

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΣΜΕΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΒΟΤΑΝΑ ΚΑΙ ΕΚΧΥΛΙΣΜΑΤΑ ΒΟΤΑΝΩΝ

**Σπουδάστρια:
Σταματίου Μαρία**

**Καθηγητής:
Δρ. Δούκας Χρήστος**

Θεσσαλονίκη 2004

**ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΟ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

ΣΧΟΛΗ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ ΚΑΙ ΠΡΟΝΟΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ ΚΑΙ ΚΟΣΜΕΤΟΛΟΓΙΑΣ

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΒΟΤΑΝΑ ΚΑΙ ΕΚΧΥΛΙΣΜΑΤΑ ΒΟΤΑΝΩΝ

**Σπουδάστρια:
Σταματίου Μαρία**

**Καθηγητής:
Δρ. Δούκας Χρήστος**

Θεσσαλονίκη 2004

Περιεχόμενα

1. ΠΡΟΛΟΓΟΣ	6
2. Ιστορική αναδρομή	7
3. Η φαρμακευτική χρήση των βοτάνων.	9
3.1. ΣΥΓΚΟΜΙΔΗ ΚΑΙ ΑΠΟΞΗΡΑΝΣΗ	9
3.2. ΑΠΟΞΗΡΑΝΣΗ	10
3.3. Γνωστότεροι τρόποι προετοιμασίας τους	11
3.3.2. Το Βράσιμο	11
3.3.3. Βάμμα (το φυτό και διάλυμα οиноπνεύματος)	12
3.3.4. Κατάπλασμα (κομπρέσα).....	12
3.3.5. Αλοιφή	12
3.3.6. Λοσιόν.....	13
3.3.7. Γαλάκτωμα.....	13
4. Τα σημαντικότερα ελληνικά και ξένα βότανα.....	14
Ανεμώνη	14
Γαλατσίδα	15
Κάππαρη	16
Καπνόχορτο ή μαγιασιλόχορτο.....	16
Μαργαρίτα ή μαντιλίδα	17
Σκυλόγλωσσα.....	18
Αγγουρίτσα ή μπουράντζα.....	18
Νερολάχανο	19
Αγριορίγανη ή μικρομέρια.....	19
Περικοκλάδα.....	20
Πράσο	20
Αγριορίζαρο	21
Βρωμόχορτο ή ψαρόχορτο.....	22
Κυμπαλάρια	22
Σταυροβότανο	23
Ασπρολούλουδο.....	24
Καμπανούλα	24
Κισσός.....	25
Νάρθηκας ή κουφόξυλο.....	26
Απήγανο	27
Ανεμόχορτο.....	28
Κουφολάχανο.....	28
Νεράγκαθο	29
Αναγαλλίδα	30
Ιτιά	30
Πικροδάφνη	31
Κινινόχορτο	32
Μελίλωτος.....	33
Τριγωνίσκος.....	34
Τσαπουρνιά.....	35
Αγριοκαρδαμούδα.....	35
Πολυκόμπι	36
Πολυτρίχι	37
Ροδιά	38
Αλόη.....	39

Κενταύρια	40
Βαλεριάνα	41
Βρώμη	42
Boswellia serrata	42
Καλεντούλα	44
Πράσινο τσάι, τσάι του βουνού	45
Black Cohosh: Το γυναικείο βότανο!	47
Κράταιγος	49
Tumeric	50
Εχινάκεια	51
Σιβηριανό Τζίνσενγκ.....	53
Πολυκόμπι	54
Ευκάλυπτος.....	55
Ginkgo biloba.....	56
Γλυκόριζα	57
Goldenseal.....	59
Βαλσαμόχορτο	60
Νυχτολούλουδο.....	62
Χρυσή ρίζα.....	64
Γαϊδουράγκαθο	67
Πικραλίδα	68
Μύρτιλλος.....	69
Λυγαριά.....	71
Κόκκινη άμπελος	72
Φειδόχορτο ή Σκυλάκι	73
Αψιθιά	73
Άτροπος	74
Αχιλλέα-Χιλιολούλουδο	75
Αμνυδαλιά.....	76
Ασφόδελος.....	76
Βούζιο	78
Ζαμπούκος, Κουφοξυλιά	78
Βάλσαμο, Υπερικό, Προδρόμου βότανο	78
Γλυκάνισος.....	79
Θρούμπι	79
Βασιλικός.....	79
Ελλέβορος-Το ρόδο των Χριστουγέννων	80
Ελιά	82
Αυτάκα ή μοσχάγκαθο	83
Αντράκλα	83
Κορίανδρος	84
Αγριοκύμινο.....	85
Ρόκα	86
Κάρδαμο	86
Μαϊντανός.....	86
Μαστίχα Χίου	86
Πλάτανος	88
Πικραγγουριά.....	89
Παναγιόχορτο	89
Μέντα.....	90

Λούπινο.....	90
Ραδίκι.....	91
Σινάπι.....	92
Λαδανιά.....	93
Λάπαθο.....	93
Σαλέπι.....	94
Κρόκος.....	95
Μανδραγόρας.....	96
Μυρτιά.....	96
Μάραθο.....	97
Παπαρούνα.....	98
Σέλινο.....	99
Σκόρδο.....	100
Μολόχα.....	101
Μαντζουράνα.....	101
Δάφνη.....	102
Λεβάντα.....	103
Τίλιο ή φλαμουριά.....	103
Δίκταμο.....	104
Δυόσμος.....	105
Δεντρολίβανο.....	105
Θυμάρι.....	107
Ρίγανη.....	108
Τσουκνίδα.....	108
Χαμομήλι.....	109
Φασκόμηλο.....	110
...και κάποια λιγότερο γνωστά βότανα.....	111
Αγγίτσι.....	111
Αγκάθι.....	111
Αγρύλιαρη.....	111
Άγρια Γλαδιόλα.....	111
Αγριάδα.....	112
Αγριόσκουπα.....	112
Άγριο Σπαράγγι.....	112
Αγριοτριανταφυλλιά.....	112
Αγριοφάσουλο.....	112
Αγριοφράουλα.....	112
Αϊγιάννης.....	112
Ακόλλα.....	112
Αμάραντο.....	112
Ασπραγκαθιά.....	112
Άτροπος η Μπελλαντόνα.....	112
Αυγό.....	112
Βαλανιδιά.....	112
Βατσινιά (Ζίγρα).....	112
Βούζιλο.....	113
Βουζλιά.....	113
Βρωμοκαρυά.....	113
Γαλαζόχορτο.....	113
Γκόγκολη.....	113

Γκορτσιά	113
Γρούνα	113
Ιτσιά	113
5. Θεραπείες με βότανα	113
ΑΚΜΗ	113
ΑΜΗΝΟΡΡΟΙΑ	114
ΑΝΑΙΜΙΑ	114
ΑΠΟΣΤΗΜΑΤΑ	114
ΑΣΘΜΑ	114
ΑΨΠΝΙΑ	114
ΒΑΡΗΚΟΪΑ	115
ΒΡΟΓΧΟΚΗΛΗ	115
ΓΑΣΤΡΙΤΙΔΑ	115
ΓΡΙΠΗ	115
ΔΑΓΚΩΜΑΤΑ	115
ΔΕΡΜΑΤΟΠΑΘΕΙΕΣ	115
ΔΙΑΡΡΟΙΑ	115
ΔΥΣΠΝΟΙΑ	116
ΕΝΤΕΡΙΤΙΔΑ	116
ΕΡΙΠΗΣ	116
ΖΑΛΑΔΕΣ	116
ΗΛΙΑΚΑ ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ	116
ΙΛΑΡΑ	116
ΙΣΧΥΑΛΓΙΑ	116
ΚΑΛΟΙ	117
ΚΑΡΔΙΟΠΑΘΕΙΕΣ	117
ΚΙΡΣΟΙ	117
ΛΑΡΥΓΓΙΤΙΔΑ	117
ΜΑΓΟΥΛΑΔΕΣ	117
ΟΔΟΝΤΟΠΟΝΟΙ	117
ΠΑΧΥΣΑΡΚΙΑ	117
ΠΝΕΥΜΟΝΙΑ	118
ΠΥΡΕΤΟΣ	118
ΡΕΥΜΑΤΙΣΜΟΙ	118
ΣΥΝΑΧΙ	118
ΤΕΤΑΝΟΣ	118
ΤΡΙΧΟΠΤΩΣΗ	119
ΥΠΕΡΤΑΣΗ	119
ΦΑΡΥΓΓΙΤΙΔΑ	119
ΨΩΡΙΑΣΗ	119
ΩΤΙΤΙΔΑ	119
6. Επίλογος	120
7. ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	121
Οι εικόνες προέρχονται από:	122

1. ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Τι είναι βότανο

Ποώδες φυτό με θεραπευτικές αλλά και βλαβερές ιδιότητες. Από πολύ παλιά το χρησιμοποιούσαν οι άνθρωποι, άλλοτε για φαρμακευτικούς σκοπούς, και άλλοτε για να εξοντώσουν τους εχθρούς τους, επειδή σε μεγάλες δόσεις δρούσε σαν ισχυρό δηλητήριο. Οι ιδιότητες τους αυτές επηρέασαν την πρωτόγονη σκέψη των ανθρώπων, οι οποίοι πίστεψαν ότι η χρήση του μπορούσε να φέρει ακόμα και θαύματα και μαγικά αποτελέσματα. Έτσι στο Πήλιο σε διάφορες εποχές, πίστευαν ότι το βότανο θεράπευε το ερωτικό πάθος ή αντίθετα το δημιουργούσε εκεί που δεν υπήρχε και εξασφάλιζε το θάνατο αλλά και την αθανασία, βελτίωνε τη φυσική κατάσταση των ανθρώπων και πολλά άλλα. Τα βότανα όμως με τις εντυπωσιακές αυτές ιδιότητες σπάνιζαν, και ο μόνος τρόπος για να βρεθούν ήταν η παρακολούθηση των ζώων που τα γνώριζαν και που, όπως πίστευαν, είχαν δαιμονικές δυνάμεις. Τέτοια ζώα ήταν: το φίδι, ο σκαντζόχοιρος και άλλα. Για το βότανο της ζωής, η παράδοση αναφέρει ότι κάποια βασιλοπούλα το βρήκε αφού παρακολούθησε φίδια που το χρησιμοποίησαν για να αναστήσουν ένα φίδι νεκρό. Η βασιλοπούλα χρησιμοποίησε τότε το βότανο αυτό για ν' αναστήσει τον αγαπημένο της. Κατά την αρχαία ελληνική μυθολογία ο μάντης Πολύιδος ανάστησε το Μινώιδη Γλαύκο με βότανο που πήρε κι αυτός από φίδια. Ο ελληνικός λαός θεωρεί κατάλληλη μέρα για τη συλλογή των βοτάνων, την παραμονή της γιορτής του Αγίου Ιωάννη του Πρόδρομου. Γενικά, για τα βοτάνια, τη χρήση και τις ιδιότητες τους υπάρχουν πολλές και διαφορετικές αντιλήψεις, που τείνουν όμως να εξαφανιστούν με τη διαρκή άνοδο του μορφωτικού επιπέδου.