

Prof. univ. dr. CONSTANTIN I. MILICĂ
Drd. ing. CAMELIA NICOLETA ROMAN
Ing. DANIELA TROIA

FLORA MEDICINALĂ A ROMÂNIEI

Atlas

DOXOLOGIA
Iași, 2012

CUVÂNT ÎNAINTE

În conviețuirea multimilenară cu natura înconjurătoare, omul a fost preocupat de a cunoaște cât mai multe detalii despre plantele existente în covorul vegetal din zona în care trăia, urmărind posibilitățile de a le utiliza în diferite domenii, precum alimentație, materiale de construcție, industrie, vopsitorie, apicultură, dendrologie, cosmetică și în prevenirea și tămăduirea multor boli fizice și psihice.

Pe teritoriul României, de la obcinele Bucovinei până în lunca Dunării și de la dealurile Moldovei până în Câmpia de Vest a Banatului, există o mare diversitate de macro- și microzone naturale, îmbrăcate cu peste 3.500 de specii vegetale, atât de variate prin colorit, parfum și conținut biochimic benefic.

Orografia variată a pământului românesc, cu munți înalți, depresiuni montane și premontane, platouri și coline, dealuri și câmpii, lunci și litoralul Mării Negre, constituie condiții ecologice favorabile pentru extinderea acestor mari diversități de plante, din flora spontană și cultivată.

Mulți specialiști consideră că valoarea acestor plante este deosebit de ridicată în comparație cu cea a altor regiuni din Europa, caracterizată printr-o poluare alarmantă, atât cu îngrășăminte chimice, cât și cu pesticide, administrate anual în sol.

Din numărul total de plante autohtone, circa 12% sunt folosite în medicina științifică și tradițională datorită purității lor și unui conținut ridicat în principii bioactive.

Timp de secole și milenii, începând cu daco-geții, poporul s-a bazat mult pe folosirea acestor plante medicinale, păstrând o veche și utilă tradiție, moștenită din generație în generație.

Este bine cunoscut că locuitorii satelor noastre, trăitori în vremi de restriște, când erau amenințați de hoardele cotropitoare, venite de pe alte meleaguri, își găseau refugiu în desișul codrilor care le dăruia atât adăpost cât și hrana și medicamentele naturale necesare.

Prezentul *Atlas* încearcă să ușureze cunoașterea sortimentului de plante medicinale și aromatice aflate pe teritoriul României, prin planșele colorate, în imagini de ansamblu și de detaliu, precum și prin textele alăturate care descriu caracterele morfologice ale plantelor, zonele naturale de răspândire și organele vegetale utilizabile.

Punând bază pe experiențele sutelor de generații anterioare, axate pe testări repetate și pe cercetări chimico-farmacologice de profunzime, s-au conturat, pentru fiecare plantă, proprietățile terapeutice și acțiunile specifice în prevenirea și combaterea multor maladii umane și animale. Toate acestea sunt corelate cu date concrete asupra conținutului în substanțe bioactive care intră în interacțiune cu factorii declanșatori ai bolilor.

Lucrarea este pusă la dispoziția tuturor locuitorilor țării, de la elevi și studenți până la persoane mature și vârstnice, toți interesați de sănătatea proprie și a celor din jur.

Nu excludem interesul iubitorilor de natură, al turiștilor și al excursioniștilor pe meleagurile noastre, admiratori și culegători de plante, atrași de frumusețea florilor, de parfumul plăcut degajat în jur și de însușirile terapeutice binecunoscute.

Susținem ideea revenirii la frumoasa acțiune, din secolul trecut, de colectare și valorificare a mării bogății pe care o reprezintă flora medicinală din covorul policolor de pe întinsul teritoriu al țării.

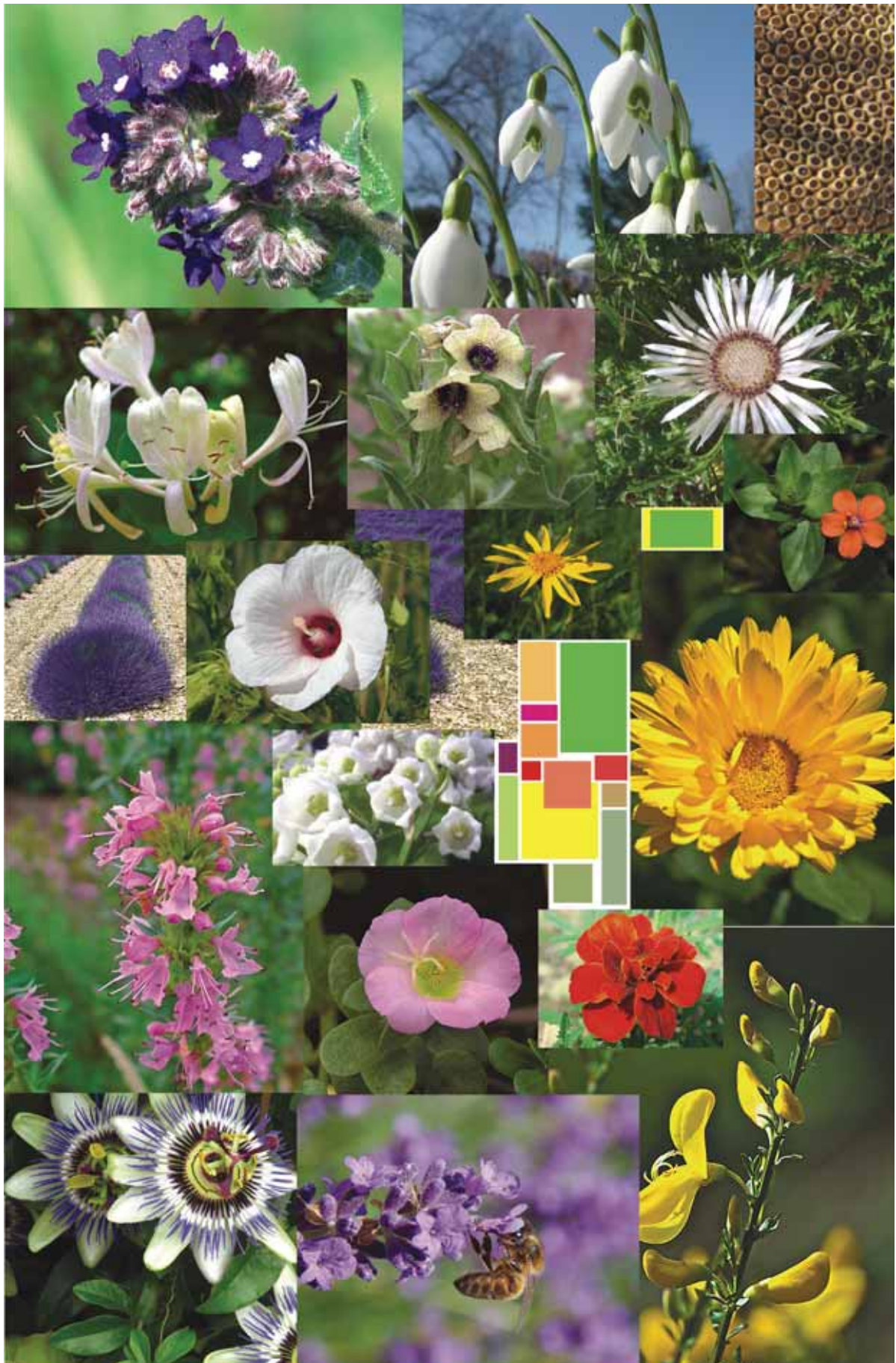
Sănătatea poporului român va avea foarte mult de câștigat atunci când interesul pentru cultivarea, colectarea și prelucrarea plantelor medicinale se va extinde în tot mai multe familii, în școli și universități, în biserici și mănăstiri, în colective și asociații.

Prof. univ. dr. Constantin Milică

CUPRINS

Afin	10	Degețel	110
Albăstrele	13	Dracilă	113
Agriş	14	Drețe	114
Amăreală	17	Drob	117
Anason	18	Drobiță	118
Angelică	21	Dumbăț	121
Anghinare	22	Dumbravnic	122
Arahide	25	Echinaceea	125
Arariel	26	Feciorică	126
Armurariu	29	Fenicul	129
Arnica	30	Ferigă	130
Asmățui	33	Frag	133
Barba-împăratului	34	Frăsinel	134
Bănuți	37	Fumariță	137
Bătrâniș	38	Gălbenele	138
Bobornic	41	Ghimpe	141
Boz	42	Ghințură	142
Brâncuță	45	Ghiocel	145
Brândușă de toamnă	46	Hamei	146
Brebenel	49	Hrean	149
Brusture	50	Iarba-fiarelor	150
Brusture dulce	53	Iarba-șarpelui	153
Buberic	54	Iarba-de-șoaldină	154
Busuioc	57	Iarbă-grasă	157
Busuioc sălbatic	58	Iarbă-mare	158
Calomfir	61	Iederă	161
Caprifoi	62	Ipcărige	162
Călțunași	65	Isop	165
Cătină albă	66	Laptele-câinelui	166
Cătușnică	69	Lavandă	169
Cârcel	70	Lăcrămioare	170
Cârmâz	73	Lăsnicior	173
Ceasornic	74	Lemn-câinesc	174
Cerențel	77	Lemn-Domnului	177
Chimion	78	Lemn-dulce	178
Cicoare	81	Leurdă	181
Cimbrisor	82	Liliac	182
Ciuboțica-cucului	85	Limba-boului	185
Ciumăfaie	86	Limba-mielului	186
Coacăz negru	89	Linariță	189
Coadă-calului	90	Lumânărică	190
Coadă-racului	93	Luminiță	193
Coadă-șoricelului	94	Mac de grădină	194
Coriandru	97	Macul roșu	197
Crăițe	98	Măceș	198
Crețșoară	101	Măcriș	201
Crețușcă	102	Măghiran	202
Crușin	105	Mărul-lupului	205
Curpen-de-pădure	106	Măselariță	206
Dediței	109	Mătăciune	209

Mătrăgună	210	Salvie	318
Mentă	213	Saschiu	321
Mentă-sălbatică	214	Săpunariță	322
Merișor	217	Sânișoară	325
Mielărea	218	Sânziene	326
Mur	221	Scai-vânăt	329
Mușețel	222	Scânteuță	330
Mușețel nobil	225	Schinduf	333
Muștar	226	Schinel	334
Mutătoare	229	Sclipeți	337
Mutulică	230	Silnic	338
Nalbă-de-cultură	233	Silur	341
Nalbă-de-grădină	234	Siminoc	342
Nalbă-de-pădure	237	Soc	345
Nalbă-mare	238	Sorbestrea	346
Năpraznic	241	Sparanghel	349
Năsturel	242	Spânz	350
Năvalnic	245	Splinuță	353
Negrilică	246	Sporici	354
Nemțișor de câmp	249	Stirigoaie	357
Obligeană	250	Strugurii-ursului	358
Omag	253	Sulfină	361
Orbalț	254	Sunătoare	362
Osul-iepurelui	257	Șerlai	365
Paracherniță	258	Șofrănel	366
Patlagină	261	Șovârv	369
Păducel	262	Talpa-gâștei	370
Păpădie	265	Tarhon	373
Păpălău	266	Tătăneasă	374
Pătrunjel-de-câmp	269	Toporași	377
Pecetea-lui-Solomon	270	Traista-ciobanului	378
Pedicuță	273	Trei-frați-pătați	381
Pelin	274	Trifoi roșu	382
Piperul bălții	277	Trifoiște-de-baltă	385
Piretru	278	Troscot	386
Pir	281	Turița-mare	389
Plămânărică	282	Turtă	390
Pochivnic	285	Țintaură	393
Podbal	286	Unguraș	394
Poroinic	289	Untul-pământului	397
Porumbar	290	Urechelniță	398
Pufuliță-cu-flori-mici	293	Urzică-moartă	401
Răchitan	294	Urzică-vie	402
Răcușor	297	Usturoiță	405
Revent	298	Valeriană	406
Ricin	301	Ventrilică	409
Rocoină	302	Verigariu	410
Rodul-pământului	305	Vetrice	413
Roibă	306	Vinariță	414
Roiniță	309	Volbură	417
Rostopască	310	Zămoșiță	418
Ruin	313	Zărnă	421
Ruscuța-de-primăvară	314	Zburătoare	422
Rută	317	Zmeur	425



AFIN

Vaccinium myrtillus
Familia Ericaceae L.

Denumiri populare

Afin de munte, afin negru, afene, asine, popușoare.

Răspândire

Crește în regiuni montane până la altitudinea de 2000 m, mai ales pe versanții umbriți și umezi, tăieturi de pădure, pajiști, stâncării, formând tufărișuri compacte (afinișuri) sau în asociere cu merișorul.

Descriere morfologică

- subarbust stufos, cu tulpini verzi, costate, lungi de 30-60 cm, rămuroși;
- frunzele sunt mici, ovale, de culoare verde-deschis, crestate pe margini;
- florile sunt verzui-roșietice, albe sau roz, cu petale unite în formă de clopot;
- înflorește are loc în lunile V-VI;
- fructele sunt bace rotunde, zemoase, de culoare albastre-brumării, cu suc violaceu, gust plăcut, dulce-acrișor.

Organe vegetale utilizate

- florile (*Flores Myrtilli*), frunzele (*Folium Myrtilli*) recoltate în lunile V-IX și fructele (*Fructus Myrtilli*) recoltate la maturitatea deplină (lunile VII-IX).

Conținut biochimic

frunze

- taninuri catehinice (arbutină, vaccinină, hidrochinonă); - mirtilină (insulină vegetală), neomirtilină; - riboflavine, ericoline.

fructe

- glicozide (cianidol, delfinidol, malvidol, petunidol), antocianidine; - glucide solubile, pectine; - acizi organici (tartric, malic, lactic, citric, oxalic, succinic, benzoic); - vitamine (A, B₁, B₂, C, E, P, PP); - săruri minerale (Fe, K, Ca, P, Mg, S, Cl).

Proprietăți terapeutice

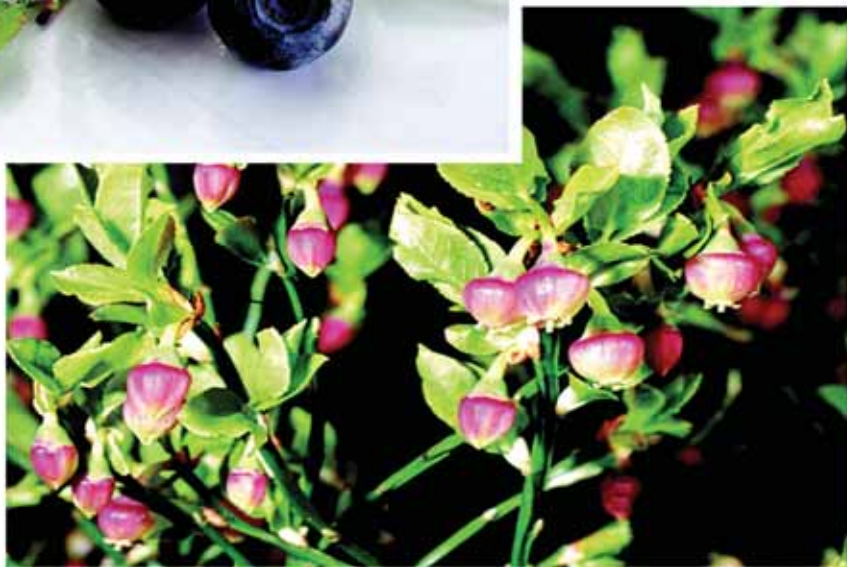
- antidiabetice, hipoglicemizante, diuretice;
- antidiareice, antidizenterice, antiseptice digestiv, antihelmintice;
- antiseptice urinar, dizolvante uric; coronaro-dilatatoare;
- amelioratoare a acuității vizuale nocturne;
- aperitive și nutritive.

Acțiuni terapeutice specifice

- diabet zaharat fără insulino-dependență;
- diaree, dizenterie, enterocolite, insuficiență biliară, dispepsii, hemoragii interne, colon iritabil, dezintoxicarea organismului, parazitoze intestinale (oxiurază);
- infecții urinare, cistite, metroragii, uretrite, calculoză renală, uremie;
- hipertensiune arterială, ateroscleroză coronariană, tonifierea venelor și capilarelor, tensiune oculară, varice, arterite, flebite, picioare grele;
- reumatism, gută, rahitism;
- stomatite, faringite, afte, candidoze, glaucom, retinopatie, creșterea acuității vizuale în timpul nopții;
- răni, arsuri, eczeme, cuperoză, ulceratii sângerânde.

Alte utilizări

- component în unele produse alimentare (dulceață, gemuri, compoturi, fructe confitate);
- producerea de băuturi nealcoolice (sirop, must) și alcoolice (afinată);
- fructe murate consumate iarna ca salată.



Afin- *Vaccinium myrtillus*

MUȘEȚEL

Matricaria recutita L. (*Matricaria chamomilla* L., *Chamomilla recutita* Rausch.),
Familia Compositae (Asteraceae)

Denumiri populare

Romaniță, matrice, morună, mărarul câinelui, mirenă, poala Sf. Mării.

Răspândire

Crește spontan de la câmpie până la munte, pe terenuri necultivate, în lunci inundabile, poieni, la marginea drumurilor și căilor ferate, pe pajiști, fânețe, cu preferință pe soluri sărăturoase, argiloase și nisipoase.

Descriere morfologică

Plantă erbacee, anuală, cu tulpină înaltă de 20-40 cm, ramificată de la bază

Frunzele sunt penat-sectate.

Florile sunt galbene în centru, grupate în inflorescențe marginale, bombate.

Înflorirea are loc în lunile V-VII, uneori repetată în IX.

Date tehnologice

- epoca de semănat: toamna (lunile VIII-IX) și primăvara (luna III);
- distanța dintre rânduri: 15-25 cm;
- cantitatea de sămânță necesară: 2-3 kg/ha;
- producția de flori: 4-6 t/ha (proaspătă) și 1-1,5 kg/ha (uscată).

Organe vegetale utilizate

- partea aeriană și florile fără codițe recoltate pe timp însorit, înainte de maturare, cu repetare la intervale de 3-5 zile.

Conținut biochimic

- ulei eteric de culoare albastră, bogat în bisabolen, farnesen, chamazulene, azulene, cadinen, linalool, terpineol, eugenol, camfor, metilchavicol;
- cumarine, matricină, matricarină, apigenină, flavonoide, fitosterine;
- acizi grași (oleic, linoleic, palmitic, stearic, caprilic), acizi organici;
- vitamine (B, C), săruri minerale cu K, P, Si, Fe, Mg, Ca, Cu.

Proprietăți terapeutice

- digestive, stomahice, gastrice, antidiareice, carminative, colagoge, tonice;
- calmante ale sistemului nervos central;
- diuretice, sudorifice, emoliente, bacteriostatice, antiinflamatoare;
- decongestive, vulnerare, anestezice, dezinfectante, antiseptice, cicatrizante.

Acțiuni terapeutice specifice

Mușețelul este „un leac pentru orice boală, mai ales la copii”.

- gastrite hiperacide, ulcer gastro-duodenal, ciroză, insuficiență hepatică, colici, meteorism, crampe, enterocolite, diaree, dizenterie, hemoroizi;
- astm la copii, bronșită, guturai, gripă, răceală, febră;
- insomnii, surmenaj intelectual, stări alergice, excitații nervoase, paralizie;
- cistite, anexite, dismenoree, hemoragii, vaginite, inflamarea testiculelor;
- răni purulente, eczeme, furunculoză, arsuri, ulcer varicos, hemoroizi.

Alte utilizări

- în cosmetică intră la prepararea pastelor de dinți, creme, loțiuni, săpunuri
- în aromatizarea unor băuturi alcoolice (vermut, lichior);
- în medicina veterinară se folosește contra colicilor și diareei la viței/mânji.



Musețel – *Matricaria recutita*

OBLIGEANĂ

Acorus calamus L.,

Familia Araceae (Acoraceae)

Denumiri populare

Trestie-mirositoare, spetează-pestriță, buciumaș, calm, calamar, calmuz, papură-roșie, speribană.

Răspândire

Specie originară din Asia de Sud-Est (India). În România, crește spontan pe marginea apelor curgătoare și a bălților, în mlaștini, șanțuri umede.

Se cultivă în parcuri și grădini în scopuri ornamentale și terapeutice.

Descriere morfologică

Plantă erbacee, perenă, cu rizom orizontal, gros, cărnos, lung de 40-80 cm, articulată, verde-brun, la uscare devine galben-brun, cu miros aromat de mandarine. Tulpina este scapiformă, foliacee, roșiatică la bază, înaltă de 60-150 cm. Frunzele sunt liniare, înguste, în formă de spadă, cu nervuri proeminente. Florile sunt mici, verzui sau galbene, grupate într-un spadice oblic, cărnos. Înflorirea are loc în lunile V-VII. Fructul este o bacă alungită, roșiatică.

Organe vegetale utilizate

- rizomii recoltați toamna (lunile IX-XI) și primăvara (lunile III-IV), din anul II.

Conținut biochimic

- ulei volatil cu 33 componente odoranți (azaronă, eugenol, cineol, limonen, camfen, pinen, ocimen, mircen, cariofilen, calamen, elemen);

- compuși aromatici fenilpropanici (acoramona, elemicină), taninuri, rezine;

- glicozide amare (acorină, acoronă), mucilagii, coline, dextrine, amidon;

- acizi organici (ascorbic, acoric, palmitic), vitamine (C, B), săruri minerale.

Proprietăți terapeutice

- eupeptic-amare, tonic-aperitive, digestive, carminative, vermifuge;

- sedative-psihic, ușor hipnotice, tranchilizante, anticonvulsive, analgezice;

- diuretice, antiastmatice, sudorifice, febrifuge, antiaritmice, antitabagice;

- bactericide, insecticide, revulsive, afrodisiace, antispastice, aromatizante.

Acțiuni terapeutice specifice

- gastrite hipoacide, ulcer gastric și duodenal, pancreatită, enterocolite, colici abdominale, diaree, dizenterie, indigestii, atonie gastrică, anorexie, balonări, grețuri, vome, hemoragii interne; - bronșită, astm bronșic, tuse, gripă, răceli, guturai, laringită, sinuzită; - nevroze, neurastenii, isterie, insomnie, depresie, anxietate, epilepsie, delir; - cancer (intestinal, pulmonar), tabagism; - reumatism, poliartroze, gută, eliminarea acidului uric din sânge, nefrite; - anemie accentuată, scorbut, purificarea sângelui, deconectarea mușchilor; - ulcer varicos, varice, răni, degerături, tromboze, parodontoză, alopecie.

Alte utilizări

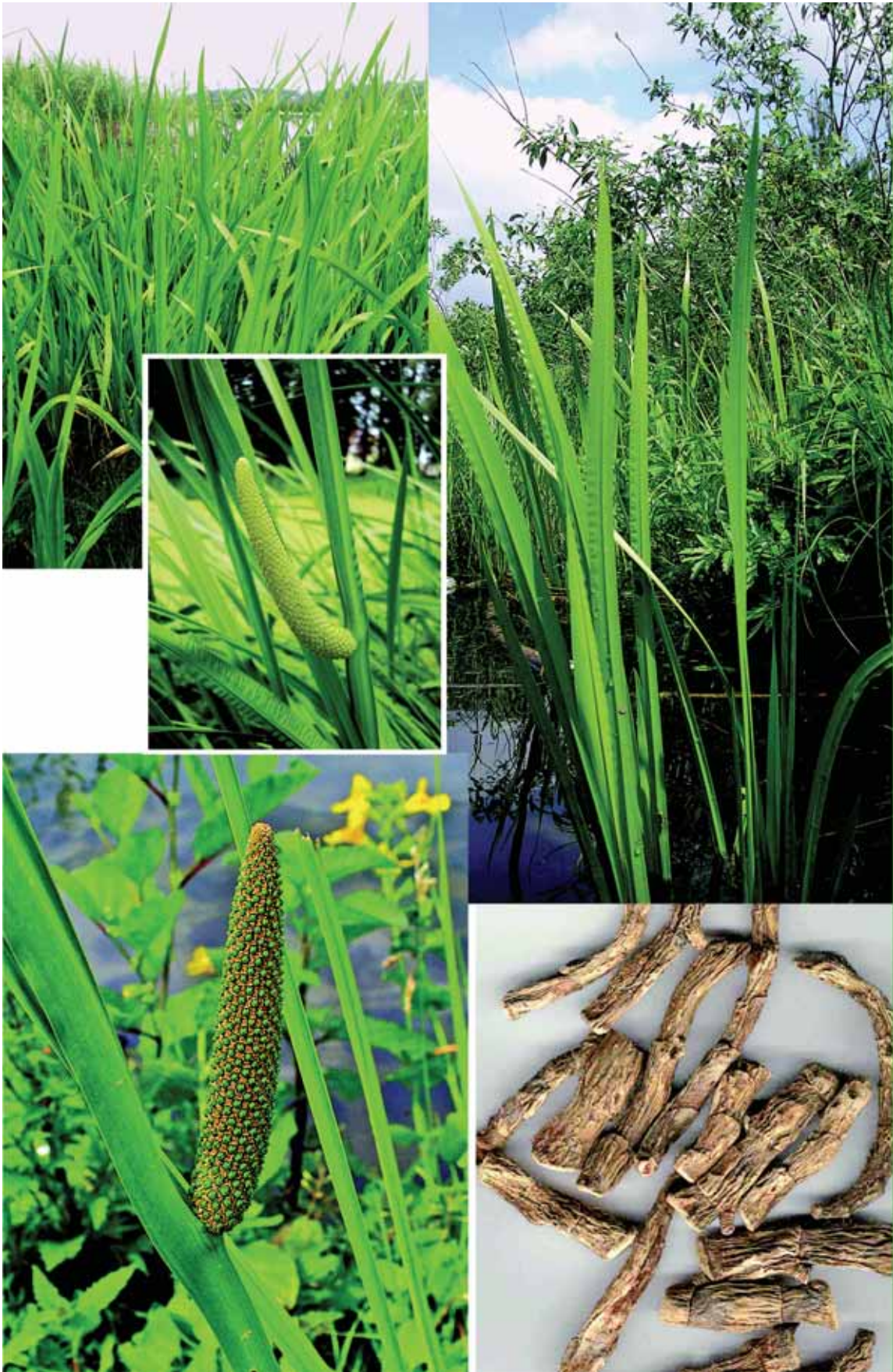
- în parfumerie și cosmetică (paste de dinți, ape de gură, tutun);

- în alimentație ca aromatizant în conserve de pește, prăjituri, lichioruri;

- insecticid la pastrarea hainelor de blană și a cerealelor în silozuri;

- intră în unele produse tipizate: Ulcerotrat, Gastrol, Carvomin;

- pentru păstrarea vocii la avocați, cadre didactice, preoți, soliști vocali.



Obligeană - *Acorus calamus*