

Η προστασία εξειδικευμένων ενδημικών φυτών της Κρήτης... καθώς και ενός οικοτόπου μέσω της δημιουργίας ενός δικτύου Μικρο-Αποθεμάτων Φυτών είναι ο σκοπός του προγράμματος που υλοποιούν το Πανεπιστήμιο Αθηνών (συντονιστής Κώστας Θάνος, αν. Καθηγητής Βιολογίας), σε συνεργασία με το Μεσογειακό Αγρονομικό Ινστιτούτο Χανίων (ΜΑΙΧ) και την Περιφέρεια Κρήτης - Διευθυνση Δασών. Από τη σχετική καλαίσθητη έκδοση 100 σελίδων έκδοση (βρέθηκε στα χαρτιά μου ύστερα από την περιήγησή μου στον "Αγροτικό Αυγουστό") που έχει τίτλο "Μικροαποθέματα Φυτών" και υπότιτλο το σύνθημα "Γνωρίζω - Προστατεύω - Διατηρώ" η πληροφόρηση. Από την ίδια έκδοση (κείμενα: Φουρνάρη-Κρητίνα, Γώτσιου Παναγιώτα - Μονάδα Διατήρησης Μεσογειακών Φυτών ΜΑΙΧ. Φωτογραφίες: Μονάδα Διατήρησης Μεσογειακών Φυτών ΜΑΙΧ) και τα στοιχεία για τον οικοτόπο με φοίνικες που καταλαμβάνει μια έκταση 22 στρεμ. στην περιοχή της Χρυσοσκαλίτσας, και που σαν δείγμα της όλης προσπάθειας, η οποία γίνεται, φιλοξενούμε...

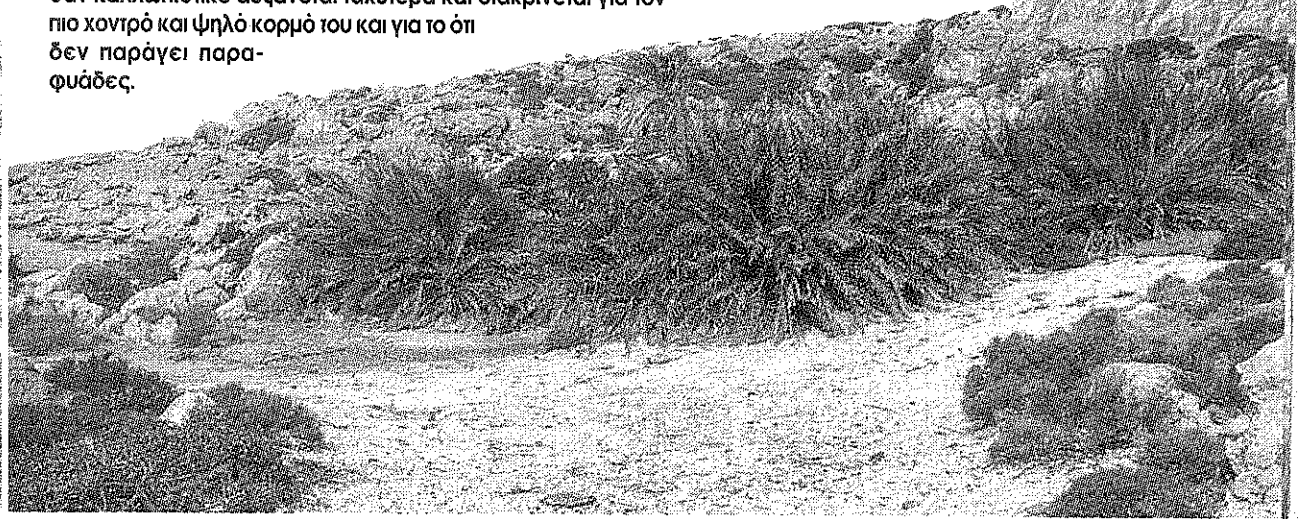


B.Θ.Κ.

ΣΤΗ ΧΡΥΣΟΣΚΑΛΙΤΣΣΑ Ένας οικοτόπος με φοίνικες

- Αυτός ο οικοτόπος στην Κρήτη, περιλαμβάνει φοίνικες του είδους *Phoenix theophrasti*
- Το είδος *Phoenix theophrasti* είναι ένα σπάνιο ενδημικό του Αιγαίου. Απαντάται στην Κρήτη και στη ΝΔ Τουρκία, σε αμμώδεις υγρές κοιλάδες ή βραχώδεις περιοχές κοντά στη θάλασσα.
- Είναι γνωστό με το κοινό όνομα φοίνικας ή βαγι. Το πιο γνωστό δάσος με φοίνικες είναι στο Βάι της Ανατολικής Κρήτης.
- Περιγράφηκε σαν νέο είδος το 1967 από τον Ελβετό βοτανικό Werner Greuter. Το όνομάςε έδωκε προς τιμή του πατέρα της Βοτανικής Θεόφραστου (372-287 π.Χ.) ο οποίος πρώτος αναφέρει την ύπαρξη του φοίνικα στην Κρήτη, στο έργο του "Περί Φυτών Ιστορία".
- Είναι δέντρο διοικο, δηλ. με δέντρα που φέρουν μόνο αρσενικά ή μόνο θηλυκά άνθη. Φτάνει σε ύψος μέχρι 10 μ. παράγει παραφρούδες και μπορεί να εμφανίζει περισσότερους από ένα κύριους κορμούς. Ανθίζει από τον Απρίλιο έως τον Μάιο και τον Οκτώβριο ωριμάζουν τα σπέρματά του. Μοιάζει με τη χουρμαδιά (*P.dactylifera*) αλλά οι καρποί του δεν είναι βρώσιμοι. Το άλλο είδος φοίνικα, ο *P. canariensis* που χρησιμοποιείται εκτεταμένα σαν καλλωπιστικό αυξάνεται ταχύτερα και διακρίνεται για τον πιο χοντρό και ψηλό κορμό του και για το ότι δεν παράγει παραφρούδες.

Ασπρη Λίμνη
Χρυσοσκαλίτσα



Αγριμόνια

Η λατινική ονομασία του βοτάνου είναι *Agrimonia eupatoria* (Αγριμόνια η ευπατόρια). Το συναντούμε και με την ονομασία φωνόχορτο, ασπροζάκι, αγριμαία, ασπροζάνη.

Βιότοπος - περιγραφή

Η αγριμόνια είναι ένα πολύ καλό βότανο που συναντούμε σε όλα τα κλίματα. Το βρίσκουμε σε όλα τα εδάφη, κυρίως αργιλώδη, σε μεγάλους φράκτες, στις άκρες των δρόμων, σε αναχώματα, σε πολύ λιαζόμενα ξέφωτα δασών και σε αδύνατα λιβάδια. Είναι πολυετές, ποώδες φυτό που φτάνει σε ύψος τα 70 εκατοστά, με δυνατό ριζώμα. Στέλεχος όρθιο, τριχωτό, με λίγες διακλαδώσεις. Βασικά φύλλα αντίθετα, διαταγμένα σε ρόδακα. Κατά μήκος του στελέχους, αναπτύσσονται κατά αποστάσεις τα φύλλα που είναι ακανονίστως πτεροειδή. Άνθη μικρά, χρυσοκίτρινα, διατεταγμένα σε επιμήκη βότρυ.

Συστατικά-χαρακτήρας

Η αγριμόνια περιέχει τανίνες, γλυκοσιδικά πικρά στοιχεία, νικονικό οξύ, πυρπικό οξύ, σίδηρο, βιταμίνες Β και Κ και αιθέριο έλαιο. Έχει

δροσερό, ξηραντικό και έχει πικρή και στυφή γεύση.

Ιστορικά στοιχεία

Ο Πλίνιος ο Πρεσύτερος και ο Διοσκουρίδης ανέφεραν το βότανο αυτό που το χρησιμοποιούσαν για την θεραπεία του ήπατος. Το όνομα του φυτού είναι αφιερωμένο στον Μιθριδάτη τον Ευπάτορα, αυτοκράτορα του Πόντου που είχε μεγάλη πείρα στα θέματα βοτανοθεραπευτικής.

Η χρήση του στην Αγγλία αναφέρεται από την εποχή των Σαξώνων, για την θεραπεία των πλεγμών. Στον 15ο αιώνα αποτελούσε κύριο συστατικό του «νερού του αρκεβούζιου», ενός γιοστρικού για πληγές από πυροβόλο όπλο στο πεδίο της μάχης. Η θεραπευτική του δύναμη αποδίδεται στην υψηλή περιεκτικότητά του βοτάνου σε πυριπίο.

Άνθιση - συλλογή - χρησιμοποιούμενα μέρη

Το φυτό ανθίζει τον Ιούνιο και συλλέγεται την εποχή της άνθισης του που διαρκεί έως τον Αύγουστο. Για θεραπευτικούς σκοπούς χρησιμοποιούνται τα ξηρά αέρια μέρη. Θεραπευτικές ιδιότητες και ενδείξεις
Σήμερα εκτιμάται ως θεραπευτικό βότανο για τις βλεννογόνιες μεμβράνες και με στυπτικές ιδιότητες για το σταμάτημα της αιμορραγίας.

Δρα ως στυπτικό, τονωτικό, διουρητικό, επούλωτικό και χολαγωγό. Ο συνδυασμός της στυπτικότητας και των πικρών στοιχείων κάνει το αγριμόνιο ένα πολύτιμο ίαμα ιδιαίτερα όταν χρειάζεται στυπτική δράση στο πεπτικό σύστημα. Είναι ειδικό ίαμα για την παιδική διάρ-

ροια. Μπορεί να βοηθήσει σημαντικά σε περιπτώσεις βλεννώδους κολίτιδας και αποτελεί πρώτη επιλογή μεταξύ των βοτάνων για την σκωληκοειδίτιδα. Χρησιμοποιείται στην δυσπεψία. Ενδείκνυται για την ακράτεια ούρων και την κυστίτιδα. Σαν γαργάρες είναι ωφέλιμο για την ανακούφιση του πονεμένου λαιμού και την λαρυγγίτιδα. Σαν αλοιφή βοηθά στην επούλωση των τραυμάτων και των μωλώπων. Μπορεί να συνδυαστεί με άφισα βότανα

για τα προβλήματα της πέψης. Παρασκευή και δοσολογία

Παρασκευάζεται ως έγχυμα. Αδειάζουμε ένα φλιτζάνι βραστό νερό πάνω σε 1-2 κουταλιές του τσαγιού ξηρό βότανο και το αφήνουμε 10-15 λεπτά. Το ρόφημα το πίνουμε τρεις φορές την ημέρα. Πρέπει βέβαια να το αποφεύγουν όσοι έχουν πρόβλημα δυσκοιλιότητας.

Επιμέλεια:
ΣΑΚΗΣ
ΚΟΥΒΑΤΣΟΣ
info@herb.gr

Κατάστημα Διάνθος

Βότανα
Αιθέρια έλαια
Μπαχαρικά

από όλο τον κόσμο!

στα Βορεινά σκαλάκια
της Δημοτικής Αγοράς

τηλ: 28210 41111

beauty U

beauty care & treatment nails

ΝΕΟΣ ΧΩΡΟΣ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΜΟΡΦΙΑΣ

**Μανικιούρ - Πεντικιούρ
Αποτριχώσεις - Solarium
Εμπόριο Καλλυντικών**

Υγιές, εφ'απτικό μαύρισμα όλο το χρόνο

Ομορφιά & Ασφάλεια

Το VEOALUX μας δίνει την δυνατότητα να προσαρμόσουμε αυτόματα και σπλά με το πάτημα ενός κουμπιού την ποσότητα του φωτός και τον χρόνο παραμονής ανάλογα με τον φαιότυπο του κάθε επισκέπτη, έτσι έχουμε ένα απόλυτα φυσικό, ασφαλές και υγιεινό μαύρισμα!

**ΑΝΔ. ΠΑΠΑΝΔΡΕΟΥ 81 (έναντι Δεσποτικού) ΧΑΝΙΑ
ΤΗΛ. 28210 50775 - ΥΠΕΥΘΥΝΗ: ΕΛΕΝΗ ΓΑΡΕΔΑΚΗ**