

ZÁRÓDOLGOZAT

Varga Mónika

2023



**Magyar Agrár- és Élettudományi Egyetem
Károly Róbert Campus
Növénytermesztési- tudományok Intézet
Gyógy- és fűszernövények felsőoktatási szakképzési szak**

Réti palástfű vadongyűjtése Erdélyben

Belső konzulens: Dr. Bélteki Ildikó
egyetemi adjunktus
**Belső konzulens
intézete/tanszéke:** Növénytermesztési-
tudományok Intézet

Készítette: Varga Mónika

**Gyöngyös
2023**

TARTALOMJEGYZÉK

1. BEVEZETÉS	1
2. SZAKIRODALMI FELDOLGOZÁS	2
2.1. A gyógynövény fogalma, a gyógynövényágazat jelentősége	2
2.2. A gyógynövények története, történelme	3
2.3. Réti palástfű (<i>Alchemilla xanthochlora</i> Rothm.)	5
2.3.1. Drogja.....	6
2.3.2. Hatóanyagai.....	8
2.3.3. Morfológiai jellemzői.....	9
2.3.4. Földrajzi területmeghatározása és hazai előfordulása	11
2.3.5. Környezeti igénye	12
2.3.6. Vadongyűjtés.....	13
2.3.7. Elsődleges és másodlagos feldolgozás	13
2.3.8. Hagyományos felhasználás és terápiás indikációk.....	14
2.3.9. Ellenjavallatok, interakciók.....	16
3. A TÉMA KIFEJTÉSE.....	18
3.1. Az orotvai Halasági-Csibi birtok bemutatása.....	18
3.2. Választott tevékenységem	22
3.3. Felvásárlás, áruátvétel	26
3.4. Tárolás, elsődleges feldolgozás.....	27
3.4.1. Szárítás	28
3.5. Előkészítés, kézi válogatás, másodlagos feldolgozás.....	30
3.5.1. Termékek.....	31
3.5.2. Csomagolás, raktározás	32
3.5.3. Értékesítés és marketingtevékenység	33
4. SZAKMAI ÖSSZEGZÉS	34
IRODALOMJEGYZÉK.....	37
ÁBRÁK ÉS TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE	39

1. BEVEZETÉS

Első székelyföldi látogatásom, a tavalyi orotvai szakmai gyógynövény gyakorlatom óta nem volt kérdés számomra, hogy a Réti palástfűről (*Alchemilla xanthochlora* Rothm.) szeretném írni a dolgozatom. Rendkívül sokrétűen felhasználható növénynek ismertem meg.

Óriási szerepet tölt be az erdélyi emberek életében ez a különleges szépségű misztikus gyógynövény, ami az Anyaság szimbóluma. Egész Székelyföld területén vadon terem, Romániában nem védett, lépten-nyomon tűndöklök a harsogóan zöld fűben. Ennyi Tündérmese, mítosz, fantáziálás egyik gyógynövényt sem lengi körül. Megannyi alkimista történet terjedt szájról-szájra esténként a javasasszonyok, füvesemberek, vajákosok között a Harmat lapiról (népi elnevezése a Palástfűnek). Inspirált, hogy a legnőiesebb gyógynövénynek tartják Erdélyben, Németországban, Svájcban és hazánkban is. Szinte nincs olyan NŐI probléma amire ne ajánlaná a nép- és természetgyógyászat, napjainkban már az orvostudomány is. Körüllengi egy különleges, varázslatos, boszorkányos hangulat, ami foglalkoztatja az ott élő embereket bármikor is kerül szóba. Hitük szerint Szűz Mária áldását hordozza, a szelídséget szimbolizálja, a földből égi vizet állít elő, és az ember spirituális útját jelöli ki a magasabb lét felé.

Dolgozatom fő célja, hogy bemutassam a székely emberek életében a vadon gyűjtés fontosságát, a Réti palástfű (1. ábra) tulajdonságait, a (nép)gyógyászatban betöltött jelentős szerepét. Ismertetem az elsődleges, másodlagos feldolgozását, felhívom a figyelmet erős női szerv védő hatására, illetve szándékom, hogy ötleteket adjak e szépséges gyógynövény felhasználási lehetőségeiről természetes, egészségvédő, gyógyhatású termékekben, amiket előszeretettel használnak már sokan nagy Magyarország egész területén.

Nem utolsó sorban pedig utánajárok, hogy mennyi mindenre gyógyír még a főleg női körökben ismert gyógyhatásain kívül ez a különleges gyógynövény.



1. ábra: Réti palástfű

Forrás: saját felvétel, Hargita megye, Orotva, 2023.05.16.

2. SZAKIRODALMI FELDOLGOZÁS

2.1. A gyógynövény fogalma, a gyógynövényágazat jelentősége

Gyógynövénynek nevezzük azokat a növényeket, amelyek jótékony, gyógyító hatást gyakorolnak az emberi szervezetre, az ipar felhasznál gyógyszerek előállítására, melyeket a népi gyógyászatban, természetgyógyászatban, hivatalos gyógyászatban a hagyományok, illetve irodalmi adatok alapján alkalmaznak, vagy valaha alkalmaztak (LAKATOS 2020).

A gyógynövények a legősibb és egyben a legegyszerűbb gyógyszerek a Földön az embereknek, állatoknak. Hatékonyságuk főként több hatóanyag együttes, szinergista hatásának köszönhető. Mozgásba hozzák saját öngyógyító erőinket a betegségekkel szemben, mintegy nagy egységként látva az emberi szervezetet. Rendkívül ellenállóak (főleg a vadon gyűjtöttek), szerényebb mértékben igénylik a gondozást, ápolást, növényvédelmet ültetett társaiknál. Természetesen a gyógyszerészt, orvost nem helyettesítik, s az öngyógyításba vetett hit túlbecsülése akár végzetes is lehet, de rendkívül fontos szerepük volt, van és lesz is az emberiség életében (SEITZ 1992).

A gyógynövényágazat magába foglalja a gyógynövények vadon gyűjtését, termesztését, felvásárlását (gyűjtőtől, termelőtől vagy kereskedőtől), elsődleges és másodlagos feldolgozását. Alapanyagot szolgáltat a kozmetikai- és élelmiszeriparnak, és a hagyományai miatt fontos a turizmusban is. Az alapanyag állapota vagy eredete alapján felosztható vadon termő és termesztett, illetve nyers és drogállapotú gyógynövényekre. Fokozatosan alakultak ki a hazai gyógynövényágazat közel évszázados történelme során azok a termelési körzetek, amelyek meghatározóak napjainkban az ágazatra nézve. A természetes hazai flóra hasznosítása dominált kezdetben, amit később a növények termesztése tett teljessé. Természetes élőhelyekről származik a gyógynövényfajok 60-70%-a.

Magyarország különösen gazdag földrajzi fekvésének és éghajlatának köszönhetően vadontermő gyógynövényekben. Országunkban körülbelül 2500 virágos növényfaj található. Mai ismereteink alapján a hatóanyagokat tekintve kb. 430 a vadon élő gyógynövények száma, ebből ténylegesen gyűjthető kb. 300 faj. Gyógynövénytermesztés nagyjából 20 ezer hektáron folyik, nagyságrendileg 30 ezer tonna az előállított drogmennyiség (LAKATOS 2020).

A legfontosabb gyűjtött gyógynövényeink: Nagy csalán (*Urtica dioica* L.), Orvosi székfű (*Matricaria recutita* L.), Fekete bodza (*Sambucus nigra* L.), Mezei cickafark (*Achillea collina*), Hársfajok (*Tilia spp.*), Csipkebogyó (*Rosa canina*), Aranyvesszőfajok (*Solidago spp.*).

A gyógynövénytermesztés a kertészeti ágazatok legfiatalabb tagja, de jelentősen különbözik tőlük, csak kis mértékben részesedik az összes termelésből. Tradicionális múltra tekint vissza, egykori sikerágazatról beszélünk. Szélsőséges a piac, ciklikus, kiszámíthatatlan, túltermelés és hiány is megfigyelhető. Egymás versenytársaivá váltak a hazai termelők. Nehezen tudják felvenni a versenyt a hazai drogok a világpiacon. Ennek ellenére Magyarország exportorientált, a vadon gyűjtött és termesztett drogok 60-80%-a a mai napig külföldre kerül. A hazai termelésre az alacsony feldolgozottságú, alacsony hozzáadott értékű, elsődlegesen feldolgozott termékek a jellemzőek (LAKATOS 2020).

Hazánkban a gyógynövényágazattal összefüggő érdekképviselői tevékenységet a Gyógynövény Szövetség és Termék Tanács (GYSZT) látja el. Célja a szervezetnek a szakemberek, oktatók összefogása, szakmai érdekek harmonizálása, egyeztetése, feltárása a gyógynövény vertikum területén működő gazdálkodó szervezet, természetes jogi személy és ezek szerveződéseinek között. Ők gyűjtéssel, termesztéssel, felvásárlással, feldolgozással és kereskedelemmel foglalkoznak, gyógynövényekből készített termékeket állítanak elő és forgalmazzák (LAKATOS 2020).

2.2. A gyógynövények története, történelme

A gyógynövények felhasználása, szeretete egyidős az emberiség történetével. Ősidők óta vágyunk a természet meghódítására, megismerésére. Kíváncsian kémleltük a bogyókat, virágokat, gyökereket remélve gyógyító és nem mérgező hatásukat. Némelyek édesek, fanyarok, keserűek, vannak köztük bódítóak, illatosak, kóstonogatásuktól a szerencsések meggyógyultak, de akadtak olyanok is, akik az életükkel fizettek vakmerőségükért. Tudásunk részben ösztönös volt, de sok évezred kellett ahhoz a mai ismerethez, ami a birtokunkban van a könyvek, tapasztalatok, tudósok, szakemberek, füvesemberek által. A kollektív tudás, tapasztalat beépült a tudatalattinkba, és terjedt kontinensről kontinensre.

A tiroli Alpokban 1991-ben felfedezett jégkorszaki ember maradványai mellett, aki időszámításunk előtt 5400 évvel élt, gyógyító, görcsoldó, vérzéscsillapító növényt találtak. Egyiptomban már széleskörű tudással rendelkeztek a fáraók orvosai.

A VIII. században egy babiloni király (Nabukodonozor) alapította az első gyógynövénykertet, ahol a feljegyzések szerint 64-féle növényt gondoztak. Az ókori görögöknél Hippokratészt tartjuk az orvostudomány és a gyógyszerészet atyjának (SZABÓ és LOPES-SZABÓ 2008).

Az ókori Rómában Galenus alapos ismerője volt a gyógynövényeknek, és a mai napig galenusi készítményeknek nevezzük a különböző gyógyszerformákat (kenőcsöket, tinktúrákat, ecetes vagy vizes kivonatokat, tapaszokat) amiket anno készített az orvos (KÉRY 2000).

A sötét középkorban tovább bővült a gyógynövények ismerete, helyet kaptak a kolostorok kertjeiben. Tudatosan, nagy szakértelemmel veteményeztek az apácák, szerzetesek és jegyezték fel pontos recepteket a vaskos kódexekbe. A leghíresebb orvos Paracelsus volt, aki azt vallotta, hogy a körülöttünk levő növényekkel kell meggyógyítani magunkat.

A gyógynövények hatóanyagainak kimutatása és kivonása a XIX. század elején kezdődött (szalicilsav, inulin, papaverin, digoxigenin, metil-digoxigenin). 1860-tól számítjuk a modern gyógyszerészet történetét, amikor is laboratóriumban az aszpirin alapanyagát mesterségesen előállították. Egészen az 1930-as évekig a gyógyszerészek és az orvosok a gyógyszerek, pirulák 90%-át növényi alapanyagokból vonták ki.

A magyarok gyógyító tudásának mindig alapjául szolgált a népi gyógynövényismeret. Honfoglaló őseink megmentői, gyógyítói a táltosok voltak, akik kapcsolatban álltak a földi és az égi erőkkel egyaránt. Történelmünkben, kultúránkban évszázadokon át megfigyelhető a gyógynövények szeretete, megbecsülése, generációról generációra örökítettük a tudást, tapasztalatokat tovább (SZABÓ és LOPES-SZABÓ 2008).

Arról tanúskodik egy XVI. századi feljegyzés, hogy a gyógynövényismereti szaknyelv és a magyar orvosi nyelv már rendkívül gazdag volt ebben az időszakban (CALEPINUS 1558). Ekkortájt a nemesi udvarok állandó kiadása volt már a füvesasszonyok bére és a házi gyógyító patikaláda feltöltése.

A XVIII. század végén nagyobb mennyiségben elkezdődött Magyarország erdeiben, mezein, Erdély hegyein, völgyein a vadon gyűjtés. Hozzáértő szakemberek járták a lelőhelyeket, kerestek egyre többféle gyógynövény fajt, és bíztak meg mezei munkásokat a fizikai feladatok elvégzésére. A modern etnobotanikai vizsgálatok alapját ezek a tények adták, melyek során elvégezték a növények gyógyszerhatástani vizsgálatát. Számos népi gyógynövénynél igazolták a népi javallat gyógyhatását, és ezért többféle, új gyógynövényalapú gyógyszereket kísérleteztek ki (SZABÓ és LOPEZ-SZABÓ 2008).

Bizonyos kémiai komponenseit a gyógynövényeknek még ma sem tudják szintézis útján előállítani, vannak olyanok is, melyeket csak szervesanyag-alap segítségével lehet reprodukálni félszintetikus folyamattal (KOCSIS 2014).

2.3. Réti palástfű (*Alchemilla xanthochlora* Rothm.)

Népi, magyar nevei: boldogasszony palástja, boldogasszony tenyere, oroszlántalpű, karéjos bokál, farkastalp, harmat lapi, zsanika (népi taxon) (BABAI et al. 2014).

RENDSZERTANI BESOROLÁS:

Törzs: *Magnoliophyta* (zárvatermők)
Osztálya: *Magnoliopsida* (kétszikűek)
Rendje: *Rosales* (rózsavirágúak)
Családja: *Rosaceae* (rózsafélék)
Alcsaládja: *Rosoideae* (rózsafélék)
Nemzetsége: *Alchemilla* (palástfűfajok)
Faj: *Alchemilla xanthochlora* Rothm. (Réti palástfű)

Nemzetségébe nagyszámú apomiktikus „kisfaj” tartozik, köztük sok az átmeneti jellegű keverékfaj, ezért sokszor még a botanikusok is nehezen különböztetik meg egymástól őket. Mintegy 250 Palástfű faj ismert (*Alchemilla* spp.). Erősen veszélyeztetett formagazdag fajcsoport. Drogját importáljuk (BERNÁTH és RÁCZ 2013).

Közép-Európában található néhány faj:

- Magyar palástfű (*A. hungarica*)
- Havasi palástfű (*A. glabra* Neygenf.)
- Kecses palástfű (*A. gracilis* Opiz)
- Szürkészöld palástfű (*A. glaucescens* Wallr.)
- Hegyeskaréjú palástfű (*A. acutiloba*)
- Csipkéslevelű palástfű (*A. crinita*)
- Lágyszőrű palástfű (*A. mollis*)

Hazánkban valamennyi *Alchemilla* faj védett (13/2001.V.9.), eszmei értékük 5000-10000 Ft. A Hegyi palástfű (*Alchemilla glaucescens*) természetvédelmi értéke a legmagasabb: 10000 Ft. Kivett a védelem alól a gyógyászati célra felhasznált Réti palástfű feldolgozott származéka. Termesztése az Országos Környezetvédelmi és Vízügyi Felügyelőség engedélyével lehetséges. Erdélyben vadon gyűjthetőek (BERNÁTH és RÁCZ 2013).

2004-ben megjelent Ph.Hg. VIII.-ban a hivatalos palástfűfaj, a Réti palástfű (*Alchemilla xanthochlora* Rothm.). Magyarországon ez a faj főleg a Vendvidéken (nyugati országrész) nő, az *Alchemilla vulgaris* ellenben legszélesebb areával rendelkezik a Dunántúli és az Északi-középhegységben (DÁNOS 2006).

2.3.1. Drogja

A hétköznapi szóhasználatban a DROG szó alatt a kábítószereket értik. A szakirodalomban növényi drogról (*plantae medicinales*) beszélünk a gyógynövények gyógyászati célú felhasználata esetén.

Növényi drognak nevezzük a gyógynövény (aromanövény, fűszernövény) legtöbb hatóanyagot tartalmazó, általában szárítással tartósított részét. Ide tartoznak, szintén drognak tekinthetők a növényi nyersanyagból előállított termékek (például zsíros olaj, illóolaj, orvosi szén, kátrány) melyeket átalakítással ill. különböző technológiai eljárásokkal állítanak elő (LAKATOS 2020).

1929.08.20-án Brüsszelben a II. Nemzetközi Gyógyszerész Értekezleten döntöttek a ma használatos drog nevezéktan egységes használatáról. Hazánk 1930-ban foglalta jogszabályba, azóta Magyarországon is ez a protokoll.

A nemzetközi elnevezés latin nyelvű, a növényfajokat tudományos nevükkel kell jelölni.

A drogok jelentős részének alkalmazását szabványok és hatósági engedélyek szabályozzák, egy részük a Gyógyszerkönyvekben hivatalos (BERNÁTH et al.2013).

A népi gyógyászatban a drog elnevezésének, a növényi eredetű készítményekben nincsenek kötelező szabályai. Azonban ez nehezíti a gyűjtőmunka értékelését. Nevük tájegységenként változik (Erdélyben harmatlapú a palástfű), gyakran utalnak a felhasználásra, külalakjára (boldogasszony palástja), vagy akár mérgező mivoltára (bolondító beléndek). Nagy segítséget nyújtanak ezek az információk az etnobotanikai kutatómunkában (LAKATOS 2020).

A Réti palástfű (*Alchemilla xanthochlora* Rothm.) föld feletti részeiből állítják elő a drogot. Ez a virágos hajtás (*Alchemillae herba*), amely gyakran csak leveleket tartalmaz, de értékeesebb drogot kapunk, ha virágos hajtás és levél egyaránt van a szárítmányban (cserzőanyag-tartalma pirogallolban kifejezve min. 6% kell legyen).

A drogja a VIII. Magyar Gyógyszerkönyv tételei között van számontartva (BERNÁTH és RÁCZ 2013).

Az egészségvédelem, a visszaélések megakadályozása, a fogyasztói-, termelői-, kereskedelmi érdekvédelem céljából úgynevezett drogminősítést végeznek cégek, mint például a Semmelweis Egyetem Farmakognóziai Intézete is. Ezek az Európai Gyógyszerkönyv előírásainak megfelelő analitikus vizsgálatok, a GMP irányelveknek megfelelő laboratóriumokban (ANONYMUS 1).

A DROGOK elemzéseinek szempontjai:

- azonossági vizsgálat
- tisztasági vizsgálat
- tartalmi meghatározás

Azonossági vizsgálat:

- mikroszkópos (porpreparátumok és porított drogok azonosítása)
- makroszkópos (morfológiai sajátosságokra irányul, szabadszemmel, nagyítóval vagy sztereómikroszkóppal)
- kémiai reakcióval (kémcsőreakcióval)
- VRK (vékonyréteg), GC (gáz), HPLC (folyadék)-kromatográfiai

Tisztasági vizsgálat:

- organoleptikus (külső)
- száritási veszteség (105 °C-on)
- hamu- és homoktartalom (600 °C-on izzítás)
- peszticid-reziduum (gyógyászati felhasználás előtt)
- nehézfém, szennyeződés stb.

Tartalmi vizsgálat:

- keserűanyag
- kivonatanyag
- cserzőanyag
- alkaloid
- illóolaj
- összes flavonoid
- szaponin stb.

Gyógyászati célra csak kifogástalan terméket szabad felhasználni (BERNÁTH 2000).

2.3.2. Hatóanyagai

A növényekben felhalmozódó, keletkező anyagok felelősek a gyógynövények terápiás, biológiai és farmakológiai hatásáért.

HATÓANYAGNAK nevezzük az egészséget fenntartó, kóros folyamatokat gátló, megelőző, gyógyító hatású anyagokat. A növényi drog legfontosabb hatásáért az ún. főhatóanyag (egy vagy több) tehető felelőssé. A növények tartalmaznak egyéb anyagokat is, melyek a hatás kialakulásában szerepet játszanak, ezek a kísérőanyagok vagy más néven mellékhatóanyagok. Módosíthatják vagy elősegíthetik a pozitív, vagy egyéb tulajdonságok erősségét, szinergista hatást hozva létre. Azoknak a növényi részeknek a gyűjtése, amelyben a legmagasabb a hatóanyag tartalom, az a drogelőállítás alapja. Növényi drogról a növényi rész feldolgozása után beszélhetünk (LAKATOS 2020).

Speciális növényi hatóanyagok funkciói és néhány példa a növényvilágban:

- növekedés szabályozó hatás (lupin alkaloid)
- védekezési funkció segítése (fitoalexinek)
- táplálkozásgátlók (antifeddánsok) (kapszaicin)
- elriasztó hatás (repellensek) (terpenoid eredetű illóolaj-tartalom)
- rovarölő „cid” hatás (nikotin)
- alleopátia (juglon)
- atraktánsok (mustár glikozidok)
- tartalek tápanyagok (poliszacharidok)

A Réti palástfű kémiai összetétel pontossága a nagyszámú taxon, illetve sok esetben a többféle taxontól származó drog miatt nehezen elemezhető (BERNÁTH et al.).

A Réti palástfű hatóanyagai: fitoszterinek, keserűanyagok, cseranyagok, polifenolok, glikozidok, szaponinok, flavonoidok, kvercetin, palmitinsav, tanninsav, kumarin, illóolajok, szerves savak, ásványi anyagok, agrimoniin, proantocianidinek, dimer ellagitannin, nyomokban szalicilsav stb. (BERNÁTH et al.).

A gyógynövények hatóanyagait négy nagy csoportba sorolják kémiai tulajdonságaik alapján: ALKALOIDOK---GLIKOZIDOK---ILLÓOLAJ---EGYÉB HATÓANYAGOK (flavonoidok, cserző-, keserű- és nyálkaanyagok, szaponinok) (LAKATOS 2020).

Az ALKALOIDOK általában a mérgező növényekben fordulnak elő, de sok életmentő gyógyszer hatékony összetevői is. Általában nagyon keserűek (kivétel például az *Atropa belladonna*, a Nadragulya), ez meggátol minket a megkóstolásától, elfogyasztásától. Bármilyen meglepő is ide tartozik a burgonya (*Solanum tuberosum*) is.

A GLIKOZIDOK között is vannak „jók és rosszak”, fontos, hogy a megfelelő dózisban kell adagolni. Jó glikozid például az antocián glikozid, ami a színyanyagát adja a piros bogyósgyümölcsöknek. Rákmegelőző, sejt- és májvédő hatása van.

Az ILLÓOLAJOK a növények által kibocsájtott kellemes, vagy kellemetlen illat, amit az agy limbikus rendszere rögtön érzékel, és pozitív vagy negatív reakciót vált ki. Ez a testünk túlélési reakciója már ősidők óta. Az aromaterápia is ezen alapszik, öngyógyító folyamatokat indít be tudattalanul a testünkben, a növény szellemének is nevezik az illóolajokat bizonyos körökben. Nyákoldó, görcsoldó, vérkeringést serkentő, vírusellenes, fertőtlenítő, nyugtató is lehet.

Az EGYÉB HATÓANYAGOK közül a flavonoidok szerepe a növények UV-fénytől való védelme, és a kapillárisok megóvása. Antioxidáns, értágító, élénkítő, sejtvédő, izzasztó hatású.

A CSERANYAGOK fanyar, összehúzó íze egy kicsit a kelleténél tovább állni hagyott, vagy tovább főzött bögre gyógyteánál megtapasztható. Óráról órára sötétíti és egyre élvezhetetlenebbé teszi gyógyitalunkat. A csersav erősebbé, ellenállóbbá teszi a szervezetet, de túlzott fogyasztása gyomornyálkahártya-irritációt, hányingert, hányást okozhat.

A Réti palástfű nagy mennyiségben cserzőanyagot (ellagitannin, tannint, polifenolt) tartalmaz (4-8%), ez a tulajdonsága felelős számos jótékony hatásáért (hasmenéscsillapítás, szövetek feszesítése, vérzéscsillapítás, torokgyulladás stb.) (BICKEL 2016).

2.3.3. Morfológiai jellemzői

Évelő, lágyszárú gyógynövény. Formagazdag, erőteljes, gyakran akár 50-60 cm-re is megnő, de általában 30-40 cm. Gyöktörzse fásodó (2. ábra), kúszó, köményillatú, melyekből rövid elágazású meddő tölevélrózsa fejlődik. A szárok bolyhos szőrzetűek, a tölevelek hónaljából törnek ki, felemelkedők vagy felállóak (GRAU *et al.* 1983).

Szív alapú, kerekded vagy vese alakú levelei vannak, melyek ujjasan lekerekített 5-9 karéjosok (3. ábra), hosszú, kocsányos nyelűek, általvetett köpenyre, palástra emlékeztetnek. Sugárirányban redős, fűrészes, fonákját sűrű szőrzet fedi (4. ábra), aljuk ezüstösen csillog, akár tenyérnyi méretű is lehet (ZELENYÁK 1908).



2. ábra: Réti palástfű gyökér

Forrás: saját felvétel, Hargita megye, Orotva, 2023.05.22.



3., 4. ábra: Réti palástfű levél

Forrás: saját felvétel, Hargita megye, Orotva, 2023.05.20.

Bogernyős hímnős virágzata ernyőcskében csoportosul (5. ábra), belőlük később bőven nyíló fürtös ágak nyúlnak ki. Általában kopasz a virágkocsány. Apró virágai sárgás-zöldesek, pártája hiányzik, csészéje nyolc metszetű és egymagvú, néha csak 1-2 porzója van (ZELENYÁK 1908).



5. ábra: Réti palástfű virág

Forrás: saját felvétel, Hargita megye, Orotva, 2023.05.22.

Általában nyár elejétől, májustól szeptemberig virágzanak, többé-kevésbé elágazva. A levelek, a szár és a virágzat szőrözöttsége, a termetük, a levélkaréjok alakja szempontjából különböznek egymástól az egyes rendszertani egységek. Termése aszmag (BERNÁTH és RÁCZ 2013).

Egyik különlegessége a gyógynövénynek, hogy levelei kehely alakú mélyedéseiben reggelente aranyosan csillogó, titokzatos cseppek jelennek meg, ami a régi időkben az alkimistákat arany keresésére ösztönözte, a középkorban a nemesfém előállításához alapvető hozzávaló lett.

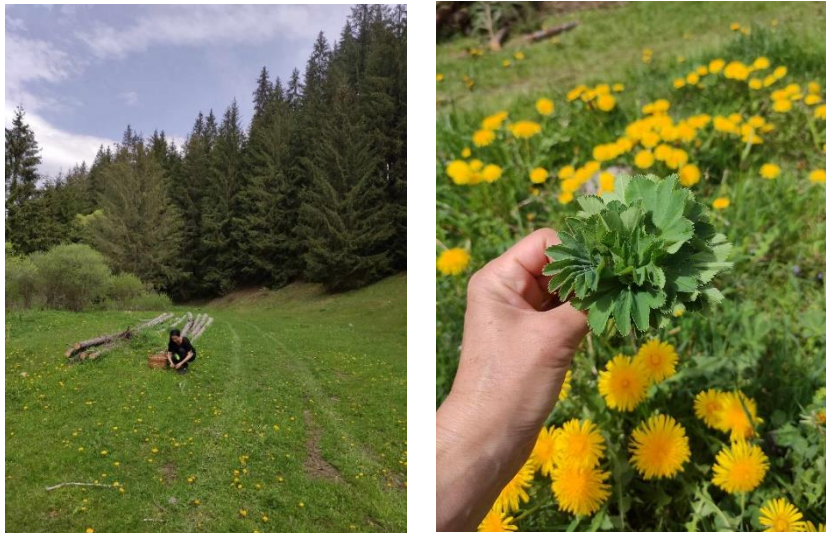
Nevét is innen kapta, így lett *Alchemilla*. Ezt az érdekes folyadékot a palástfű gázcserenyílásai választják ki, ellentétben azzal a véleménynel, hogy a reggeli harmat gyűlik össze lepelszerű leveleiben. Guttációs folyadéknak nevezzük, ami egy erősen koncentrált hatóanyagtartalmú nedv, amit a homeopátiában és a Bach-virágterápiában is felhasználnak. Lepereg egy idő után a leveleiről a gyógynövény öntisztuló, víztaszító (hidrofób) képességeinek köszönhetően.

Ezt lótusz-effektusnak nevezték el (BICKEL 2016).

2.3.4. Földrajzi területmeghatározása és hazai előfordulása

A Palástfű faj egész Európában megtalálható, de előfordul Észak-Ázsiában, Észak-Amerikában, a Himalájában, a Kaukázusban, még Grönland északi részén is. A Kárpát-medencében őshonos, hazánkban inkább a magasabb fekvésű hegyeken, 700 méterig terem. Az Ezüstös palástfű 1000 méter fölött is megél. Országunkban védett növény, szigorúan tilos vadon gyűjteni. Kertészetekben több változatát is termesztik sikerrel (pl.: *Alchemilla Mollis*).

Magyarországon a Bükkben, a Mátrában, magashegyi réteken, a Börzsönyben is megtalálható. Elszórtan legelőkön, kaszálókon, patak völgyekben terem akár a Dunántúli- és Északi-középhegységben (LENCSES 2022).



6., 7. ábra: Réti palástfű természetes élőhelyén Erdélyben

Forrás: saját felvétel, Hargita megye, Orotva, 2023.05.24.

Erdélyben (6., 7. ábra) a földrajzi elhelyezkedése, klímája miatt szinte mindenhol terem. A hazánkban előforduló taxonok nagyrésze európai flóraelem, amely lápréteken, magasabban, tengerszint felett fekvő legelőkön, szőrfügyekben, hegyi réteken terem. Kisebb állományokban, szórványosan néhány rendszertani egység megtalálható a Soproni-, Kőszegi-, Zempléni-hegységben (BERNÁTH és RÁCZ 2013).

2.3.5. Környezeti igénye

A Palástfű a félárnyékos, árnyékos, nyirkos területeket szereti, magasabb páratartalommal, vízigénye alacsony. Jól viseli a napsütést, fényigénye átlagos, de a nagy meleget, forróságot nem szereti. Nem túl kényes, könnyen beilleszkedik a különböző növénytársulásokba (7. ábra). Minden fajtája jó talajtakaró, jól alkalmazkodó. Fagyot tűri. Remekül érzi magát az üde, hegyvidéki, tápanyag- és nitrogéndús termőhelyeken. Talaj szempontjából annyira nem válogatós, kedveli a meszes vagy savanyú talajt, a jó vízelvezető képességet. Otthoni termesztésnél 16-20 °C-on, páras közegben csíráztatják (nehézkesen indul be a folyamat), és a

fagyveszély elmúlása után ültetik ki a szabad, félárnyékos ágyásokba. Inkább tőosztással szaporítják (LENCSEŠ 2022).

2.3.6. Vadongyűjtés

A vadon gyógynövény gyűjtés amióta az emberiség létezik fontos szerepet játszik az egészségünk megőrzésében. Erdélyben különösen nagy hagyománya van, lényegesen több növényt szereznek így be, mint termesztéssel. A sűrű erdők, a dús mezők, legelők hatóanyagokban rendkívül gazdag gyógynövényeket teremnek. Az ősi, székely paraszti kultúra mindig is megkövetelte a tapasztalatot, tudást az élet minden területén. A legapróbb részletekig ismerik a lelőhelyeket, a talajnemeket, a fákat, füveket, bogarakat, azok természetét, hasznát, kárát, olvasnak a nap, hold állásából, a csillagok járásából. Még emlékezetükben és a kezükben van az a vajákos tudás, ami a saját egészségük megőrzéséhez kell, egyszerűen, de hatékonyan, természetes anyagokat felhasználva (BABAI et al. 2014).

A szakszerű gyűjtés egyik fontos feltétele a pontos fajismeret és a mérgező növények felismerése. Fajismereten belül lényeges a gyógynövények morfológiai megkülönböztetése is, és hogy melyik növényi rész tartalmazza a lehető legnagyobb, legjobb minőségben a szükséges növényi drogot. Tudni kell mely növények védettek, illetve fokozottan védettek. Erdélyben a Réti palástfű nem védett státuszú, vadon gyűjthető (BERNÁTH et al. 2014).

Magyarországon a polgári törvénykönyv, a környezetvédelmi, illetve a helyi rendelkezések a mérvadók a gyűjtési terület és az időpontok vonatkozásában. Hazánkban a Réti palástfű védett, nem gyűjthető (BERNÁTH et al. 2014).

2.3.7. Elsődleges és másodlagos feldolgozás

Elsődleges feldolgozásnak azokat a műveletek nevezzük, amelyeket a termesztőknek, illetve a gyógynövény gyűjtőnek kell általában elvégeznie. A végső célja a tevékenységnek a gyógynövény drog előállítás, hatóanyagtartalom megőrzése, eltarthatóság megteremtése.

A minőségi drog előállításhoz fontos a betakarítás időpontjának optimális megválasztása (ált. technológiai érettségben), a gyűjtés, illetve betakarítás módja (a rosszul szedés értékcsökkenést, és többletköltséget eredményez), a gyors és kíméletes beszállítás (herbáknál 3-5 óra, a befűlledés miatt), az alapanyagok minősítése. Különösen figyelni kell a mérgező növényi szennyeződésekre. Fontos a feldolgozás előtti megfelelő, elkülönített tárolás, az előkészítő műveletek (BERNÁTH et al. 2014).

A másodlagos feldolgozás során a késztermék előállításához az alapanyag további (ha szükséges) tisztítása, vágása, aprítása, keverése, áztatása, őrlése, morzsolása, tasakolása, fogyasztói egységbe csomagolása történik. A végeredmény valamilyen növényi eredetű termék, tinktúra, teakeverék, kenőcs, kapszula stb. (LAKATOS 2020).

2.3.8. Hagyományos felhasználás és terápiás indikációk

A Réti palástfű belsőleg és külsőleg is egyaránt sokrétűen alkalmazható, felhasználható. Elsősorban azonban a NŐK „gyógyszerének”, a női ivarszervek gyógyítójának, ciklusszabályozónak tartják a hagyományos, és a népi gyógyászatban is. Csillapítja a menstruációs vérzést, szülések utáni belső sérüléseket orvosol fogyasztása, használata. Jót tesz a változókor, a klimax tüneteinek hatékony kezelésében is. Erősíti a méh falát, a belső izmokat, segíti a beágyazódást. Hüvelyi fertőzéseknel, fehérfolyásnál, gyulladásoknál, méh fibrómáknál is sikeresen alkalmazzák, méhnyak problémákra is kiváló (SZABÓ és LOPES-SZABÓ 2008). Segíti a progeszteron termelődést a női szervezetben, így ajánlatos a ciklus 3-4. hetében fogyasztani. Segítője, és egyben ellentétpárja, a Cickafark (*Achillea collina*), amit pedig a ciklus 1-2. hetében használunk, mert az pedig az ösztrogén hormonokat szabályozza, termeli. A várandósság első és az utolsó trimeszterében napi szinten ajánlott fogyasztani. Szülés utáni depresszió kezelésében is sikeresen alkalmazzák. Magzatmegtartó hatása is említést érdemel. *Menorrhoe* (erős, nagy vérvesztéssel járó menstruációs vérzés) esetén is hatásos. Ezeket a gyógyító folyamatokat, a nem agresszív hormonszabályozásokat hol a helyesen megválasztott kúraszerű tea-fogyasztással (egykomponensű vagy keverék tea-fűvek), hol pedig a megfelelő, odaillő, egyéb belőle készült termékekkel érhetjük el (tinktúrák, kenőcsök, borogatások, irrigáló szerek, olajok, ülőfürdősók, derékövek, hüvelykúpok stb.) (LENCSÉS 2022).

Gyomor- és bélhurut ellen, étvágytalanságra, vastagbélgyulladásra, szélgörcsökre, emésztési problémákra, hányásra is jótékony hatású. Fokozza a gyomorsav képződést. *Diarrhoea* (erős hasmenés) esetén is segíthet. Gyulladt aranyér esetén borogatást alkalmaznak a gyógynövény főzetével. Egészen forrón megszünteti a fejfájást, kivéve, ha az stressztől, idegi alapon van. Álmatlanságra is megoldás lehet. Az izomsorvadást lelassítja, a Parkinson-kórban szenvedőknek segíthet. Vérnyomáscsökkentő hatása is kiderült már. Hólyag- és vesegyulladásra is ajánlatos fogyasztani. Az egészségmegőrző gyógyteanaptár szerinti ajánlás a Réti palástfűből a hölgyeknek 14 év felett a július 20-31-ig, illetve január 16-30-ig tartó időszakban egy 6 hetes kúra, egyéb női szerveket védő gyógynövényekkel együtt fogyasztva

(pl.: *Achillea millefolium*, *Capsella bursa -pastoris* stb.). Utána 6 hét szünetet tartsunk, majd „emlékeztető” egykomponensű monoteként ihatjuk hetente többször is betegség megelőzési céllal. Komolyabb nőgyógyászati betegségek esetén akár 3 hónapos kúrát is tarthatunk, napi 1-3 csészényi tea fogyasztásával, orvosi felügyelet mellett (SZABÓ és LOPES-SZABÓ 2008). Külsőleg forrázata nehezen gyógyuló fekélyekre, sebekre, gyulladt bőrfelületre, rovarcsípésre borogatás formájában hatásos. Szövetgyulladásra, striára, cellulitiszre regeneráló tulajdonsága miatt alkalmas. Otthoni használatra, lemosó folyadékként pattanásokra, idősödő, tágpórusú bőrre jótékony. Szájüregi problémákra, fogínygyulladásra, aftákra, torokfájásra, foghúzás utáni öblögetésre adstringens (összehúzó) hatása miatt nagyszerű.

Zöld festékanyagot nyernek a növényből. Nyersen levelei ehetőek, karalábé ízűek, salátába, főzelékbe, vagy akár fűszerként használják, főleg Erdélyben (LENCSÉS 2022).

Komoly betegségeknél is alkalmazható, szívizom károsodásnál, epilepsziánál, szklerózis multiplexnél. Érendszeri panaszoknál, lábdagadásnál, vízajtásra használják.

Szemgyulladásra, árpára, kötőhártyagyulladásra lemosóként jótékony. Kezelnek vele alhasi petyhüdséget, hogy feszebb legyen és elhízás ellen is kísérleteznek vele, itt viszont az Ezüstös palástfű a hatékonyabb fajta (TREBEN 1990).

Helyileg jó vérzéscsillapító, fokozza a vérerek falának rugalmasságát, ellenállóbbá teszi őket. Egyes kóros bélbaktériumok fejlődését képes gátolni. A drogban kifejezett napi adag felnőtteknél 10 g, gyermekgyógyászatban (6 éves kor felett) 5 g.

Nem fajlagos hasmenéseknél is érezhető jótékony, gyógyító hatása, viszont, ha már napi háromszori alkalomnál tovább húzódik a bélprobléma, akár orvosi kezelést is igényelhet (BERNÁTH és RÁCZ 2013).

A tudomány szkeptikus a növényrel kapcsolatban, de a népi gyógyászat bizonyítja gyógyító hatását. Állatkísérletekben igazolták a növény kivonatának sebgyógyító mivoltát, humán vizsgálatok pedig kimutatták aftagyógyító, antibakteriális képességét, újabban pedig anyaméherősítő és hasmenéscsillapító hatását (CSUPOR 2020).

A Réti palástfű egyik erdélyi hagyományos felhasználási módja a 8. ábrán látható teakeverék.



8. ábra: A NŐK TEÁJA otthoni használatra

Forrás: saját felvétel, Hargita megye, Orotva, 2023.05.24.

2.3.9. Ellenjavallatok, interakciók

Sok tévhit kering a gyógynövényekkel kapcsolatban, miszerint: „mindenre jók”, „a természetes ártalmatlan, nincs mellékhatásuk, sokkal biztonságosabbak, mint a gyógyszerek” stb., míg a gyógyszerekről pedig úgy vélekednek jónéhányan, hogy: „mérgezőek”, „sok mellékhatásúak, és gyakran interakciót okoznak, hatásosságuk pedig kérdéses”. Akad ezek ellentétje is, miszerint a gyógynövények: „hatástalanok, placebónak tekintendők, sok a mellékhatásuk”, illetve, mivel nem esnek át sok esetben klinikai, tudományos vizsgálatokon, ezért állandó minőségük, bizonyítható hatóanyagtartalmuk nem biztosítható.

Magyarországon a szájról-szájra történő gyógynövényismeret átörökítése sokat veszített jelentőségéből, de Erdélyben még szerencsére előszeretettel alkalmazzák az ősi módszereket, praktikákat.

A Réti palástfű nem tartozik az erős hatású gyógynövények közé, megfelelő dózisban történő használata esetén jelenleg semmilyen mellékhatás nem ismeretes még tartós fogyasztása esetén sem. Nagy dózisban a nyálkahártyát irritálhatják a cserzőanyagok, gyulladt bélrendszerrel semmiképp ne alkalmazzuk hosszú távon, rendszeresen. A magas cseranyagtartalma miatt arra is figyelni kell, hogy gátolhatja rendszeres fogyasztása bizonyos gyógyszerek, ásványi anyagok felszívódását, és a nagyobb dózis székrekedést is okozhat (CSUPOR 2020).

Megerősítették *in vitro* vizsgálatok a Réti palástfű vizes és vizes-szeszes kivonatának antibakteriális (*B. subtilis* törzsek, 5. *aureus*) hatását. Patkányokban stimulálta a növény polifenolfrakciója a pajzsmirigyhormonok szintézisét. Már vizsgálják az etanolos extraktum antimutagén hatását is (ANONIMUS 2).

3. A TÉMA KIFEJTÉSE

3.1. Az orotvai Halasági-Csibi birtok bemutatása

Erdélyben, Hargitán, a magyarajkú Orotva faluban, festői környezetben töltöttem el szakmai gyakorlatomat a Halasági-Csibi birtokon (9. ábra). Orotva a Gyergyói-havasok szomszédságában elterülő 800 fős zsákfalu, 850 méter tengerszint feletti magasságban ékeskedik a Halaság-patak mellett. Népi gyógyítója, „kenőembere” volt a környéknek Csibi Imre, aki létrehozta, felvirágoztatta, híressé tette a mai napig is fejlődő, jól működő gyógynövényekkel foglalkozó családi birtokot. Flórián Albert, Imre bácsi unokája a szakmai felelőse, az Egyesület alelnöke az 1970-es években startoló gyógynövényparadicsomnak. A család apraja-nagyja itt dolgozik, óriási hangsúlyt fektetnek a hagyományos, népi értékek átörökítésére, megtartására, hogy a 2000-ben elhunyt nagypapa álmai, víziói életre kelhessenek.



9. ábra: Orotva, a régi Halasági-Csibi birtok

Forrás: saját felvétel, 2023.05.12.

A család gyógynövénytermesztéssel, feldolgozással, különböző termékek előállításával, helyi és piacos árusítással, bemutatókkal, tanítással, de leginkább vadongyűjtéssel foglalkozik.

Volt szerencsém minden munkafolyamatba belelátni a magágykészítéstől a vadongyűjtésen át egészen az értékesítésig. Saját udvarukon, illetve két közeli saját birtokaikon gazdálkodnak.

Több tároló helyiség, jól szellőző padlás (ventilátorokkal), pince, teraszok, kamra szolgálja „vállalkozásukat”, Egyesületüket. Mindez a legősibb módon történik, a napfény, a szél, az Anyaföld, állati és emberi erő segítségével, vegyszerek, rombolás nélkül, méhkímélő technológiával, gyengéd módon, ahogy a természet rendje szerint kell, és ahogy földünkre vigyázva mindannyiunknak kellene. Szinte minden munkafolyamat házon, udvaron belül zajlik, minimális ökológiai lábnyomot hagyva maguk után. Eszközeik hagyományosak, igazi praktikus, székelty falusi szerszámok. Talajműveléshez, takaráshoz, magágykészítéshez kézi kapát emberi erővel, ekét, boronát ló meghajtással, gereblyét, rángát (feszítő rúd) használnak. Ezen a vidéken mindennapi a kaláka, munkáért cserébe munkát adnak, átjárnak egymáshoz segíteni. Termesztési technológiájuk többféle, ültetnek, szaporítanak magvetéssel (*Calendula spp.*), tőosztással, palántázással, rizómák szétosztásával (*Mentha spp.*), dugványozással. Előfordul, hogy a természetre bízzák, rovarokra, madarakra, szélre és ők terjesztik a magokat. Gyakori, hogy a mások által „gaznak” nevezett növényeket gyomlálás közben összegyűjtik, és felhasználják termékeikbe (pl.: *Stellaria media*, *Capsella bursa-pastoris*, *Portulaca oleracea*). Mindent (főleg magokat, ritkán palántákat, menta rizómákat) közvetlenül földbe ültetnek, nincs más ültető közeg, de itt jelentősége van, hogy erdélyi földbe, ami még él, nincs kizsigerelve és tele van több milliárdnyi mikroorganizmussal, tápanyaggal, igazi televény talaj. Halaságon leginkább a vadongyűjtés a jellemző (közel 50 fajt használnak fel termékeikhez), de pár fontos gyógynövényt tesztenek (15 fajt általában), nagyjából 1 hektáron.

1. táblázat: A gyógynövénybirtokon nagyobb mennyiségben termesztett fajok

	Latin név	Magyar név
1.	<i>Mentha crispata</i>	Fodormenta
2.	<i>Mentha x.piperita</i>	Borsmenta
3.	<i>Matricaria chamomilla</i>	Orvosi székfű
4.	<i>Melissa officinalis</i>	Orvosi citromfű
5.	<i>Calendula officinalis</i>	Orvosi körömvirág
6.	<i>Artemisia annua</i>	Egynyári üröm
7.	<i>Leonurus cardiaca</i>	Szúrós gyöngyajak
8.	<i>Dracocephalum moldavica</i>	Moldvai sárkányfű
9.	<i>Papaver somniferum</i>	Fehér mák

Forrás: saját szerkesztés

Borsmentájukat bevizsgáltatták, és az elemzés során kiderült, hogy 4-5-szörös az illóolaj tartalma a többi, máshol termett fajtákhoz képest. Ennyit számít a talaj, a levegő, a környezet. Természetesen élnek, egyszerűen, hálásan, megbecsülve a Föld bőkezű ajándékait (10. ábra).



10. ábra: Orotva, Halasági-Csibi birtok

Forrás: Saját felvétel, 2023.05.14.

Mindent felhasználnak, amit lehet: az erdők, mezők kincseit, az udvarukon csordogáló patak havasokból odahömpölygő ajándékait, a hús, oxigéndús, kristálytisza vizét, a köveket, a homokot, a piócákat, vízi növényeket.

Az öntözés csak a kertben megoldott, a Halasági-patak áll rendelkezésre, amit az udvarra idén nyáron vezettek be az ottlétünkör. A többi termőföldön csak az esővíz pótolja a nedvességet. Az ottani hegyvidéki klíma nagyon kedvező nedvesség szempontjából is, a nagy reggeli-esti hőingadozástól elegendő pára képződik még a nagy melegekben is, pótolva így a növényeknek a megfelelő nedvességet. A tápanyagokat, mikro-makro elemeket komposzttal, istálló trágyával pótolják (szarvasmarha, ló, birka). Az udvarukon is „illatozik” egy trágyaszarvas.

Kézzel kapálni sokat kell, sorközművelésre figyelnek, a gyomlálás kézzel történik. Fontolgatják a Gyulai Iván által is preferált mélymulcsos talajművelést, ami lényegesen egyszerűbb megoldást jelentene, sokkal kevesebb idővel, munkával, humán erőforrással.

Növényvédelem a természetre, a rovarokra van bízva semmilyen vegyszert nem használnak.

A növénytársításban és a jó Istenben bíznak. Ha nagy gond lenne, és lisztharmat, gombásodás, vagy rozsdá támadna (a harmonikus együttműködés miatt szinte sosincs ilyen), gyógynövényekből készült leveket permeteznek hideg vizes áztatólé, vagy erjesztett növényi

trágya formájában akár zsurlóból, csalánból, fehérürömből, izsópból, gilisztaűző varádicsból, mentából, fekete nadálytőből. Minden munkafolyamatnál az elsődleges cél a: NE ÁRTS!

Betakarításhoz sarlót, metszőollót, normál ollót, kézi akkumulátoros fűnyírót, áfonya fésűt használnak. Önkéntesek, rokonok, barátok, gyógynövényhallgatók alkotják a segítői munkacsoportot, a létszám általában kiszámíthatatlan, sokszor ez szervezési, időbeli, anyagi problémákat okoz. Jelenleg 1 főt alkalmaznak, ő is egy barát, mindenki más családtag.

A lovak nagyon fontos szerepet töltenek be az erdélyi emberek életében, sok munkát, fáradságot, terhet levesznek a földművelők válláról. Velük szántanak, boronálnak, trágyáznak. Megbecsült tagjai a falunak, a közösségnek, cserébe viszont extrán jó minőségű gyógyfűvet legelhetnek, télen pedig megkapják a rendkívül jó összetételű, tápláló, illatos takarmányszénát. Gyakran keletkezik emberhiány és tárolóhely kapacitás probléma. Sok gyógynövény nő, virágzik egyszerre, hirtelen kell a segítség, és a sok üres, jól szellőző, biztonságos felület a virágok, hajtásvégek, levelek, gyökerek, kérgek stb. tárolásához, szárításához.

A Halasági-Csibi Egyesület, gyógynövényes varázsliget napról napra épül-szépül, fejlődik, most már jövedelmező, eltartja a tagokat (6 fő). Sok tanulás (van, aki természetgyógyász, van, aki természetvédelmi mérnök, de akad gyógypedagógus is családjukban), buktatókkal tarkított tapasztalás kellett a mostani tudásukhoz. Azonban nem kevés anyagi támogatásra, plusz munkaerőre lenne szüksége a családi vállalkozásnak ahhoz, hogy fejlődni tudjanak. Erőn felül mindent megtesznek, számos programra elmennek, minden ismeretséget bevetnek a bővülés érdekében. Folyamatosan kísérletezgetnek, újítanak, de nem könnyű Erdélyben, Romániában előbbre jutni. Ebben az ágazatban az Unió szabályozást átvették a román hatóságok, ami székely magyarként nem túl előnyös.

A magyarországi piacon is ismert már a nevük, számos bioboltban, rendezvényen, fesztiválon forgalmazzák termékeiket. Újabban internetes rendelés is lehetséges. Hosszú távú tervük egy saját feldolgozó egység illóolajlejáróló készülékekkel, hogy szélesedjen, és sokszínűbb legyen a termékek palettája. Óriási előnyük a versenyszférában a kiváló helyi adottság, ami kiemelkedő minőséget biztosít, és érződik minden termékükön. Az a kedvesség, szeretet, ami árad a Csibi családból kompenzálja a nagyobb mennyiségben előállítani tudás hiányát. Sokan választják inkább az ilyen kézműves termékeket a túl népszerűek helyett.

A gyógynövényágazat fenntartása, felvirágoztatása szép, de nagyon kemény, fáradságos munka, nagyon kell szeretni és még többet dolgozni ahhoz, hogy motiváló maradjon egy életen át. Kincset érő szaktudás, tapasztalat van a család birtokában, amit jószívvel, irigység nélkül adnak tovább azoknak, akik tanulni szeretnének tőlük.

3.2. Választott tevékenységem

Szakmai gyakorlatom fő feladata, és a dolgozatom témája, választott tevékenysége a vadongyűjtés, azon belül is a Réti palástfű (*Alchemilla xanthochlora*) gyűjtése. Ez a gyógynövény nagyon fontos szerepet tölt be a családi vállalkozás életében, sokoldalúan felhasználják termékeikben. Minden reggeletem a Halasági-birtok udvarán ennek a különleges növénynek a begyűjtésével kezdtem (11. ábra). Volt elég időm megismerni, összebarátkozni vele. Tanulmányozhattam minden napszakban, mindenféle fenológiai fázisban és többféle levélméretben, attól függően, hogy éppen hol gyűjtöttük vadon. Megfigyelhettem, hogy valóban termel-e guttációs folyadékot a kehelyleveleiben (ezt meg is ittuk, ahogy itt szokás). Hallhattam mennyire szeretik, becsülik, és választ kaptam arra, hogy mennyire fontos az erdélyiek életében ez a misztikus növény. Láthattam, hogy változik hétről-hétre, hogy szárad be, hogy válik eladható terméké, és csal mosolyt a csíksomlyói búcsún az emberek arcára frissítő tea formájában.



11. ábra: Kora reggeli Réti palástfű gyűjtésem Erdélyben

Forrás: saját felvétel, Orotva, Halaság, 2023.05.22.

Az erdélyi emberek sokféle vadon termő gyógynövényt gyűjtenek, hasznosítanak. Fontos számukra, hogy könnyen megtalálják őket, jól ismerik a fajokat, fajtákat, és a földrajzi lokalitásokat. Munkavégzésük során folyamatosan gyűlnek a tapasztalataik a különböző fajok élőhely-preferenciájáról.

A székelyek, a csángók is helyi nevekkal illetik az ismert gyógynövényeket, ami segíti őket az azonosításban. Népi taxonnak nevezzük a helyi növénynevet, és a hozzájuk kapcsolódó biológiai tartalmat (a névhez tartozó egy vagy több növényfajt). Jó példa erre a ZSANIKA, a leleglők fejedelme, amely egy gyimesi népi taxon, mely több (6-7) palástfű fajra vonatkozik biológiai szempontból (*Alchemilla spp.*). Gyakorlott botanikus is nehezen veszi észre a különbséget, beazonosításuk nem egyszerű. A zsanikát nagyon kedvelik az állattartók is, megfigyelték, hogy több tejet adnak a tehenek és a juhok is a lelegelése után (ez a progeszteron stimuláló képességével lehet összefüggésben), illetve a kehely alakú leveleiben tárolt folyadék miatt nagyon fontos szerepe van azoknál az állatoknál, akiknek egész nyáron ez az egyetlen vízforrásuk. Nagyon jó talajtakaró, védi a földet a kiszáradástól, jól illeszkedik a különféle növénytársulásokba, emiatt is megbecsülik.

Erdélyben a kaszálórétek a legfontosabb élő- és termőhelyek, gyógynövény lelőhelyek. Nagy jelentőségük van botanikai és gazdasági szempontból is. Rendkívüli fajgazdagság figyelhető meg ezeken a területeken, az egykori erdők helyén, egész Európában egyedülálló élőhelyek ezek.

Erdély mindig is kiemelkedő volt a népi kutatás, az etnobotanika szempontjából is, ami a kommunizmus idején éledt újra, gyűjtőversenyek és mozgalmak által, és gyarapították új növényismerettel és eredményekkel tudásunkat.

A 20. század változásai viszont számos környezeti problémát okoztak, az erdőirtások, a mezőgazdaság terjeszkedése, a tulajdonviszony változások miatt, amelyek megnehezítették az ott élő emberek életét (BABAI et al.2014).

Erdélyben jelenleg a vadon termő növények gyűjtéséhez nem kell hatósági engedély, csak a természetvédelmi területeken és a magánerdőkben. A 2 kg/fő/nap limit itt is érvényes, de a szabályok Romániában kevésbé szigorúak, mint nálunk, az ellenőrzések sem túl gyakoriak.

A Réti palástfű vadongyűjtése a megfelelő gyűjtőhely kiválasztásával, eltervezésével kezdődik, hacsak nem a saját udvarukon szedjük, ami mindennapos feladatunk volt. Erdélyben a Réti palástfű nem tartozik a védett fajok közé, sok terem belőle, évelő, ezért nagy mennyiségben gyűjtöttük. Volt, hogy egész messzire elutaztunk terepjáróval, és a sűrű erdőben kerestük a növényeket. Ilyen esetben Romániában óvatosnak kell lenni a medvék, farkasok, viperák, de leginkább a pásztorkutyák miatt. Ostorral, petárdával, kurjongatással védekeznek ellenük. Ottlétünkkel az udvarhoz közel (12. ábra), 100 méterre 4 medvét is láttak, ez ott gyakran előfordul, és izgalmassá teszi a vadongyűjtést.



12. ábra: Gyógynövénygyűjtésem Székelyföldön

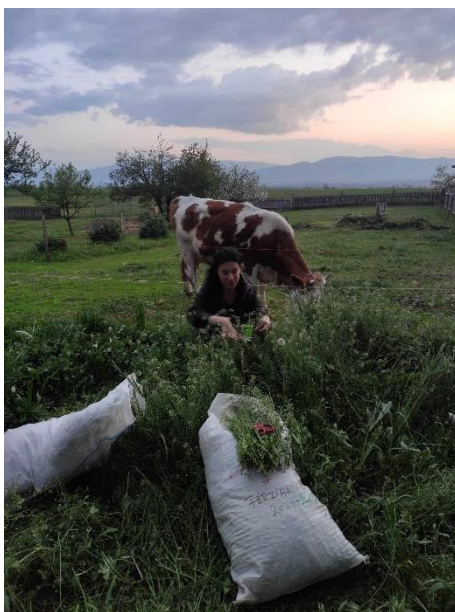
Forrás: saját felvétel, Orotva, 2022.08.16.

Palástfű gyűjtéséhez leghasznosabb eszköz az olló, de mi kézzel csíptük le a virágos hajtásvégeket, a herbákat. Ha kis mennyiséget szedtünk akkor kosárba, ha nagyobb, akkor zsákokba gyűjtöttük. A gyógynövényt technológiai érettségben kezdtük el szedni, mivel májusban kezd el virágozni először. Maghozó, biológiailag érett állapotban már kevésbé szedik, szaporításhoz nem fognak fel magokat, hisz nincs rá szükség. Gyűjtése fáradtságos munka, mert megbújik a többi növény között, és ki kell válogatni a leveleket, virágos hajtásokat guggolva, hajolva, egyesével, óvatosan leválasztva a túl hosszú szákról. Fenológiai fázisait tekintve gyűjtik, ha csak pár levelet hozott még, amikor hosszabb szára van, és akkor is, amikor a virágos hajtása tele van dús, sárgás-zöld bogernyőkkel. Azt vallják, hogy egy gyógynövény fajt többféle időpontban, többféle helyről, és többféle növekedési fázisban kell szedni, így lesz biztosan minden hatóanyag a termékekben. Gyűjtenek úgynevezett második és harmadik „növedéket” is. Virágzási maximuma leginkább augusztusban van. Viszonylag sűrűn nő, az udvarukon 1 m² területen megfigyelve körülbelül a növényzet negyede palástfű volt.

Fontos szabály a „jusszon, maradjon is”, csak annyit vigyünk magunkkal, amennyire szükségünk van, és fel tudjuk dolgozni. Másik előírás, hogy gyűjtéskor ne sérüljön a növény, hogy következő évben is legyen termés, nehogy itt is átkerüljön a védett státuszba. Gyökerestől véletlenül se húzzuk ki a palástfüvet, vigyázzunk rá. Ne mossuk meg, és ne tegyük nejlonba.

Szennyezett területről, autótút mellől ne gyűjtsünk, s mindig új helyről szedjük, ne kockáztassuk az állományt, vigyázzunk a gyógynövényvilágra.

Gyakori, hogy a keresett gyógynövény mellé összeszedtünk más fajta növényt is, ami éppen terem, és bőségesen gyűjthető, ez ott helyben a réten dőlt el, nem előre eltervezett (13. ábra).



13. ábra: Pásztortáska gyűjtés Gyergyóban

Forrás: saját felvétel, Erdély, 2023.05.21.

Munka időrend nincs, rugalmasnak kell lenni, a napok kiszámíthatatlanok, mindig máshogy alakulnak a földeken a feladatok, lényegesen másabb a munkamorál mint Magyarországon, ennek mindenféle előnyével és hátrányával. Ember tervez, Isten végez, ilyen a hozzáállásuk.

A munkaerő is naponta változik, attól függ hány családtag van éppen otthon. Sok tevékenységet elvégeznek az önkéntesek, illetve a gyógynövény szakos hallgatók, sokszor rokonok, barátok nagy ritkán fizetett napi béresek. Előfordult, hogy éjjel értünk haza vadonggyűjtésből, és akkor még biztonságba is kellett helyezni a gyógynövényeket nehogy kárba vesszen az egész napos munkánk. Másnap viszont énekelve, beszélgetve, nem megfeszített munkatempóban folytatódott a kellemes, lélekemelő tevékenység. Figyelik a holdnaptárat, ha tehetik eszerint gazdálkodnak. Teliholdkor a legmagasabb a föld feletti részek hatóanyagtartalma.

A Réti palástfüvet főleg a reggeli órákban gyűjtöttük, ilyenkor a legértékesebb a drogja, viszont a leveleiben összegyűlt folyadék miatt így tovább tart a szárítása. Éves szinten a termékekhez nagyjából 6 zsákkal gyűjtenek a gyógynövényből, amiből kb. 1-2 zsák szárítmány lesz. Egy nap alatt (8 órában) normál tempóban olyan 8-9 kosárral lehet gyűjteni, de ezt sok minden

befolyásolja. Itt nincs napi penzum, rugalmasan alakulnak a munkafolyamatok. A vadonggyűjtés, ha nem egyedül végezzük, hanem másokat is bevonunk, egy rendkívül bizalmon alapuló munka. Nagyon nem mindegy kik a segítők, munkások, értenek-e hozzá, hiszen, ha csak egy mérgező növénydarabka is bekerül a szárítmányba óriási baj lehet belőle.

Termesztésére azért nincs szükség mert lépten-nyomon Réti palástfübe botlik az ember bármerre jár, annyira kedveli ezt a vidéket, bőséggel terem szinte mindenhol, minden udvaron, árokban, erdőn, mezőn. Ha mégis próbálkoznánk töosztással szaporítani megtudtam, hogy nem mélyen, ferdén, fektetve kell, így több hajtást növeszt, sokkal bokrosabb gyógynövényünk lesz. Magyarországon védett lett, mert nálunk viszont már alig fordul elő, aminek az oka a klímaváltozás, a mezőgazdaság terjeszkedése, a túl- vagy rosszul gyűjtés.

Őszig gyűjtenek, utána kezdődik a munka második felvonása, a téli, lelassultabb, a tűz körüli, otthoni köteleességek, amiből aztán a következő évi eladható termékek lesznek.

3.3. Felvásárlás, áruátvétel

Előfordul (ritkán), hogy külső segítségre szorulnak (idő-, munkaerőhiány miatt), és kénytelenek felvásárolni gyógynövényt olyan emberektől, akik jól értenek a növényekhez, tapasztaltak és rászorulnak némi plusz pénzre. Leggyakrabban romániai magyar cigányoktól vesznek, ők ősidők óta nagyon értenek a gyógynövényekhez, és rendkívül megbízható, tisztességes emberek. Mi is sokat beszélgettünk velük, sok a nyelvet beszélő, tanult fiatal közöttük, akik származásuk miatt nem tudnak elhelyezkedni szinte sehol, sokuknak ez az egyetlen bevételi forrása. Nagyon gyorsan, hatékonyan, szépen, tisztán gyűjtenek.

Pontos megbeszélte időpontra mennek Alberték, a szedők várják őket, ahol lemérik az árut, ellenőrzik a fajt, megvizsgálják, hogy friss-e, tiszta-e, tartalmaz-e más növényi részt. Mindig jól szellőző zsákokba gyűjtik nehogy befülledjen, beforrósodjon a gyógynövény. Réti palástfüvet is szoktak felvásárolni, mivel fáradtságos, és lassú a szedése. Ennél a fajnál nagyon jól kell ismerni a fajtákat, hisz már említettem, hogy nagyon nehezen megkülönböztethetők egymástól. Átvétel után az átválogatás is hosszadalmas, időigényes munka.

Van, hogy gyűjtött gyógynövény súlyra, van, hogy órabérben fizetik őket.

A Halasági-Csibi Egyesületre nem jellemző a felvásárlás, általában tudnak elegendő gyógynövényt vadonggyűjteni családon belül a segítségeikkel.

Egy adag megfelelően átvett, jó minőségű, kiterített Réti palástfü a 14. ábrán látható.



14. ábra: Réti palástfű a padláson

Forrás: saját felvétel, Orotva, Halaság, 2023.05.28.

3.4. Tárolás, elsődleges feldolgozás

A tavaszi munkálatok a birtokon a takarítással kezdődnek. Minden tároló helyiséget (padlást, kamrát, pincét) nagyon alaposan le kell fertőtleníteni, megtisztítani. A megfelelő higiénia elengedhetetlen a jó minőségű idei gyógynövény termék előállításához. Mindent leporoltunk, felsepertünk, rendszereztünk, válogattuk a tavalyi maradék termékeket. A szárító kereteket, rácsokat letisztítottuk, ha hibás volt kijavítottuk. Leteregettük az új henger kartonokat, melyeket ragasztani, rögzíteni kell, hogy a kis lehulló darabos növények, vagy a virágporosak ne vesszenek kárba. Amikor ezzel megvoltunk, akkor állt készen a vadongyűjtött gyógynövények fogadására a birtok.

A vadongyűjtés után a gyógynövényeket minél előbb biztonságba kell helyezni, ki kell szedni a kosarakból, zsákokból. Ekkor tisztítjuk meg a szemmel jól látható szennyeződésektől, oda nem illő növényi részekről, fadaraboktól, rovaroktól. Ha kell osztályozzuk méret szerint.

A Réti palástfű gyűjtésénél is amilyen gyorsan csak tudtuk felvittük a padlásra, és kiterítettük a kifeszített keretekre, ami a rajta lévő háló miatt nagyon jól levegőzik. Kézzel jól el kell egyengetni (15. ábra) a gyógynövényt, úgy, hogy ha lehet a levelek, hajtásvégek, virágok ne fedjék be egymást a befülledés, rosszul száradás miatt.



15. ábra: Réti palástfű szárításra készen

Forrás: saját felvétel, Orotva, Halaság, 2023.05.30.

3.4.1. Szárítás

A Halasági-Csibi birtokon csak természetes feldolgozást, munkafolyamatokat alkalmaznak, nincs sterilizálás, magas hővel szárítás, mesterséges szárítás (csak ventilátor van), mindent a napfényre, a jól szellőző padlásra (16. ábra), a jól előkészített ősi technológiákra bízunk. Nem siettetik a folyamatokat, lényeg a természetes, hagyományos módszer, mely nagyon jó minőségű drogot eredményez. Padlósaikon nagyméretű szárító rácsok sorakoznak, melyeken nagyon jól el lehet teríteni a gyógynövényeket, így a felesleges víz eltávozik a légmozgás hatására a gyógynövényekből, és nagyon jó minőségű szárítmányt kapunk. A jó minőségű száraz drog pattanva, zörögve törik, melyeket aztán papírzacskóban tárolhatunk.



16. ábra: Padlás száradó gyógynövényekkel

Forrás: saját felvétel, Orotva, Halaság, 2023.05.25.

Hátránya ennek a fajta természetes szárításnak az időjárás kitettsége, és a nagyobb szennyeződés lehetősége. Nagyon figyelni kell a kártevőkre, molyokra, rágcsálókra, illetve a penészgombákra.

Érdekes észben tartani az egymás feletti szárító rácsok sorrendiségét. Az apró növényi részeket tartalmazó rétegek alulra kerüljenek, hogy a kihulló értékes virágport is felfogják a padlóra kifeszített kartonlapok segítségével. A szárítókeretek ott, ahol kisebb a hely kihúzhatóak, a nagyobb padláson fix az összes, de jól működnek, könnyen hozzáférhetőek.

A Réti palástfű körülbelül egy-két hét alatt szárad megfelelő minőségre, zörgősre, ha nem túl párás a levegő. Mivel májusban érkeztünk lassabban veszítették el a növények a nedvességet az éjszakai lehűlések miatt. Segítségül ventilátorokat használnak, ha szükséges. Minden napot azzal kezdtünk, hogy kinyitottuk a padlások ablakát szellőzni, és átforgattuk a szárítmányokat. Ottlétünk során két padlást töltöttünk meg különféle gyógynövénnyel.

Vizsgáltam a Réti palástfű beszáradási arányát, aminek a végeredménye: kb. 4:1 lett, ez 10 % alatti nedvességet jelent általában.



17.ábra: Réti palástfű beszáradási arány vizsgálat a mérlegen félidőben

Forrás: saját felvétel, Orotva, Halaság, 2023.05.30.

3.5. Előkészítés, kézi válogatás, másodlagos feldolgozás

A megszáradt, jó minőségű gyógynövényeket ahhoz, hogy felhasználhassuk teakeverékekben, különböző eladható termékeket készíthessünk belőlük, további munkafolyamatokkal kell előkészíteni. Kórozni kell a növényeket, szártalanítani, rostálni, szecskázni, porítani, ha szükséges, válogatni megfelelő méretre. Aprító gépek rendelkezésre állnak, többféle nagyságúra képesek vágni a szárított drogokat, növényi részeket.

A Halasági-Csibi birtokon a család saját maga végzi ezeket a munkafolyamatokat is, időnként segítőkkel, gyógynövényhallgatókkal. Ezeknél a tevékenységeknél besegítenek a gyerekek és a 86 éves, néhai Csibi Imre bácsi felesége is, Anna néni, aki a 18. ábrán látható. Éppen a kézi válogatást végzi a Lándzsás útifűvön, amiből 3 zsákkal is szedtünk.



18. ábra: Anna néni, a halasági füvesasszony

Forrás: saját felvétel, Orotva, 2023.05.24.

Gondosan, kézzel, fáradtságos munkával végzik a birtokon ezeket a munkákat. Anna néni 86 évesen dolgozik legtöbbet ezekben a tevékenységekben. Pusztán kézzel kórozza a Szúrós gyöngyajakot (*Leonurus cardiaca*), képes egész álló nap a tolószékében ülve válogatni a szárított drogokat. Nagyon szép munkát végez, óriási segítség a családi birtokon, megbecsüli mindenki, és szeretik is nagyon a gyógynövényhallgatók is. Sokat tanultam Tőle mindig.

A Réti palástfűvel szárítás után az előkészítési folyamatoknál túl sok munka nincs, a lényeg az, hogy túl hosszú szárat ne hagyjunk rajta. Az orotvai birtokon levél és virágos hajtás is van a palástfű szárítmányban, ellentétben a rosszabb minőségűekkel, ami sokszor csak leveleket tartalmaz nagyobb szármennyiséggel. Létezik csak Palástfű szár tea is, de nem itt.

Válogatás után jól záródó papírdobozokba, jól szellőző zsákokba kerülnek a gyógynövény szárítmányok, és hűvös, száraz, fénytől védett, elkülönített helyen várják sorsukat.

3.5.1. Termékek

A Halasági-Csibi birtokon egykomponensű gyógyteák, teakeverékek, különféle tinktúrák, mindenre jó kenőcsök, arckrémek, sebgyógyító olajok, légúttisztító és köhögéscsillapító szirupok, gyógyfüves talpbetétek, fájdalomcsillapító derékövek, nyugtató alvópárnák, elixírek, mentás, levendulás csokoládék, táltos fűszerkeverékek készülnek. Általában mintegy 50féle gyógynövényt használnak fel termékeikhez (19., 20. ábra).

A Réti palástfű számos készítményben előfordul. Forgalmazzák, mint Palástfű tea, és alkotóeleme a NŐK TEÁJA gyógyteakeveréknek is (a 8. ábrán az összetétele is látható).

Készítenek hölgyek számára Palástfű tinktúrát, kenőcsöt, amit gyakorlatilag minden betegségre használnak kívül-belül (kenik is és eszik is), sebekre, nőgyógyászati gyulladásokra, tényleg mindenre. A fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő derékövben is megtalálható.



19. ábra: Halasági-Csibi termékek

Forrás: saját felvétel, Orotva, 2023.05.25.

Híres, legkülönlegesebb termékük a VEGYES GYÓGYFÜVES KENŐCS, amit még Csibi Imre bácsi kísérletezett ki a 70-es években, amikor egy medvetámadás alkalmából egy disznója megsebesült. Mély karmolások tátongtak a testén, és ezzel a gyógyírral kenegette a házi állatát, aki végül meggyógyult. Azóta használják a gyomorfekélytől kezdve, reumatikus fájdalmakon át, bármilyen gyulladt bőrfelületig. Saját magam tapasztaltam hatékonyságát a családi kutyájuknál, akinek a gennyes, mély sebeit pár nap alatt begyógyította a gyógykenőcs.

RECEPTJE a következő: 30 féle gyógynövény (titkos összetevők), Réti palástfű is van benne
fenyőgyanta, disznózsír, méz, méhviasz,

Tinktúráik házi vadalma pálinkával készülnek, abban érlelik hűvös helyen a gyógynövényeket.
A gyógynövényes párnákat, talpbetéteket, deréköveket Anna néni varrja a csendes téli estéken.



20. ábra: Halasági-Csibi termékek a család körében

Forrás: saját felvétel, Madéfalva, 2023.05.26.

3.5.2. Csomagolás, raktározás

A kész termékeket biztonságosan csomagolva, mindentől (kártevők, rágesálók, por, szennyeződés, fény) védve kell tárolni, hogy minőségi terméket tudjanak a vásárlók számára prezentálni. Az erős illatúakat, az esetleg veszélyesebb drogokat elkülönítve kell tárolni. Fontos, hogy a páratartalom ne legyen 60 %-nál magasabb, mert higroszkópos hatásuknál fogva visszanedvesedhetnek a termékek, és fennáll a penészedés, befülledés veszélye.

A teakeverékeket felcímkézett fix záros papírtasakokban, pontosan gramm mérleggel kimérve, 40 gr-os kiszerelésben, nagy kartondobozokban tárolják. A tinktúrák, olajok sötét, színültig töltött üvegekben sorakoznak. A gyógynövényrel töltött textilek is védve, csomagolva árusítandók. Padlásaikon, kamráikban, pincéjükben, teaszobában tárolják portékáikat.

A termékekre fontos adatok kerülnek: feltüntetik a cégnevet, a termelőnevet, címet, a terméknevet, a telefonszámukat, használati útmutatót, engedélyszámot, összetételt, minőségmegőrzési időpontot. Ez a visszavezethetőség miatt szükséges.

3.5.3. Értékesítés és marketingtevékenység

Termékeiket vásárokon, népi gyógyász rendezvényeken, fesztiválokon, bioboltokban, helyi termékbemutatókon, buszos szervezett kirándulásokon, piacokon, vagy akár Orotvára betévedve lehet megvásárolni. Szájról-szájra terjed az elégedett vásárlók jó véleménye. Nemrég óta már webes rendelés is lehetséges (www.halasagicsibi.ro). A marketinget is a család intézi, Flórián Albert jól kommunikál az emberekkel, nagyon szerethető személyiség, ahogy az egész család is. Szállításkor vigyázni kell a termékekre, hogy ne sérüljenek, nyomódjanak, törjenek, olvadjanak meg, hiszen akkor az egész éves kemény munka kárba vészne.



21. ábra: Székely portéka értékesítése a csíksomlyói búcsú zarándokainak

Forrás: saját felvétel, Madéfalva, 2023.05.26.

Megkoronázta a szakmai gyakorlatomat a madéfalvi gyógynövénynapos értékesítés. Jó volt belekóstolni abba, hogy milyen segíteni a hozzánk forduló embereknek, tanácsot adni nekik, beszélgetni a gyógynövények szépségeiről. Forró teát, csokoládét, kézműves termékeket, ötleteket, mosolyt és ölelést kínáltunk nekik. Szép feladat minden olyan tevékenység, ami a természethez, a természetességhez kapcsolódik, nagy igény van rá, úgy tapasztaltam.

4. SZAKMAI ÖSSZEGZÉS

Gyógynövényekkel foglalatostkodni minden sejtünkre ható boldogság, lelket melengető cselekedet, munka, hobbi. Fontos, hogy a betegségeket elkerülve élhessünk. Újra kezdik elfoglalni méltó helyüket a világunkban, és különleges, titokzatos erővel járulnak hozzá mindannyiunk egészségéhez. Az idők során bizonyították rendkívüli, gyógyító, terápiás hatásukat, ezért hatékony alternatívát jelenthetnek egyre betegező, szintetikus anyagokkal teli világunknak. Egy erdő, egy mező, vagy akár a saját kertünk is a béke szigete lehet. A harsogó zöld színek, vagy akár egy langymeleg őszi napon a barna-narancs árnyalatok gyógyító hatása már tudományosan is bizonyított. Az erdőterápiát receptre kellene felírni, és máris sokkal szebb lenne a világ. Hiszem, hogy minden szál virág, gyógynövény okkal teremtdött a földre, és csak idő kérdése, hogy kiderüljenek titkaik, egészségre gyakorolt hatásuk. Látványnak sem utolsó a gyógyító hatás mellett egy szép gyógynövényekkel, virágokkal tarkított terület. Illatuk, aromájuk elkápráztat bennünket egy sűrű téli borongós napon.

A természet egy óriási „gyógyszertár” telis-tele felfedezésre váró csodaszerekkel.

Meghatározó élmény volt az erdélyi gyógynövény gyakorlatom, sokkal többet adott szakmailag, tapasztalatszerzésben mint gondoltam ez a káprázatos, fajgazdag Székelyföld. Nagyon hasonló az értékrendünk, lelkesedésünk a gyógynövények iránt a családdal. Próbálom tovább vinni a tudást, amit tőlük kaptam. A Réti palástfüről lényegesen sokrétűbb lett az ismeretem, és szerencsésnek tartom magam, hogy beleláthattam egy ilyen igazi, népi, hagyományos, székely gyógynövényparadicsom életébe. Termékeik mindennapjaink része itthon. Napi szinten fogyasztjuk gyógyfűveiket, sétálunk a talpbeteteiken, kenegetjük a csodabalzsamjukat, gyógyítjuk, ha kell magunkat az elixírjeikkel, és észben tartjuk a családi bölcsességet, ami a teakeverékek papírtasakján is látható (22. ábra).



22. ábra: Halasági-Csibi gyógyteafű zacskó hátoldala

Forrás: saját felvétel, 2023.09.25.

Erdélyi gyakorlatom során megfigyelhettem a családi vállalkozásuk mindennapjait, ennek minden előnyeit és hátrányait láthattam.

Erősségük az őszinte, szívből jövő elhivatottságuk, Albert, és a család kedvessége, a jó kommunikációs képességük, hogy a környékbéliek, a barátok, a rengeteg ismerős támogatja őket, segítenek nekik, bármikor ott vannak, amikor kell.

Előny, hogy mindent helyileg állítanak elő, nyomon követhetőek a termékek. Fő szempontjuk az emberek segítése, gyógyítása, a JÓT adás, nem pedig a haszonszerzés, a harácsolás.

Nagyon lelkesen viszik tovább Csibi Imre bácsi álmait, termékeit, és fejlesztik is még tökéletesebbre azokat. Különféle pályázati lehetőségekkel folyamatosan élnek, most is épül-szépül a Tündérkert projekt, ami egy gyógynövényes tanösvény alapköveit rakja le. Rengeteg tervük van, egyfolytában bővítenek, építenek valamit. YouTube videókat folyamatosan forgatnak, nagyon szép kisfilmeket lehet nézni róluk. Megfizethetetlen az a minőség, amit ez az itteni föld produkálni tud, ilyen fajgazdagság, tápanyagdús talaj ritka, nagyon jó minőségű termékeket tudnak előállítani. Az emberekben erősen él az erdélyi termékekbe vetett hit, romantika, Magyarországon is előszeretettel fogyasztanak góbé portékákat. A Réti palástfü tekintetében piaci rés, hogy nálunk védett, így sokat exportálhatnak Magyarországra.

Szerintem érdemes lenne gyerektáborokat tartani, terepre vinni őket, élményt szerezni nekik.

Gyengeségnek talán csak apró problémákat tudnék említeni. Több humánerő, reklám, pályázati, anyagi támogatás segítene a cégen. Nagy távolságokra kell eljuttatni a termékeket, ez nagy költséget jelent. Eszközeik, gépparkjuk viszonylag egyszerű, elavult, így lassabban, időigényesebben folynak a munkálatok. Akár műszárítókkal is gyorsíthatnák a folyamatokat. Nehézség az is, hogy bárki, aki náluk dolgozik ott is lakik, ott eszik, ott él, teljesen belefolyik a család életébe, ami azért okozhat problémát, hisz sokféle ember fordult meg náluk a sok év alatt. Nagy bizalom kell a segítőkhez, önkéntesekhez, kellően értenek-e a vadongyűjtéshez. Hátrányt jelent a román alacsonyabb eladási ár is, náluk lényegesen olcsóbbak a gyógynövénytermékek mint Magyarországon.

Lehetne fejleszteni a marketingstratégiájukon, többet költeni a külsőségekre, sok mindenben változtatni, de akkor lehet a lényege, a lelkülete is megváltozna. Romániában nem könnyű magyarként még ma sem előre jutni, generációk óta vannak konfliktusok. Összességében, a szakirodalomban olvasott merevebb szabályok úgy érzem 100%-ban nem betarthatóak, időnként muszáj kompromisszumokat kötni néha (pl.: tárolás, marketing stb.).

A székely emberek csodálatosak, életre szóló élményt kaptam, és nagyon hálás vagyok érte (23. ábra).

Nagy felelősség van a vállunkon gyógynövényekkel tevékenykedő embereknek, hisz jó esetben mi leszünk majd egykor azok, akik sok tanulás, tapasztalás után továbbadják ezt az egyre inkább feledésbe merülő tudást az egészségesen élni akaró embereknek és a világnak.



23. ábra: Réti palástfű hálacsokor

Forrás: saját felvétel, Halasági-Csibi birtok, Orotva, 2023.06.01.

IRODALOMJEGYZÉK

1. ANONYMUS 1 (2023): Farmakognozia
<https://semmelweis.hu/farmakognozia/>
Letöltés dátuma: 2023.szeptember 22.
2. ANONYMUS 2 (2023): Réti palástfü
<https://vitalitasportal.com/gyogynovenyek/reti-palastfu/>
Letöltés dátuma: 2023. szeptember 25.
3. BABAI D., MOLNÁR Á., MOLNÁR ZS. (2014):” Ahogy gondolja, úgy veszi hasznát.” Hagyományos ökológiai tudás és gazdálkodás Gyimesben. MTA Ökológiai Kutatóközpont, Ökológiai és Botanikai Intézet, Budapest (15-49. p.)
4. BERNÁTH J. (2000): Gyógy- és aromanövények. Mezőgazda Kiadó, Budapest
5. BERNÁTH J., CZIRBUS Z., ZÁMBORINÉ NÉMETH É. (2014): Gyógynövények gyűjtése és termesztése KÉPZÉSI SEGÉDLET betanított gyógynövénygyűjtő és termesztő szakmai képzéshez. Gyógynövény Szövetség és Termék Tanács (13-47 .p.)
6. BICKEL G. (2016): A gyógyító kert. Sziget Könyvkiadó, Budapest (19-25.,101. p.)
7. CALIPENUS 1558 (1912): Calepinus latin-magyar szótár. Magyar tudományos akadémia, Budapest
8. CSUPOR D. (2020): Fitofarmácia. SZTE GYTK Farmakognóziái Intézet, Szeged (5-7.,125. p.)
9. DÁMOS B. (2006): Farmakobotanika – gyógynövényismeret. Semmelweis Kiadó, Budapest (87. p.)
10. GRAU J., JUNG R., MÜNKER B. (1983): Bogyósok, vadon termő zöldség-növények, gyógynövények. Magyar Könyvklub, Budapest (92. p.)
11. KOCSIS M. (2014): Gyógynövények kincsestára. Alexandra Könyvesház Kft.
Alexandra Kiadója, Pécs (7-12. p.)
12. LAKATOS M. (2020): Gyógy- és fűszernövények történeti, termesztési, feldolgozási és minősítési ismeretek (kézirat), Gyöngyös (7-11., 30-35., 39-55. p.)
13. LENCSÉS R. (2022): Kertünk patikája (Termeszthető fűszer- és gyógynövények). Bonex Press Nyomdaipari Kft, Budapest (10-12., 120-120. p.)
14. RÁCZ G. (2013): *Alchemilla spp.* – Réti palástfü. In: Bernáth J. (szerk.) Vadon termő és termesztett gyógynövények. Mezőgazda Kiadó, Budapest (28-52., 161-163. p.)
15. SEITZ P. (1992): Kis kerti patika, Falukönyv – Ciceró Kiadó, Budapest (7-12. p.)

16. SZABÓ GY. – LOPES-SZ. ZS. (2008): A bükki füvesember gyógynövényei. Kiadó: Szabó György, Bükkszentkereszt (6-9., 15-17., 167. p.)
17. TREBEN, M. (1990): Egészség Isten patikájából. Hunga-Print Nyomda és Kiadó, Budapest (114 p.)
18. ZELENYÁK J. (1908): A gyógynövények hatása és használata. Szépmíves Könyvek Kiadó, Budapest (256 p.)

ÁBRÁK ÉS TÁBLÁZATOK JEGYZÉKE

Ábrák jegyzéke

Ssz.	Cím	Oldal
1.	Réti palástfű	1
2.	Réti palástfű gyökér	10
3.	Réti palástfű levél	10
4.	Réti palástfű levél	10
5.	Réti palástfű virág	11
6.	Réti palástfű természetes élőhelyén Erdélyben	12
7.	Réti palástfű természetes élőhelyén Erdélyben	12
8.	A NŐK TEÁJA otthoni használatra	16
9.	Orotva, a régi Halasági-Csibi birtok	18
10.	Orotva, Halasági-Csibi birtok	20
11.	Kora reggeli Réti palástfű gyűjtésem Erdélyben	22
12.	Gyógynövénygyűjtésem Székelyföldön	24
13.	Pásztortáska gyűjtés Gyergyóban	25
14.	Réti palástfű a padláson	27
15.	Réti palástfű szárításra készen	28
16.	Padlás száradó gyógynövényekkel	28
17.	Réti palástfű beszáradási arány vizsgálat a mérlegen félidőben	29
18.	Anna néni, a halasági füvesasszony	30
19.	Halasági-Csibi termékek	31
20.	Halasági-Csibi termékek a család körében	32
21.	Székely portéka értékesítése a csíksomlyói búcsú zarándokainak	33
22.	Halasági-Csibi gyógyteafű zacskó hátoldala	34
23.	Réti palástfű hálacsokor	36

Táblázatok jegyzéke

Ssz.	Cím	Oldal
1.	A gyógynövény birtokon nagyobb mennyiségben termesztett fajok	19

NYILATKOZAT

a záródolgozat nyilvános hozzáféréséről és eredetiségéről

A hallgató neve:	Varga Mónika
A Hallgató Neptun kódja:	DFTTB6
A dolgozat címe:	Réti palástfű vadongyűjtése Erdélyben
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 szellemitulajdon-kezelési 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: Sárvár, 2023.11.02.



Hallgató aláírása

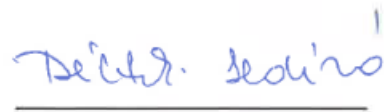
NYILATKOZAT

Varga Mónika (hallgató Neptun azonosítója: **DFTTB6**) konzulenseként nyilatkozom arról, hogy a záródolgozatot áttekintettem, a hallgatót az irodalmi források korrekt kezelésének követelményeiről, jogi és etikai szabályairól tájékoztattam.

A záródolgozatot a záróvizsgán történő védeésre **javaslom** / **nem javaslom**¹.

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

Kelt: Gyöngyös, 2023.10.26.


belső konzulens