

MAGAZINUL VERDE



Publicație
lunară
editată de

ALIAS
publishing

Anul IX • Nr. 5
mai • 2021

68 pagini

Preț: 3,90 lei

**ORHIDEEELE
DIN
ROMÂNIA**

***Rotunjoara
și pătlagina***

***Cutia cu
bunătăți verzi***

**Alimente
medicament:
merișoarele și goji**

**Terapia cu
AER DE STUP**

***Combinații
de alimente
cu efect terapeutic***

**MASAJ DE
RELAXARE,
în familie**

ISSN 2284-7839





Știați că în România cresc orhidee sălbatice? Nici noi! Dar tocmai am aflat asta, din primul album publicat vreodată care acoperă toate speciile de orhidee sălbatice din țara noastră, cunoscute până în prezent. „Orhideele din România” – o apariție editorială de excepție, pe care v-o recomandăm cu drag.

Toate informațiile din acest articol ne-au fost oferite, cu generozitate, de Nora De Angelli, unul dintre autorii volumului „Orhideele din România” (alături de Dan Anghelescu, tatăl ei).



Orhideele din România

Întrebați despre orhidee, probabil că mulți dintre noi s-ar opri în special la frumusețea lor fascinantă, aproape nepământeană. Dincolo de imaginea lor delicată, însă, aceste plante alcătuiesc o enciclopedie plină de rigoare științifică, adaptare, evoluție, clasificări, intrigă, înșelătorii și... *can-can*. De pildă, știți că orhideele folosesc tehnici de seducție de-a dreptul malefice? „Fără

Nora de Angelli este doctorand în Orhidologie la Universitatea de Agricultură și Medicină Veterinară din București. Subiectul tezei sale de doctorat, primul de acest gen din cadrul programelor universitare, se referă la studiul morfologic detaliat al orhideelor românești, habitatele acestora, protecția și metodele de conservare.

a intra în detalii deosebite în cadrul acestei ediții, am atras atenția asupra diverselor adaptări și specializări uimitoare realizate de florile orhideelor, pentru a atrage polenizatorii și a-și realiza cu succes reproducerea. Strategiile surprinzătoare folosite de acești **maestri ai înșelăciunii și mimetismului** sunt unice, reprezentând apogeul complexității evolutive în **regnul vegetal**”, susține Nora de Angelli.

Mai mult, orhideele au proprietăți nutritive și medicinale folosite încă din cele mai vechi timpuri. Pentru că ne aflăm în paginile *Magazinului verde*, vom scrie despre acestea, în mod special. În antichitate, de pildă, conform unor dovezi scrise (pe tăblițe de lut), orhideele erau vedete în bucătăria babiloniană destinată palatului regal și preoților templului sacru. Din tuber-

culii orhideelor *Orchis* și *Eulophia*, sumerienii făceau o băutură întâlnită și astăzi în Orientul Mijlociu (*Salep*). În China antică, aceste plante miraculoase erau cultivate și utilizate frecvent în medicina tradițională. Și în Grecia antică orhideele erau recunoscute pentru proprietățile lor terapeutice, fiind menționate pentru prima dată în *Historia Plantarum* (*O istorie a plantelor*), scrisă de filozoful grec Theophrastus (372-287 î.Hr.). Naturalistul și filozoful roman Pliniu cel Bătrân (23-79 d.Hr.) scria despre rădăcinile orhideelor *Orchis*: „Dacă o alegi pe cea mai mare sau, după cum spun alții,... pe cea mai tare dintre ele, și o înghiți cu apă, îți va provoca pasiuni ascunse. Dacă o alegi pe cea mică, sau pe cea mai moale, și o înghiți cu lapte de capră, va avea efect anti-afrodisiac”. În Evul Mediu, când remediile pe bază de plante erau considerate eretice, așa zisele vrăjitoare foloseau tuberculii de orhidee pentru a prepara diverse *poțiuni de dragoste*. Ele răspândiseră și credința că, atunci când sunt dăruite, florile de orhidee fac iubirea celui care le primește mai profundă.

RECOMANDĂRI



Salepul este o băutură celebră în Orient, preparată din făină de tuberculi de orhidee, lapte, apă și zahăr. În Turcia, de pildă, băutura este aromatizată cu vanilie, floare de portocal, apă de trandafir și scorțișoară.



În medicina tradițională din zilele noastre sunt folosite aproape 1000 de specii de orhidee. S-a demonstrat științific că ele conțin compuși fitochimici cu o activitate biologică prețioasă, cum ar fi alcaloizii, cumarina, polifenolii, flavonoidele etc. Este de remarcat faptul că diferitele părți ale orhideelor, cum ar fi rădăcina, tulpina sau frunzele, nu sunt folosite doar pentru a trata diverse boli, ci și pentru a preveni unele afecțiuni. Metodele de preparare pot varia în funcție de efectul dorit. Pentru unele remedii se folosesc extractele, pentru altele decocturile sau pulberea. Pasta făcută din diferitele părți ale plantei se utilizează pentru uz extern, iar tulpinile și rădăcinile arse – pentru inhalarea fumului. În anumite cazuri, orhideele se combină

și cu alte tipuri de plante.

Acestea fiind spuse, haideți să vedem și câteva exemple de orhidee folosite pentru valențele lor terapeutice sau/și nutritive:

Orhideea *Orchis Masculina* a fost sursa de inspirație pentru un parfum *Calvin Klein* destinat femeilor, chiar dacă numele acesteia ar fi, în mod normal, un simbol al virilității masculine.





Goodyera repens

Un compus izolat din aceste orhidee, *goodyerina*, este folosit ca sedativ și anticonvulsiv. Plantele mai sunt utilizate pentru tulburări feminine, stomac, boli ale vezicii urinare, leziuni interne și îmbunătățirea circulației sanguine. În Orientul Îndepărtat, o infuzie rece din frunze și rădăcini poate fi utilizată ca tonic al sângelui, pentru îmbunătățirea apetitului, tratarea rănilor sau a problemelor digestive. O cataplasma din frunze proaspete, tocate sau întregi, poate fi utilă în vindecarea arsurilor. Infuzia ținută în gură ajută în caz de durere de dinți, iar sub formă de picături se utilizează pentru tratarea ochilor inflamați. Pasta

din frunze sau plante întregi, uscată și făcută pulbere, împiedică exemele la sugari.

Spiranthes spiralis

Rădăcinile gătite ale acestei plante sunt bogate în substanțe nutritive și emoliente, fiind folosite la prepararea unei băuturi delicioase, numită *Salep*. Acest aliment-medicament curăță viermii copiilor, vindecă bolile pielii și o formă de tuberculoză care afectează ganglionii gâtului și calmează iritarea canalului gastro-intestinal. Tinctura de rădăcini este folosită cu succes ca remediu homeopat pentru afecțiunile cutanate, inflamații, plăgi, dureri de sâni, febră, dureri de rinichi și afecțiuni oculare.



Herminium monorchis

În medicina naturistă chineză, tinctura din rădăcinile acestei plante este folosită ca tonic. În Asia, plantele întregi sunt utilizate pentru prepararea tincturilor folosite în tratarea bolilor renale și pentru ameliorarea retenției urinare.

Liparis loeselii

Frunzele anumitor specii din această orhidee sunt consumate ca legume, în Coreea, iar tuberculii prăjiți sunt o delicată în Noua Caledonie. În Orientul Îndepărtat, rădăcinile sunt folosite pentru a trata ulcerul stomacal, iar în insulele Satsunan (Japonia) se utili-



zează în vindecarea ulcerului malign. Tincturile sunt folosite pentru tuse, febră și dureri.

Malaxis monophyllos

Populațiile izolate din China, Tibet, Nepal și India, care practică medicina ayurvedică, Siddha și alte tipuri de medicină tradițională tibetană, utilizează aceste orhidee, între numeroase specii de orhidee alpine, ca remedii pentru tulburările

Malaxis

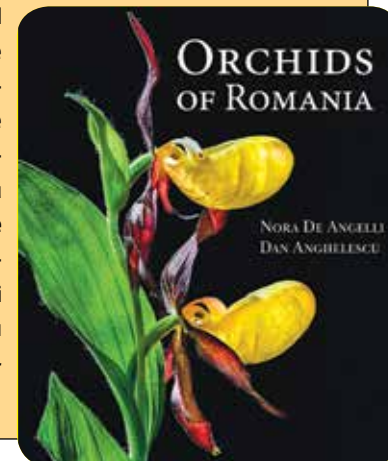
Pseudobulbii sunt folosiți ca tonic, antioxidant, anti-îmbătrânire și în tratamentul tuberculozei. Bulbii proaspeți de *Malaxis* ajută în caz de sângerare, febră, tuberculoză pulmonară, sterilitate, dizenterie etc.



RECOMANDĂRI



„Orhideele din Romania” este prima carte care descrie toate speciile de orhidee sălbatice românești cunoscute până în prezent. Sunt descrise diversele strategii de mimică și înșelăciune folosite de florile orhideelor, unice în Regatul Plantelor, pentru a atrage cu succes insectele polenizatoare. Albumul conține sute de fotografii uimitoare, care prezintă în detaliu plante întregi în habitatele naturale, inflorescențe și flori individuale. Dacă sunteți interesați, albumul poate fi comandat pe mail-ul nora-deangelli15@gmail.com



digestive, lovituri, afecțiuni ale pielii, boli respiratorii și febră. Pseudobulbii sunt recunoscuți în Sistemul Indian de Medicină pentru valoarea lor terapeutică și

Complexitatea biologică a orhideelor le-a permis să se adapteze și să colonizeze cu succes cele mai diverse habitate. În România, orhideele se găsesc pe orice forme de relief, de la cele mai înalte vârfuri stâncoase, la altitudinea de 2.300 de metri, până la dunele de nisip de pe coasta Mării Negre.

sunt comercializați sub numele de *Jeevak*, din timpuri străvechi. Tulpina umflată și dulce este folosită ca agent de răcire, afrodisiac, cicatrizant, antidizenteric, febrifug și tonic.