldrol/>, 2023.10.26.)



Ügyeljünk, hogy a fekete áfonyabogyókat ne tévesszük össze a hamvas áfonyával (*Vaccinium uliginosum* L.), mely toxikus. Ez a faj (lásd 4. ábra) nem rendelkezik a fekete áfonya gyógyhatásaival. Megkülönböztető jelül szolgál, hogy a termés húsa fehér (Lencsés, 2022) és nagyobbak, levük szintelen, valamint a növény szára nem szögletes és fogyasztása során szédülés és gyomorpanaszok léphetnek fel (Rácz et al., 2012).

4. ábra: Hamvas áfonya (*Vaccinium uliginosum* L.)
(Forrás: Anonymus 1)



A leveles hajtás gyűjtésekor igyekezzünk az elfásodott szárrészek felett leválasztani a növényről a hajtást, annak érdekében, hogy az anyanövényt megkíméljük és ne tegyünk kárt az állományban. Ehhez célszükszünk éles, tiszta szerszám legyen, pl. metszőolló. A leveleit egész nyáron gyűjtik (Rácz et al., 2012) (Csedő et. al., 1980). A terméseket augusztusban, szeptemberben gyűjtik (Csedő et. al., 1980).

2.5.1. Erdélyi vadon termő kontra termesztett áfonya

A Magyar Nemzet weboldalán felmerült egy kérdés, mely azt taglalja, hogy vajon eltűnőben van-e a székelyföldi havasi áfonya az uniós támogatások következtében? Mivel egyre nagyobb népszerűségnek örvend ez a prémium gyümölcs és nagyobb lett a kereslet is rá a nyugati országokban a jótékony hatása miatt, Romániában ezért többen is belekezdtek az Európai Unió támogatásával élve a fekete áfonya több hektárnyi termesztésébe. Így elegendő akár 2-3 hektárnyi terület is annyi fekete áfonya terméshez, amennyit több száz hektárnyi erdőből tudnának gyűjteni a szedők. Ezek nagy része külföldi piacon landol erdélyi áfonyaként, mely valóban áfonya, azt leszámítva, hogy nem vadon termett és nem is a fenyvesekben. „Brassó, Fogaras, a dél-erdélyi Hunyad, illetve több partiumi megyében egymást érik az

európai uniós pályázati pénzekből létrehozott áfonyaültetvények.” Lassacskán Székelyföldön is találkozhatunk termesztett áfonyával. Az erdőket lakó bátor s számukban gyarapodó medvék sem könnyítik a gyűjtést így egyre kevesebb szedő vállalkozik erre a feladatra. Abban viszont megegyezhetünk, *„Az uniós piacokon tényezővé váló termesztett áfonya sikere talán mégsem feledteti el azt a tényt, hogy az igazán értékes erdei áfonya megmarad a székelyföldi erdők kincsének.”* (Makkay, 2022).

A fekete áfonya vadon terem (5. ábra), a termesztése is lehetséges, de nehezen megvalósítható, mert megfelelő talaj szükséges hozzá. A termesztett áfonya faj az Észak-Amerikából származó cserjés vagy magasbokrú, másnéven fürtös áfonya (*Vaccinium corymbosum* L.). A fürtös áfonya magasabb, ép élűek levelei, termései nagyobbak és értékes gyümölcsöt ad, viszont nem helyettesíti a vadon termő fekete áfonya gyógyhatását. Legismertebb közülük a „Heidi” fajta (6. ábra) (Rácz et al., 2012).

5. ábra: Vadon termő fekete áfonya
(Forrás: Saját felvétel, 2023. július 11.)



6. ábra: Termesztett fürtös áfonya (*Vaccinium corymbosum* L.) 'Heidi'

(Forrás: <https://www.starkl.at/artikel/Pflanzen/Obst/Beerenstraucher/Heidelbeere-p13235>)



2.6. A fekete áfonya felhasználása

A fekete áfonya termését és leveles hajtását is felhasználják élelmiszerként, a népi gyógyászatban és a modern terápiában is.

2.6.1. A termés felhasználása

Eredetileg a fekete áfonya termését gyógyászati alkalmazás területén összehúzó, antibiotikus tulajdonságai miatt hasmenéses állapotok kezelésére használták. Pektinjei hasmenés gátló hatását az antiszeptikus polifenolok jelenléte segíti és egészíti ki, melynek hatása főzéssel érvényesül (Rácz et al., 2012).

A fekete áfonya terméseiben megtalálható mirtillin festékanyag kiváló hatást gyakorol a köhögéscsillapító gyógyteákban. A termésekből készült szeszes kivonatot, valamint befőttet a vastagbélgyulladásra hajlamos személyek fogyaszthatják. A termések fogyasztása a szem alkalmazkodóképességét fokozza csökkent erősségű fénnel szemben, ezért a szürkületi vakság vagy farkasvakság kezelésére használják (Rácz et al., 2012).

A szembevérzések utáni állapotokon, a szem ideghártyájának elváltozásain, az érhártya és az ideghártya gyulladásain, cukorbetegség látószervi érváltozásain segít (Rácz et al., 2012).

Társítható A-provitamint tartalmazó növényi kivonatokkal vagy a csalánlevelek friss présnedvével vagy A-vitaminnal. A mirtillin javítja a gyűjtőerek, azaz a vénák és a verőerek,

azaz az artériák falának rugalmasságát és hozzájárul annak fenntartásához, csökkenti a hajszálerek törékenységet és helyreállítja áteresztőképességüket (Rácz et al., 2012).

Hosszan tartó kezelésre javallják érlemeszesedésben, vérzékenységben, melyek az érfalak, hajszálerek elváltozásai miatt jelentkezhetnek, a visszerek gyulladásában, illetve a vérrögképződés megelőzésére (Rácz et al., 2012).

Korlátlan ideig használható. A felmerülő székrekedést az étrend szabályozásával megelőzhetjük, vagy enyhe nyálkatartalmú hashajtóval (Rácz et al., 2012).

A második világháborúban a fekete áfonya fogyasztásával javították a pilóták látását az éjszakai repüléshez, mert segíti a sötétbe való alkalmazkodást. Kiválóan javítja a látást, valódi szemvitaminnak számít. Antioxidáns tartalma miatt megköti a szervezetben felszabadult szabadgyököket és a nehézfémzennyezőségeket is kiüríti. Immunerősítő és daganatellenes hatása is ismert (Lencsés, 2022).

Bora általános legyengültségben erősítő (Pedrotti, 2008). A termésből készült szeszes kivonat az áfonyapálinka, az áfonyabor erősítő (roboráló) hatással bír, kedvezően befolyásolja az öregkori krónikus bélhurutos állapotot (Csedő et. al., 1980).

Az élelmiszeriparban is használják értékes, természetes festékanyagai-miatt a fekete áfonya termését, továbbá az áfonya levelét és termését nem csak gyógyászati célú de étkezési teaként is fogyasztják (Rácz et al., 2012). A gyógyszerkönyvi, illetve gyógyászati felhasználásán kívül jóval szerte ágazóbb a felhasználása ott, ahol az erdők bőségesen kínálják gyümölcsét. Az áfonyabogyót fogyasztják frissen préselt gyümölcsléként, likőrként, borként, pálinkába áztatva, továbbá nagyon finom lekvár, kompót, szörp és szósz készül belőle, melyeket a vadas ételekhez fogyasztva igazi gasztronómiai élményt adhatunk. Hozzávalóként szolgál továbbá desszertekhez, smoothiekhöz, krémekhez és más bogyótermésekkel keverve is fogyasztják. Termése étkezésre kiválóak, magukban is ínycsiklogatóak, de ezen felül rengeteg recept áll a rendelkezésünkre, hogy mindennapi ételünkhez hozzáadva erősítsük szervezetünket és még kíváncsibbá tegyük házi ital- és étlapunkat.

Otthon könnyen elkészíthetjük a fekete áfonyából a fekete bort, mely nagyobb egészségjavító hatással bír, mint a fehér vagy vörös bor, mely szőlőből készül. Ezt a Floridai Egyetem Élelmezéssel és Mezőgazdasággal Foglalkozó Intézetének kutatói is alátámasztják, kik

a helyileg előállított áfonyabor antioxidáns tartalmát vetették össze a hagyományos borokkal. Az áfonya hatóanyagai a sejteknek védelmet nyújtanak a szabadgyökökkel szemben. A bogyó leve, húsa és héja a feldolgozás során átjut a borba, ezért az áfonyabor ideális megoldást jelent az egészségünk megőrzésére és erősítésére (Házi Patika, 2012).

Íme egy áfonyabor recept, melyet otthon is elkészíthetünk:

Hozzávalók:

- 1 kg fekete áfonya
- 1 kg cukor
- 2 l víz
- befőttesüveg (5 literes)

Elkészítése: A fekete áfonyát mossuk meg, csepegtessük le és nyomjuk össze. A befőttesüvegbe töltjük bele majd öntsük rá a víz és cukor keverékét. Fedjük le és hagyjuk forrni. Ha felforrt, műanyag csővel vagy gumicsővel fejsük le és töltjük ki kisebb üvegekbe, írja egy erdélyi receptes oldal (Erdélyi receptek, 2023).

Aki már kóstolta a fekete áfonya bort, tudja, hogy nagyon aromás, intenzív ízvilágú, ezért nagy mennyiséget nem igényel fogyasztása. Hozzáadott cukor nélkül nehezen erjed, ezért, ha cukormentesen szeretnénk elkészíteni, érdemes más gyümölcsökkel is társítani, hogy beinduljon a bor erjedése pl. alma hozzáadásával. Ezt az információt egy kedves székely nénitől kaptam.

2.6.2. A leveles hajtás felhasználása

A fekete áfonya leveles hajtását alkalmazzák többnyire és nem önmagában a levelet, mivel valójában kevés helyen szokták a leveleket leszedni a szárról, miután megszáradt (ez alól kivételt képez a Halasági-Csibi Egyesület), melyet részletesebben az elsődleges feldolgozás fejezetben fejtek ki.

A fekete áfonya leveleiből kiváló étkezési tea készíthető, valamint teakeverék előállítására is felhasználható. Társítható például a szeder (*Rubus caesius*), a málna (*Rubus ideaus*) és a szamóca (*Fragaria vesca*) leveleivel (Rácz et al., 2012).

Vércukorszintet csökkentő hatása szakirodalom szerint „megbízhatatlan”, de idősebb személyek könnyű lefolyású cukorbetegségében az alapkezelés kiegészítésére alkalmas, valamint folyadékpótlásra is és együtt adagolható a bab (*Phaseolus vulgaris*) terméshéjával.

Ezt a teát kiegészítő kezelésként fogyaszthatják cukorbetegség víz helyett. Mangán- és krómtartalmának kedvező hatása is figyelembe vehető (Rácz et al., 2012). Étkezési teaként alkalmazzák önmagában vagy szamóca-, málna- és szederlevéllel (Csedő et. al., 1980).

Szél- és vizelethajtó, a bélrendszer hurutos megbetegedéseit szünteti és segít a vese- és hólyagbántalmak esetén is (Erdélyi receptek, 2023).

A levélfőzet ülőfürdőnek is használható aranyér kezelésére. A fürdővízben a kitágult pólusokra pólusösszehúzó hatása van, ezért arcbőr tonizálóként is szolgál (Pedrotti, 2008).

3. A GYAKORLATI HELYSZÍN BEMUTATÁSA

3.1. A Halasági-Csibi Egyesület

Az Egyesület 2019 tavaszán alakult, a következő célokat és témákat tűzték ki:

- gyógy- és fűszernövények
- zöldségek és gyümölcsök
- helyi értékek felkutatása
- hagyományőrzés
- őstermelők, kis gazdák, illetve hasonló gondolkodású szervezetek támogatása
- összefogás, közös értékteremtés
- vidékfejlesztés
- kulturális és ismeretterjesztő, tanító jellegű események szervezése
- közösségépítés
- pályázatok és egyéb támogatások gyűjtése

Az Egyesület további iránymutatói és törekvései:

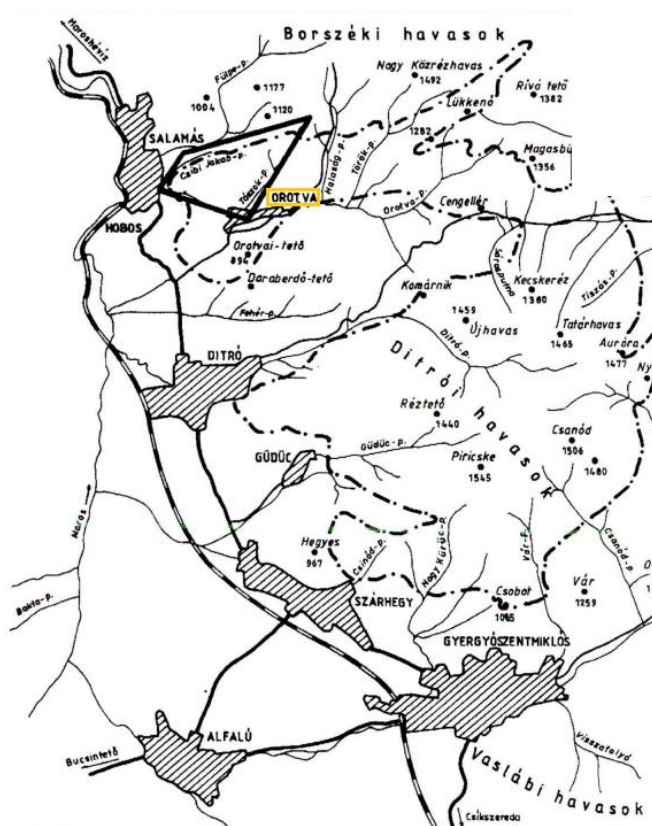
- visszaemelni a gyógymódokat, ezen belül a gyógynövényeket a mai ember életébe
- kellő szakértelemmel elkészített gyógynövényes készítmények készítése, melyek így mellékhatások nélküliek
- egészség fenntartása, az egyensúly helyreállítása
- beteggel való kommunikáció, mely szelíd és emberközel (Flórián, 2015)
- hátrahagyott tudás és tapasztalat megőrzése és fenntartása
- helyi kultúra régi receptjeinek és kezeléseinek megőrzése és felkutatása
- saját gyógynövények termesztése és feldolgozása
- saját kezű, ellenőrzött vadon termő gyógynövények gyűjtése és feldolgozása
- kíméletes módszerek a hatóanyagok megőrzése érdekében
- mindennapi életbe beépített egészségmegőrző hagyományok (Anonymus 2).

Hargita megye északi részén, Ditró községhez tartozó Orotva (románul: Jolotca) a Gyergyói-havasok peremén helyezkedik el (7. ábra), kb. 750-800 m tengerszint feletti magasságban az Orotva- és a Halaság-patak völgyében.

A Tászok tető Orotva és Borszék között magaslik 1300 m magas hegycsúccsal. Orotva a lábánál helyezkedik el. *„Egy kutatócsoport azt is felmérte, hogy ebben a tengerszint feletti magasságban a Tászok tetőn van az ország legtisztább léghőköre (Flórián, 2015).”*

Bizonyítják írásos emlékek is a környékbeli lakosság elmondásait, mely szerint a Tászok tető és környéke, azaz Orotva, Borszék, valamint Tölgyes *„...évezredek óta működik gyógyvidékként, ahova időnként eljárnak az emberek, ha egy kis testi-lelki és szellemi felfrissülésre, gyógyulásra, nyugalomra vágnak” (Flórián, 2015).*

7. ábra: Orotva földrajzi elhelyezkedése
(Forrás: Pál-Molnár, 1998)



Egyszer jártunk Halaságon. Orotva része, egy földút vezet oda, nagyon csendes, csak a természet hangja jár arra. Ott ismerkedtem meg István bával, aki ügyes kezeivel apja, Csibi Füstös Imre (1930-2000) szülőházát rekonstruálja, szépíti, emlékét gyűjti, őrzi és maga is készíti. A falon díszileg megannyi fotó, cikkek, emlékek, gyógynövényes készítmények régi és

új matricái (8. ábra), minden, ami a Halasági-Csibi történetét támassza alá. A Gyergyói Synten Minden Polgári Hetilap 1994. évi 1. évf. 4. számából István bá ezt az írást másolta ki:

„Csibi Imre patikája

Orotva-Halaságnak és a gyógykenőcsnek született egy gyűjtőneve: Csibi Imre bácsi.

Többen ismerik, de talán még senki sem tudatosította magában, hogy ő az általa készített kenőcsbe, kétségtelenül a lelkét is mindig belekeverte. S talán ettől van az a különös halasági vonzerő, amely már több külföldi rászorulóknak is felhívta figyelmét (Ferenczi, 1994)”.

8. ábra: Halasági-Csibi gyógynövényes készítmények matricái 1985-től
(Forrás: Saját felvétel, Orotva-Halaság, 2023. július 19.)



Imre bácsi itt született és alkotott feleségével Török Annával és gyerekeivel: Éva, Imre, István, Anikó, Tünde. Szerencsémre utóbbi hármójukkal megismerkedhettem. Imre bácsi halálát követően Anna néni leköltözött saját szülőházába, mely ma a Halasági-Csibi Egyesület székhelye. Ő az, ki szellemi vezetőként felügyeli az elengedhetetlen minőséget és fontos figyelemmel őrzi meg azt, ahogyan *ők csinálták, ahogy ők szokták* - a hagyományt.

Csibi Imre már gyermekkorától tapasztalta a növények gyógyító erejét, mivel édesanyjuk, Mária néni gyógynövényekkel gyógyította őket, ha családjában valami baj vagy betegség érkezett. Ő készítette el az első kenőcsreceptet is: méhviasz, rozmaring és disznózsír. Később Imre bácsi elkezdett gyógynövényeket hozzáadni, így lett a kenőcsből gyógyító kenőcs (Helyénvaló, dátum nélk.).

A „Csibi-kenőcs” hagyománya és receptje máig fennmaradt öröksége a családnak, amely folytatta a kemény munkát. Flórián Tünde élen fiával Flórián Alberttel és lányával Mosu Zsuzsannával és családjukkal éltetik és elveszni nem hagyják felmenőjük kincsét a gyakorlatban sem, Isten őket úgy segítse! A megőrzés mellett saját kéznymukat is beletették családjuk fájába, innovációkkal, új dolgok kipróbálásával és némi rugalmassággal. Mai napig készülnek: egykomponensű és keverék gyógyteák; hagyományos Csibi-kenőcs, azaz vegyes gyógyfüves kenőcs, valamint egyéb új kencék is pl. vegán arckrém, árnika kenőcs, visszér kenőcs, CBD vegyes kenőcs; egykomponensű és vegyes tinktúrák; gyógynövényes párnák, talpbetétek, derékövek; saját fűszerkeverékek és házi gyógynövényes mustárok is.

Gyakorlatom fő helyszínéül Anna néni (Mámi) szülőháza és birtoka szolgált (9. ábra). Itt található a többgenerációs ház, a Tündérlak egy raktárhelyiséggel és szobával, a Tündérlak másik szárnyán a most épülő Manólak, egy fészér, kinti mosdók, egy étkező, mely alvóhely is a nyári időszakban.

9. ábra: Balról a ház, Tündér- s manólak, fészér, étkező
(Forrás: Saját felvétel, 2023. július 6.)



Padlástér van a ház hidjában, a Tündér- és manólak felett és az étkező felett is teljes egészében. Saját gyógynövényeik pedig a háznál lévő Tündérkerten kívül 5-10 perces sétányira fent a hegyoldalon lévő két földterületükön termesztik és gondozzák. Egyik terület 20 ár nagyságú, a másik 30 ár - 2000 ill. 3000 m² (Erdélyben inkább az ár területi mértékegységet használják a hétköznapiakban).

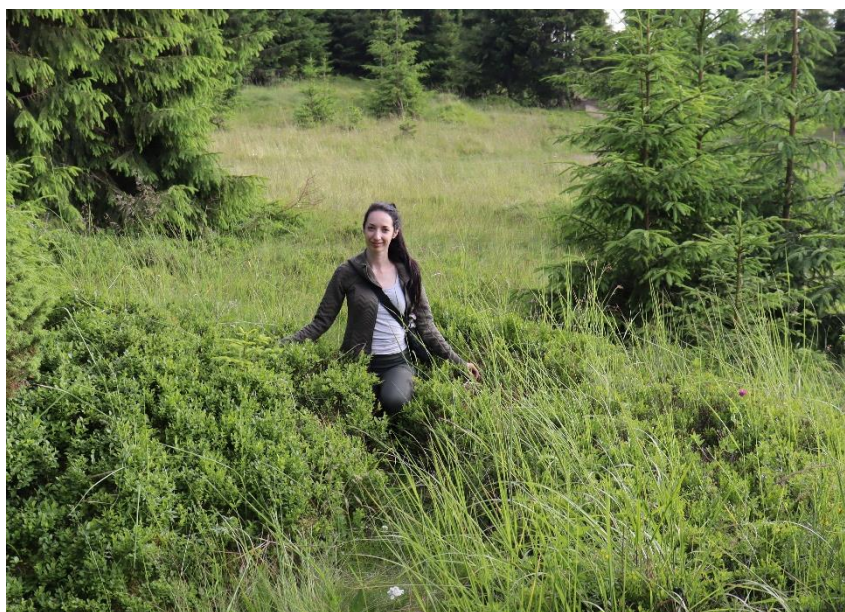
4. A TÉMA KIFEJTÉSE

Az összefüggő szakmai gyakorlatom helyszínén a gyógynövény technológia minden ágazatába betekintést nyerhettem és tapasztalatot szerezhettem. Az összefüggő szakmai gyakorlatomat 2023. július 4-25. között teljesítettem, 160 órában. Termesztési-ápolási folyamatokban, betakarításban, vadon termő gyógynövények gyűjtésében, elsődleges- és másodlagos feldolgozásban és a kereskedelemben is kivettem a részem az itt töltött gyakorlati időm alatt. Ebben a fejezetben ezeket a folyamatok fogom kifejteni részleteiben a Halasági-Csibi Egyesületben nyert tapasztalatokra támaszkodva.

4.1. A fekete áfonya gyűjtése

A Halasági-Csibi Egyesületnél teljesített gyakorlatomon nem csak a tevékenységek voltak változatosak, de a helyszínek és a növényfajok listája is, amelyekkel foglalkoztunk. Az összefüggő szakmai gyakorlatom során mintegy 13 gyógynövényfajt gyűjtöttünk a Gyergyói havasokban. Fekete áfonya leveles hajtást (ottani nevén: *lapit*) ezalatt az idő alatt három alkalommal is gyűjtöttünk. Metszőollók, zsákok, forrásvíz hazulról és egy kis elemózsia a csomagtérben és indultunk is a terepre. Hosszú évtizednyi tapasztalatok révén a kívánt faj gyűjtése érdekében a család-csapat tudta, merre vegyük az irányt. Manapság kocsival, régen a távokat gyalog tették meg Anna nénivel, s teli zsákokkal hazafelé.

10. ábra: Áfonya-állományok közt a Tászkok tetőn
(Forrás: Flórián Tünde felvétele, 2023. július 11.)



A Tászkok-tetőn kissé esőre állt az idő, de olyan áfonyaszigeteket „kaptunk”, melyek elterítették a fenyők alatti földfelszínt. Ügyeltünk rá, hogy olyan helyről gyűjtsük a friss, gyenge kórójú áfonya leveles hajtásait, ahol kevésbé vegyül fűszálakkal a terület. Ez a 10. ábrán jól látható, a fotó bal oldalán kevésbé füves, míg a jobb oldalán sűrűn vegyül. Fontos részlet a begyűjtött friss növényi rész tisztasága az elsődleges feldolgozás könnyítése érdekében.

4.2. Elsődleges feldolgozás

Amint hazavittük a begyűjtött gyógynövényrészeket a zsákokban, padláson terítettük. A gyógynövények szárítása természetes úton a padlástereken történik, így külön energiaforrást nem kell használnak ennél a folyamatnál. A padlásterek polcrendszerei odarögzített szárítókeretek, nem mobilisek, ezért a megszáradt drogokat bezákolják majd kis seprű segítségével maradéktalanul eltávolítják, hogy tiszta szitára kerüljön a következő adag frissen gyűjtött növényi részek.

Amint a padláson száradó drog 2-3 héten belül annyira megszárad, hogy szára, illetve levele roppanva törik, akkor egy forró napsütéses napon ezeket a megszáradt drogokat „megnapoztatják” (11. ábra). Erre azért van szükség, mert így a megszáradt drogok, ha tartamaznak is egy kevés nedvességet, ezzel az eljárással elérik, hogy minden része biztosan megszáradva kerüljön további feldolgozásra és így elkerülik az esetleges penészedést. Eleinte csak pár növényi drog kapcsán végezték el ezt a műveletet, s amint látták ennek pozitív hatását és könnyítését a rostálás és darálás folyamatában is, mára már minden növényi drognál alkalmazzák. Elmondásuk szerint ennél az utolsó száradási folyamatnál feltöltődik még a Nap energiájával is és a növényi drogok is láthatóan szebbek lesznek tőle.

Száradás után rostálás következik rosta segítségével, amelynek fa keretei 1 cm lyukbőségű fémhálót tartanak. Így a kóró nagy része nem kerül be a teacsomagokba, tetszetős feldolgozott drogot kapunk. Rostáláskor a kórók egészben eltávolíthatók, legfeljebb gyenge hajtásvégek kerülnek a levelek közé.

A rostálást a darálás követi. Huszár Csongor helyi alkalmazott és Flórián Albert, az Egyesület alelnöke egy nagy elektromos darálót használ, mely a felmenőitől maradt a családra, s azzal aprítják 1-2 cm nagyságúra a gyógynövénydrogokat, hogy szálas teákba vagy teakeverékekbe kerüljenek. Így minden drogféleség körülbelül azonos méretű, homogén lesz.

Ezután kerülhetnek be véglegesen a zsákokba, mint szárított drog vagy azonnali csomagolásra egykomponensű, illetve teakeverékekbe csomagolva, melyet többnyire Mámi gondos kezei végeznek.

11. ábra: Drogok napoztatása

(Forrás: Saját felvétel, 2023. július 12.)



4.2.1. Beszáradási arány vizsgálata

A szakirodalom szerint a fekete áfonya hozama a következő: 4-5 kg levélből állítható elő 1kg száraz levéldrog. A termésnél a beszáradási arány 4:1 (Rácz, 2000).

Inspirált, hogy magam is meggyőződhsek a fekete áfonya leveles hajtás száradásáról és beszáradási arány viszonyairól. A vizsgálat alapját 1 kg friss fekete áfonya leveles hajtás képezte (12. ábra).

Mérés után a Tündérlak feletti padlás legfelsőbb emeletén száradt kartonlapon, körülbelül egy hónapon keresztül egy kijelölt részen (13. ábra).

12. ábra: 1 kg friss fekete áfonya leveles hajtás
(Forrás: Saját felvétel, 2023. július 18.)



13. ábra: Padláson száradó leveles hajtás
(Forrás: saját felvétel, 2023. július 18.)



Mikor már pattanva tört a levele és a szára is (14. ábra), szártalanítottam, azaz eltávolítottam a leveleket a szárrészről.

14. ábra: Száraz fekete áfonya leveles hajtás szártalanítás előtt
(Forrás: Saját felvétel, 2023. augusztus 22.)



Száradás után a drog 743 gramm volt, tehát 1 kg nyers leveles hajtásból 0,743 kg száraz drogot kaptam. Ami azt jelenti az esetemben, hogy 25,65%-kal kevesebb lett a tömege a száraz drognak a friss növényi részhez viszonyítva.

Ezt követte a szártalanító rostálás, ahol a száraz levelek lekerültek a kóróról (15. ábra).

15. ábra: Fekete áfonya kóró
(Forrás: Saját felvétel, 2023. augusztus 22.)



A szártalanító rostálás után 743 g száraz drogból 333 g levéldrogot és 410 g kórót kaptam. 45%-a lett levéldrog.

A beszáradási arány vizsgálatom során azt az eredményt kaptam, hogy a fekete áfonya leveles hajtás beszáradási aránya az én esetemben: 1:3 (száraz levéldrog : friss leveles hajtás).

Fontosnak tartom megjegyezni, hogy Erdélyben több helyszínen és házi felhasználásnál nem történik szártalanítás. A megszáritott leveles hajtást csupán felaprítják és úgy alkalmazzák. Ebben az esetben ahhoz, hogy 1 kg szárított leveles hajtást kapjunk, közel 1,3 kg friss leveles hajtás begyűjtése szükséges.

4.3. Másodlagos feldolgozás

A drog előállítása után azok felhasználása következik. A szárított drogból egykomponensű és keverékteák lesznek, melyek Csibiéknél 40 g-os kiszerelésben kerülnek a polcokra.

A teakeverékeket saját receptek szerint készítik, melyek szervrendszerekre vannak hangolva, pl. a Gyomor teája keverékben a gyomorműködést segítő gyógynövénydrogokat állítják össze, azok így egymást erősítve, szinergiában érvényesülnek. Az élvezeti teakeverékek pedig ízvilág szerint lettek válogatva.

Ősszel történik a Halasági- Csibi Egyesületnél a teák keverése. Ekkorra minden növényi hozzávalót begyűjtöttek és megszáritottak. A szeptemberi vénasszonyok nyarán, amikor több napon keresztül meleg, tiszta és száraz idő kedvez és nem esik az eső napokon át, akkor kezdenek neki a teakeverékek előállításának. Egyes teakeverékek nagy adagban készülnek. Ilyenkor 5 de akár 15 zsáknyi szárított, rostált, darált növényi drogot kevernek össze.

A folyamat a kertben zajlik és kézimunkaigényes. A rendezvénysátor előtt több méteres műanyag ponyván (amelyen napoztatják is a gyógynövényeket) a kifejezetten erre a célra kijelölt eszközökkel, műanyag lapátokkal keverik össze a komponenseket. A sorrend többnyire a mennyiségtől függ, tehát a keverékhez amelyik növényi drogból szükséges a legnagyobb mennyiség, azt keverik elsőként, majd az egyes komponenseket mennyiségük csökkenő sorrendje szerint adagolják a receptúrának megfelelően. A legvégén kerülnek a keverékbe azok a drogok, amelyekből a legkevesebb kell, pl. rózsaszirm, melyek színfokozó

és esztétikai hatással is bírnak. Amint összekeverték a darált növényi drogokat, zsákokba töltik és padláson tárolják. A zsákokat címkékkel látják el.

Az előre nyomtatott Halasági-Csibi teás talpas papírzacskókat matricával jelölik attól függően, hogy milyen teakeveréket vagy monoteát fog tartalmazni. Ezután kézzel töltik a tasakokat, lemérik, hogy pontos legyen a tartalma (40 g), majd a papírzacskót kétszer lehajtják és tűzőgép segítségével fémtűzőkapoccsal rögzítik a zacskót. Régebben használtak műanyag zárt, de igyekeznek minél kevesebb műanyagot használni, ezért ezt már ma kerülik.

A növényi drogok őrölt keveréke kerül különböző összetétellel a gyógynövényes párnákba, talpbetétekbe, derékövekbe melyet saját kezűleg varrnak sablonok és méretek szerint. Fűszerkeverékük a Havasi fűszer, melyben az összetevők többsége szintén saját növényi drojaiknak őrleménye házi recept szerint.

A tinktúrák friss-, a krémek friss és szárított gyógynövénydrogok felhasználásával készülnek.

4.3.1. Halasági-Csibi termékek fekete áfonyalapival

Egykomponensű (mono) teaként megvásárolható a fekete áfonya levél, valamint a Halasági-Csibi termékek között a Visszér kenőcs is tartalmaz fekete áfonya levelet is. A következőkben pedig részletesen bemutatom a Halasági-Csibi azon teakeverékeit (16. ábra), amelyekben a fekete áfonya levél is szerepel komponensként.

16. ábra: Fekete áfonyalevelet tartalmazó Halasági-Csibi termékek
(Forrás: Saját felvétel, 2023. október 11.)



1. Tea cukorbetegeknek

Összetétel: fekete áfonya, csalán, diólevél, babháj, kukorica bajusz.

A népi orvoslásban fellelhető növényeket válogattak össze a cukorbetegség mérséklésére, melyek főként a kezdeti stádiumban képesek hatékonyan kezelni a cukorbetegséget, illetve a már teljesen kialakult betegségnél a kezelés során kiegészítő teaként a betegeknek fogyasztható. „Több visszajelzés is érkezett, hogy a tea fogyasztásával néhány hét alatt rendbejött a vércukorszintje az illetőnek, inzulin adagolása nélkül” (Flórián, 2015).

2. Tündérvirág tea

Összetétel: citromfű, borsmenta, kamilla, cickafark, körömvirág, fekete áfonya levél, rózsaszirm, orbáncfű, kakukkfű, csalán, zsurló, mogyorófa levél, diófa levél, pásztortáska, piros lóhere.

Ez a teakeverék tartalmazza a legtöbb komponenst, melyet évtizedek óta készítenek ezekből a gyógynövényekből. Régen ez volt az egyetlen teareceptjük és ezt alkalmazták emésztési zavaroknál, puffadásnál és görcsoldóként, valamint tisztítókúráknál. Szinte minden bajra ezt itták és az emberek sorra számoltak be a tea pozitív hatásáról (Flórián, 2015).

3. A férfiak tea

Összetétel: szúrós gyöngyajak, nyírfalevél, zsurló, galagonya, citromfű, kakukkfű, rózsaszirm, fekete áfonya, vörös áfonya.

A férfiak szervezetének is szüksége van tisztításra, hogy ereje megújuljon. Szíverősítő, valamint a húgyutak és a férfi nemi szervek tisztulását segítő gyógynövényeket tartalmaz, így megelőzhető az időskori prosztatagyulladás kialakulását (Flórián, 2015).

4. A máj-epe tea

Összetétel: körömvirág, cickafark, orbáncfű, fekete áfonya, borsmenta, diólevél, vérehulló fecskefű.

A máj fontos szervünk a vérképzés, a méregtelenítés, a kiválasztás és a raktározás szempontjából, melynek hatékony működése nagyban szükséges egészségünk fenntartásához. Ennek a teakeveréknek a főzete segíti a májműködést, ezáltal járul hozzá a tápanyagok kiválasztásához és a salakanyagok kiürítéséhez (Flórián, 2015).

5. Jó reggelt tea

Összetevői: fodormenta, citromfű, szurokfű, málna, körömvirág, fekete áfonya.

Természetes reggeli frissességet nyújtó teakeverékük, amely hozzájárul, hogy újult erővel induljon a reggel. Serkenti az emésztőrendszerünk működését és elménk frissességét. Főként a reggeli és délelőtti órákban fogyasztható, kimondottan kellemes ízvilággal társuló teakeverék (Flórián, 2015).

4.4. Értékesítés

A Halasági- Csibi termékek háznál is, de környékbeli ajándékboltoknál, gyógynövényes üzletekben, erdélyi kézműves termékeket forgalmazó vásárokon is fellelhetők.

Találkozhatunk velük Erdélyben rendezett vásárokon is. Az összefüggő szakmai gyakorlatom során két vásáron is részt vettem. Első ott töltött hétvégémen Flórián Albert feleségével Flórián-Szász Bernadettel tartottam a gyergyóremetei falunapok alkalmával megrendezésre kerülő vásárra (17. ábra).

17. ábra: Gyergyóremetei napok vásárán Halasági-Csibi termékekkel
(Forrás: Flórián-Szász Bernadett felvétele, 2023. július 8.)



A piactéren kézműves termékek sorakoztak, szörpárusok, ékszerészek. Mi voltunk az egyetlen gyógynövényes sátor. A kertben virító gyógynövényekből szedtünk párat egy csokorba, hogy az asztalunkon díszelgessen. A termékek pedig a következők voltak:

- mono teák széles körben,
- teakeverékek,
- gyógykenőcsök,
- tinktúrák,
- talpbetétek 32-46-os méretig,
- gyógynövény-keverékes párnák,
- gyógynövényes mustár.

18. ábra: Halasági-Csibi sátor a VIII. Székelyföldi Gyógynövénynapon Csíksomlyón
(Forrás: Lakatos Viktor felvétele, 2023. július 15.)



Második alkalommal pedig a VIII. Székelyföldi Gyógynövénynapon Csíksomlyón jelentünk meg (18. ábra), amelynek - nagy örömmre - hallgatótársam Bánhegyi András aktív részese volt, ki szintén itt teljesítette az összefüggő szakmai gyakorlatát. Az igazi szívmengető élmény pedig az volt e becses napon, hogy sok régi és új barát és kedves tanárunk kapcsolódott, találkozott, kezet foghatott, meleg ölelést kaphatott és értékes szavakat válthatott, mivel erre az eseményre egy busznyai MATE-s gyógy- és fűszernövények szakos hallgató is ellátogatott, valamint több gyakorlati helyszín gazdái is.

Óriási lehetőség rejlik ezekben a vásároknak. Tanácsadás, tapasztalatmegosztás, vevők általi visszaigazolás és élménybeszámolók állnak itt sorban. A személyes kapcsolódásnak, két szempár őszinte találkozásának pedig ereje van, akár gyógyító is. Hogy példaként említsek egyet, nagy meglepetést váltott ki több kedves vásárlóban is a Halasági-Csibi Visszerkenőcs, amely egy évnyi alkalmazása után eltüntette a visszereket. Ennek a kenőcsnek az összetevői között szerepel a fekete áfonya is, melynek az erek tisztító hatása szinergiában érvénysül.

Online téren is elérhetők és megrendelhetők a készleten lévő termékek:

<https://www.greenspace.hu/halasagi-csibi-termek>

https://www.erdelyitermek.hu/shop_search.php?search=csibi

<https://helyenvalo.ro/termelo/florian-albert-producator-halasagi-csibi/>

A Halasági-Csibi a láthatóság érdekében Facebook közösségi megjelenéssel is rendelkezik (19. ábra). Az oldalon hírt adnak tevékenységükről, saját és kapcsolódó rendezvényekről.

19. ábra: Megjelenés közösségi oldalon

(Forrás: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100057572884916>)



5. SZAKMAI ÖSSZEGZÉS

A Magyar Agrár- és Élettudomány Egyetem képzésén számtalan lehetőségem nyílt a gyógy- és fűszernövények felsőoktatási szakképzési szak hallgatójaként, hogy merőben újat tanuljak az életről. Látószögemet folyamatosan szélesítő és részleteiben mélyre ható tudást gyűjtöttem az elmúlt 4 félév alatt. Az elméleti részek mellett olyan életszerű helyszíneken, szakmai üzemlátogatásokon és gyakorlati helyeken járhattam, melyek még határokat is áthidaló tapasztalatokat adtak. Határon túli, felvidéki lányként az a lehetőség, hogy a szakmai gyakorlataimat - egy ugyancsak az Anyaországtól elcsatolt területen -, Székelyföldön teljesíthettem, az egységtudat, az összetartozás és az elválaszthatatlanság érzését keltette és ekkor a határok láthatatlanná váltak, az akadályok eltűntek és a nemzet újra kapcsolódhatott bennem és a közösségben.

A Kárpát-medence bőséges a gyógynövények szempontjából is. Szakmai gyakorlataim során testközelből tanultam meg, mennyire fontos a növényismeret, a részletekre való odafigyelés. A minőségi növényi drog előállítása is ezt a figyelmet követeli. Míg készterméket kapunk, hosszas folyamat és energia s olykor türelem szükséges. A Halasági-Csibi Egyesület nem csak fizikailag, de lelkiületében is a gyógyítás természetes útját járják és hozzáadott értéként tárolják ezt minden termékükben. A gyűjtés helyszíne és a munkához való hozzáállás, mely inkább hivatás, példaértékű egy jobb és emberibb világ teremtésében.

A fekete áfonyával való ismerkedésemben rá kellett jöjjenek, hogy egyetlen növénynek mennyi áldásos hatása és felhasználása lehet. A népi gyógyászatot továbbra is érdemes figyelembe vennünk, mert értékes tapasztalat rejlik bennük, melyet mi hordozhatunk tovább és ma már valamennyi eszközünk meg van arra, hogy akár alátámaszthassuk, igazolhassuk hatásosságukat. És nem igaz az a tévhit, hogy minden, ami egészséges, rossz ízű. Az áfonya ízletes és élelmiszerként is felhasználható. Jótékony hatásai vannak látószervünkre, az ereinkre és hosszan tartó kezelésre javallják érelmeszesedésben, vérzékenységben, melyek az érfalak, hajszálerek elváltozásai miatt jelentkezhetnek, a visszerek gyulladásában. Korlátlan ideig használható és élvezeti teaként is levéldrogja és termése.

A fekete áfonya vadon termő gyógynövény, Erdélyben bőségesen előfordul, ezért nem foglalkoznak termesztésével. Annak ellenére, hogy terméldrogja és készítménye hivatalos a VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben úgy ítélem, hogy a termése továbbra is inkább élelmiszerként

(szörp, lekvár, likőr, szeszes ital) továbbá kedvező hatásai miatt „super food”-ként fog hasznosulni a jövőben is. A termesztett fürtös áfonya (*Vaccinium corymbosum*) termésének nagyobb arányú megjelenése egyfajta versenytársa a fekete áfonyának. Ugyanakkor a fekete áfonya felhasználásával előállított termékek különleges termékként lehetnek továbbra is jelen, amely előnyt jelenthet a fürtös áfonyával szemben.

A fekete áfonya levél (*Myrtilli folium*) nem hivatalos drog a VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben, ugyanakkor gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítményben (gyógytermék) is felhasználják. A levéldrog szerepet játszhat továbbra is monoteaként (vagy teakeverékként) élvezeti célból, mint a folyadékbevitel változatos eszközeként, valamint (a népgyógyászati tapasztalatokon nyugvó) vércukorszint-csökkentő, és egyéb kedvező hatása miatt.

Ahogy hazánkban visszaszorulóban van a nagyobb arányú vadon termő gyógynövénygyűjtés, úgy ítélem, hogy ez várható Erdélyben is hosszabb távon, ha az életszínvonal emelkedésével a gyűjtők más tevékenységet fognak folytatni. Ugyanakkor helyi termékként – igaz kisebb mennyiségben – továbbra is jelen lesznek Erdélyben, Székelyföldön a fekete áfonyát tartalmazó termékek, amelyek a fellendülő romániai vidéki turizmus gasztronómiáját gazdagíthatják.

A gyógynövények a mindennapi életünk részei, melyet, ha megfigyelünk egy tudományt hordoz magában. Segíti az életünket a Földön, minél többet foglalkozunk velük. Természetesek és jótékonyak, s ha a megfelelő tudást magunkévá tesszük és tovább dolgozunk velük, egészségünk, jóllétünk és környezetünk is megköszöni.

A természet még mindig ugyanott van, ahol eddig volt és várja, hogy újra felfedezzük és kölcsönhatásba kerüljünk vele. Csak körbe kell néznünk, mert „Isten tálcán kínálja a bajokra a megoldást” - mondta Szabó Gyuri bácsi, az ismert és szeretett bükki füves emberünk, kitől nagyon sokat tanulhattunk az elmúlt évtizedekben arról a már-már homályban lévő, de újra feltörő tudásról, mely egykor a mindennapi élet részét képezte. Ő évente figyelte a megjelenő gyógynövényeket, s amelyek túlsúlyban, bőségesen mutatkoztak mennyiségükkel kirívóan, azt a természet válaszának értelmezte, a növény gyógyítóként utalt a felbukkanó betegségekre vagy kollektívan kezelendő bajra. Érdeemes hát kinyitnunk a szemünket ezekre a jelekre is.

Mai világunkban nem csak a kényelem az úr, de egyre inkább a tudatosság is, és megfigyelhető, hogy fokozatosan átveszi a vezető szerepet, élen e fáklyahordozókkal, kik

tudásukat közkinccsé téve fejlesztik és ébresztik a népet. Ezt teszi ez a szak is. Így haladunk tovább a mesterséges világból a természetesbe a megszerzett modern tudással karöltve. Egyre nagyobb közönségnek örvendenek a természetes, gyógynövény alapú készítmények, alternatív gyógymódok, a házi készítmények és patikák és a gyógyfüvek gyűjtését is egyre többen maguk végzik.

Javaslom tehát, hogy maradjunk nyitottak és befogadók a régi és új tudás számára és fedezzük fel újra a természet nekünk rejtegetett kincseit.

IRODALOMJEGYZÉK

1. Augustin B. – Jávorka S. – Giovannini R. – Rom p. (1948): Magyar gyógynövények. Budapest: Földmivelésügyi Minisztérium. p. 208.
2. Anonymus 1: Hamvas áfonya. Letöltés dátuma: 2023. 10. 15., forrás:
https://naturportal.hu/gyogynovenyek/hamvas_afonya/?fbclid=IwAR3ugwAVa5ZOAQ_bagtqcl2si9hmdc1FkG5mwnhcWGdoCPqiOpWk4hqpK-Y
3. Anonymus 2: Letöltés dátuma: 2023. 11. 02., forrás:
<https://helyenvalo.ro/termelo/florian-albert-producator-halasagi-csibi/>
4. Csata B. (2012): Székelyhon. Letöltés dátuma: 2023. 10. 23., forrás:
<https://szekelyhon.ro/aktualis/gyergyoszek/rendezvenyekben-gazdag-julius#>
5. Csedő K. – Laza A. – Giurgiu M. (1980): Vaccinium myrtillus L.. In: Csedő K. (szerk): *Hargita megye gyógy- és fűszernövényei - Plantele medicinale și condimentare din județul Harghita*. h.n. p. 615.
6. Erdélyi receptek (2023): Letöltés dátuma: 2023. 10. 24., forrás:
<https://erdelyireceptek.ro/fekete-afonya/>
7. Erdélyi Receptek. (2023). Letöltés dátuma: 2023. 10. 24., forrás:
<https://erdelyireceptek.ro/afonyabor/>
8. Ferenczi A. (1994): *Gyergyói Synten Minden*. 94 (4), 4.
9. Flórián A. (2015). Gyógyító növények (szakdolgozat). Természetes Gyógymódok Egyesület, Budapest.
10. Gunda B. (2001). Magyar Néprajz II. Gazdálkodás - A vadnövények gyűjtése. Budapest: Akadémia Kiadó. Letöltés dátuma: 2023. 10. 10., forrás:
<http://mek.niif.hu/02100/02152/html/02/4.html>
11. Házi Patika. (2012. 02. 12.). Letöltés dátuma: 2023. 10. 30., forrás:
https://www.hazipatika.com/taplalkozas/zoldseg_gyumolcs/cikkek/az_afonyabor_lehet_az_uj_csodaszer
12. Kéry Á. (2019): Növények, növényi drogok szkrin (szűrő) vizsgálata In: Szőke É. (szerk.) *Gyógynövénytől a gyógyításig. Farmakognózia- Fitokémia- Fitoterápia- Biotechnológia*. Budapest: Semmelweis Kiadó.
13. Kéry Á. – Zámbo I. (2013). A drog fogalma és nevezéktana. In: Bernáth J. (szerk.): *Vadon termő és termesztett gyógynövények*. Budapest: Mezőgazda Kiadó, p. 24.

14. Lencsés R. (2022). Kertünk Patikája - Termeszthető fűszer- és gyógynövények. Szerzői kiadás, p. 48–51.
15. Lucas R. (1992). Csodatevő gyógynövények. Budapest: Top Trading Hungary - Kereskedelmi Kft.
16. Makkay J. (2022). Magyar Nemzet. Letöltés dátuma: 2023. 10. 23., forrás: <https://magyarnemzet.hu/lugas-rovat/2022/10/eltunoben-a-szekelyfoldi-havasi-afonya-az-unios-tamogatasok-kovetkezteben>
17. Masclef A. (1891). Atlas des Plantes de France. Párizs: Librairie des Sciences Naturelles.
18. Pál-Molnár E. (1998): A ditrói szienitmasszívum földtani felépítése és petrológiája, különös tekintettel a hornblenditek és dioritok kialakulására. PhD értekezés. Szeged: József Attila Tudományegyetem. Letöltés dátuma: 2023. 08. 02. forrás: https://doktori.bibl.u-szeged.hu/id/eprint/4350/1/1998_pal_molnar_elemer.pdf
19. Pedrotti W. (2008). GYÓGYTEÁK - Egyszerű receptek a jó közérzetért. Kossuth Kiadó Zrt., p. 26.
20. Ph. Hg. VIII. (2019): Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés- egészségügyi Intézet. Letöltés dátuma: 2023. 10. 10., forrás: OGYEI: <https://www.ogyei.gov.hu/>
21. Rácz G. (2000): Vaccinium myrtillus - fekete áfonya. In: Bernáth J. (szerk.): Gyógy- és aromanövények, Budapest: Mezőgazda Kiadó., p. 570–572.
22. Rácz G. – Rácz-Kotilla E. – Szabó L. Gy. (2012): *Gyógynövények ismerete. A fitoterápia és az alternatív medicina alapjai*. Budapest: Galenus Kiadó., p. 404–406.
23. Tierra M. (1990): Gyógyfüveskönyv. Budapest: Hunga-Print Nyomda és Kiadó. p. 143.
24. Winston D. (2020): Adaptogének - Gyógynövények stressz csökkentésére, erő és állóképesség növelésére. Debrecen: Hórusz Könyvkiadó., p. 17.

ÁBRÁK ÉS TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

Ábrák jegyzéke

1. ábra: A fekete áfonya (<i>Vaccinium myrtillus</i> L.) Hargita megyében	4
2. ábra: A fekete áfonya illusztrációja	6
3. ábra: Áfonyafésű, avagy kokojzaszedő	9
4. ábra: Hamvas áfonya (<i>Vaccinium uliginosum</i> L.)	10
5. ábra: Vadon termő fekete áfonya	11
6. ábra: Termesztett fürtös áfonya (<i>Vaccinium corymbosum</i> L.) 'Heidi'	12
7. ábra: Orotva földrajzi elhelyezkedése	17
8. ábra: Halasági-Csibi gyógynövényes készítmények matricái 1985-től	18
9. ábra: Balról a ház, Tündér- s manólak, fészker, étkező	19
10. ábra: Áfonya-állományok közt a Tászik tetőn	20
11. ábra: Drogok napoztatása	22
12. ábra: 1 kg friss fekete áfonya leveles hajtás	23
13. ábra: Padláson száradó leveles hajtás	23
14. ábra: Száraz fekete áfonya leveles hajtás szártalanítás előtt	24
15. ábra: Fekete áfonya kóró	24
16. ábra: Fekete áfonyalevelet tartalmazó Halasági-Csibi termékek	26
17. ábra: Gyergyóremetei napok vásárán Halasági-Csibi termékekkel	28
18. ábra: Halasági-Csibi sátor a VIII. Székelyföldi Gyógynövénynapon Csíksomlyón	29
19. ábra: Megjelenés közösségi oldalon	30

Táblázatok jegyzéke

1. táblázat: A fekete áfonya drogjai és készítményei a VIII. Magyar Gyógyszerkönyvben	7
---	---

NYILATKOZAT

a záródolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve: Tóthová Kristína
A Hallgató Neptun kódja: A1VDTD
A dolgozat címe: A fekete áfonya (*Vaccinium myrtillus* L.) gyűjtése és feldolgozása a székelyföldi Orotván
A megjelenés éve: 2023
A konzulens intézetének neve: Növénytermesztési- tudományok Intézet
A konzulens tanszékének a neve: Agronómia Tanszék

Kijelentem, hogy az általam benyújtott záródolgozat egyéni, eredeti jellegű, saját szellemi alkotásom. Azon részeket, melyeket más szerzők munkájából vettem át, egyértelműen megjelöltem, és az irodalomjegyzékben szerepeltettem.

Ha a fenti nyilatkozattal valótlan állítottam, tudomásul veszem, hogy a záróvizsga-bizottság a záróvizsgából kizár és a záróvizsgát csak új dolgozat készítése után tehetek.

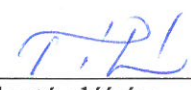
A leadott dolgozat, mely PDF dokumentum, szerkesztését nem, megtekintését és nyomtatását engedélyezem.

Tudomásul veszem, hogy az általam készített dolgozatra, mint szellemi alkotás felhasználására, hasznosítására a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem mindenkori szellemi tulajdonkezelési szabályzatában megfogalmazottak érvényesek.

Tudomásul veszem, hogy dolgozatom elektronikus változata feltöltésre kerül a Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem könyvtári repozitori rendszerébe. Tudomásul veszem, hogy a megvédett és

- nem titkosított dolgozat a védést követően
- titkosításra engedélyezett dolgozat a benyújtásától számított 5 év eltelte után nyilvánosan elérhető és kereshető lesz az Egyetem könyvtári repozitori rendszerében.

Kelt: Gyöngyös, 2023 év november hó 6. nap


Hallgató aláírása

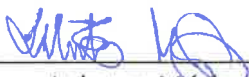
NYILATKOZAT

Tóthová Kristína (A1VDTD) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a záródolgozatot áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A záródolgozatot védeésre javaslom / nem javaslom¹.

A dolgozat állam- vagy szolgálati titkot tartalmaz: igen nem^{*2}

Gyöngyös, 2023. november 6.


Lakatos Márk

¹ A megfelelő aláhúzendó.

² A megfelelő aláhúzendó.