

## VIII Konferencja Zielarska Kobiet

W dniach 28-30 czerwca 2019 roku Gospodarstwo Agroturystyczne w Korycinach na Podlasiu było miejscem spotkania przedstawicieli nauki, przemysłu i entuzjastów ziół podczas VIII Konferencji Zielarskiej Kobiet. Celem Konferencji była możliwość wymiany wiedzy, doświadczeń oraz spostrzeżeń naukowców i innych osób wykorzystujących zioła do celów badawczych, medycznych lub w różnych dziedzinach życia. Główne organizatorki wydarzenia zielarskiego w osobach Pani prof. Iwony Wawer i prof. Katarzyny Paradowskiej z Uniwersytetu Warszawskiego powitały wyjątkowo licznie przybyłych uczestników Konferencji i zaprosiły do wysłuchania wykładów w naturalnym otoczeniu skupiającym blisko 1000 gatunków roślin leczniczych. W trakcie trzech sesji tematycznych wykładowcy z różnych krajowych uczelni wyższych zaprezentowali interesujące dane naukowe, popularnonaukowe bądź praktyczne dotyczące aktualnego stanu wiedzy o surowcach, produktach i preparatach roślinnych.

W wystąpieniu prof. Bogdana Kędzi z Instytutu Włókien Naturalnych i Roślin Zielarskich w Poznaniu usłyszeliśmy kolejne informacje dotyczące składu i właściwości leczniczych miodu, ze szczególnym uwzględnieniem wykorzystania go w leczeniu zakażeń skóry i błon śluzowych, zwłaszcza w przypadkach nieskuteczności metod konwencjonalnych. Miód ponadto stosowany jest z powodzeniem do leczenia chorób wewnętrznych, m.in. przewodu pokarmowego, wywołanych przez pałeczkę względnie beztlenową *Helicobacter pylori*.

Interesujące przekrojowe doniesienie dotyczące strategii profilaktyki nowotworów, zwanej chemoprewencją, przedstawiła dr hab. n. farm. Renata Nowak z Uniwersytetu Medycznego w Lublinie. Termin „chemoprewencja” oznacza metodę wykorzystującą naturalne, syntetyczne lub biologiczne związki do odwracania, tłumienia rozwoju inwazyjnego nowotworu lub jego zapobiegania. Natura jako źródło substancji roślinnych stanowi niewyczerpany materiał poznawczy do badań fitochemicznych. Wśród nich szczególne miejsce zajmują związki polifenolowe i inne, takie jak: EGCG (galusan epigalokatechiny), resweratrol, kurkumina, kwercetyna, genisteina, sulforafan, brassinina, indolo-3-karbinol, kwas elagowy czy likopen. Substancje te są cenione w kontekście ich wielokierunkowego działania biologicznego: przeciwutleniającego, przeciwnowotworowego, przeciwbakteryjnego, przeciwzapalnego, obniżającego poziom cholesterolu i przeciwzakrzepowego. Niektóre z tych związków mają zdolność selektywnego niszczenia komórek nowotworowych bez skutków ubocznych wobec zdrowych komórek i tkanek organizmu.

Kolejny interesujący wykład – prof. dr hab. Ireny Matławskiej z Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu – dotyczył ziół poświęconych świętym. W tekstach biblijnych spotykamy ponad 100 nazw roślin leczniczych poświęconych Bogu, Matce Boskiej lub świętym. Przykładowo, kwiat passiflory wiązano z męką Pańską, a pszeniec gajowy uważany był za symbol Zmartwychwstania. Szczególnie dużo ziół poświęconych jest Matce Bożej, np. ziele macierzanki – Drzewko Panny Maryi, trojeść pospolita – Gruszki Matki Bożej, wierzbownica gruczołowata – Włosy Najświętszej Maryi Panny czy Iwia paszcza – Pantofelki Matki Bożej. Z kolei fiołek trójbarwny i polny nazywane były Kwiatami św. Trójcy, widłak goździsty – Pasem św. Jana, drapacz lekarski – Ostem św. Benedykta, a bluszcz kurdybanek – Zielem św. Piotra. Natomiast św. Józefowi poświęcona jest lilia biała – Lilia św. Józefa.

W drugiej sesji Konferencji wysłuchaliśmy dwóch wykładów. Pierwszy z nich dotyczył wykorzystania uczezu trójlistkowego (*Bidens tripartita* L.) jako surowca w przemyśle kosmetycznym i farmaceutycznym (dr inż. Karolina Śliwa z Politechniki Krakowskiej). Autorka wskazała na bogaty skład flawonoidowy i fenolowy ekstraktów z uczezu, które warunkują jego działanie przeciwzapalne, antyseptyczne, odżywcze, regenerujące, łagodzące podrażnienia i przyspieszające gojenie ran, co stwarza możliwość wykorzystania ich w preparatach kosmetycznych przeznaczonych do skóry wrażliwej i atopowej. Kolejny prelegent – lek. med. Krzysztof Błęcha z Centrum Ziołolecznictwa Ojca Grzegorza Sroki z Żywca – w przystępny sposób omówił problematykę smogu i jego wpływ na rozwój schorzeń nie tylko układu oddechowego, ale również sercowo-naczyniowego, a także chorób mózgowych. Do wspomaganie ich leczenia mogą służyć przede wszystkim surowce zielarskie o działaniu wykrztuśnym i zwiększającym wydzielanie śluzu (liść babki lancetowatej, kwiatostan lipy), wspomagające odporność organizmu (pyłek kwiatowy, ziele jeżówki purpurowej, liść karczocha, propolis), działające przeciwdrobnoustrojowo (propolis), przeciwutleniające (liść miłorzębu japońskiego, koenzym O<sub>10</sub>, naturalna witamina E) oraz ochraniające tkankę wątrobową i stymulujące jej pracę (pyłek kwiatowy, sylimaryna, ekstrakty z ziela tarczycy bajkalskiej i liści karczocha).

Pozostałe wystąpienia dotyczyły m.in.: znaczenia diety roślinnej w profilaktyce żywieniowej (dr inż. Szymon Polaszczuk z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej im. S. Pigonia w Krośnie), zastosowania surowców pochodzenia roślinnego, zawierających witaminę C, w roli prekursorów profilaktyki wewnętrznej schorzeń skóry o podłożu naczyniowym (mgr Katarzyna Tynecka z Fundacji Ernesta Michalskiego z Instytutu Polska Róża z Warszawy) czy też roli diety i profilaktyki zawierającej luteinę i zeaksantynę w zespole suchego oka (Danuta Hanna Jakubowska – rzecznik prasowy z Przedsiębiorstwa Farmaceutycznego LEK-AM z Warszawy).

Cennych informacji na temat psychologicznych aspektów ziół dostarczyła nam dr. med. Blanka Ulązka z Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego z Sekcji Leku Roślinnego z Warszawy. W procesie terapeutycznym niezależnie od stosowanych metod (naturoterapia, fitoterapia, farmakoterapia lekami syntetycznymi) istotne znaczenie ma aspekt psychologiczny, tj. nasze podejście, przekonania i motywacje oraz zaufanie do lekarza, a także holistyczne podejście lekarza do pacjenta i jego zaangażowanie w proces leczenia.

Wykład dr n. biol. Ireny Jarzyńskiej z Wydziału Pedagogicznego Uniwersytetu Humanistyczno-Przyrodniczego im. Jana Długosza w Częstochowie dotyczył istotnych zagadnień związanych z poprawą jakości życia osób starszych uczestniczących w zajęciach organizowanych przez Uniwersytet Trzeciego Wieku. Zauważono m.in. znaczną frekwencję na warsztatach mających na celu poszerzenie wiedzy zielarskiej oraz umiejętności praktycznego wykorzystania ziół w najczęstszych dolegliwościach.

Lillian Elmborg z Firmy Medi Flowery z Przasnysza przy wykorzystaniu ekstraktów z piołunu, goździków i zielonej naowocni orzecha włoskiego przedstawiła alternatywny sposób zwalczania pasożytów, będących główną przyczyną chorób o podłożu alergicznym.

Na zakończenie trzeciej sesji Konferencji prof. dr hab. Iwona Wawer zwróciła uwagę na wymagania, jakim musi sprostać współczesna terapia nowoczesnymi preparatami roślinnymi. Niezbędne są przede wszystkim badania kliniczne udowadniające ich skuteczność i bezpieczeństwo stosowania. Ponadto zarówno lekarze, jak i pacjenci oczekują nowych, innowacyjnych preparatów o wysokiej aktywności biologicznej. Duże nadzieje wiąże się m.in. z takimi surowcami, jak: liść morwy białej, szyszki chmielu, kora magnolii, korzeń ashwagandy, korzeń i kłącze pelargonii afrykańskiej oraz owoce jagodowe jako źródło związków antocyjanowych.

Ponadto interesujące zagadnienia związane z tematyką roślinną zostały przedstawione na 10 plakatach prezentowanych w trakcie Konferencji.

Na zakończenie uczestnicy mieli możliwość praktycznego zapoznania się z wieloma rodzajami, gatunkami i odmianami roślin leczniczych, użytkowych i ozdobnych w Ogrodzie Roślin Leczniczych dr. Mirosława Angielczyka w Zielonym Zakątku w Korycinach.

Zdaniem organizatorów i uczestników VIII Konferencja Zielarska Kobiet spełniła swoje zadanie, o czym świadczą szeroko prezentowana tematyka wykładów, jak również duża frekwencja, zainteresowanie i wymiana doświadczeń. Uczestnicy Konferencji po zaopatrzeniu się w wysokiej jakości korycińskie zioła i przyprawy rozjechali się do swoich domów z nadzieją na spotkanie w przyszłym roku.

*Mgr Elżbieta Hołderna-Kędzia*