LIETUVOS SVEIKATOS MOKSLŲ UNIVERSITETAS

FARMACIJOS FAKULTETAS

VAISTŲ TECHNOLOGIJOS IR SOCIALINĖS FARMACIJOS KATEDRA

**ELENA ŠČERBA**

**NATŪRALIŲJŲ VAISTINGŲJŲ MEDŽIAGŲ, VARTOTŲ ALYTAUS RAJONO DAUGŲ APYLINKĖJE 2013 METAIS, ETNOFARMACINIS TYRIMAS**

**Magistro baigiamasis darbas**

**Darbo vadovas**

Doc. dr. T. Mekas

Kaunas, 2014

LIETUVOS SVEIKATOS MOKSLŲ UNIVERSITETAS

FARMACIJOS FAKULTETAS

VAISTŲ TECHNOLOGIJOS IR SOCIALINĖS FARMACIJOS KATEDRA

**TVIRTINU:**

 Farmacijos fakulteto dekanas prof. dr. Vitalis Briedis

 Data

**NATŪRALIŲJŲ VAISTINGŲJŲ MEDŽIAGŲ, VARTOTŲ ALYTAUS RAJONO DAUGŲ APYLINKĖJE 2013 METAIS, ETNOFARMACINIS TYRIMAS**

**Magistro baigiamasis darbas**

 Darbo vadovas Recenzentas Darbą atliko

 Doc. dr. T. Mekas Magistrantė

 Data Data Elena Ščerba

 Data

Kaunas, 2014

**TURINYS**

SANTRAUKA..........................................................................................................................................4

SUMMARY..............................................................................................................................................6

ĮVADAS....................................................................................................................................................8

DARBO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI......................................................................................................9

1. LITERATŪROS APŽVALGA...................................................................................................10
2. TYRIMO METODIKA...............................................................................................................16
	1. Tyrimo organizavimas..........................................................................................................16
	2. Tyrimo atlikimo metodika ir apklaustųjų kontingentas........................................................18
	3. Tiriamosios vietovės aprašymas............................................................................................18
3. REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS.........................................................................................20
	1. Tiriamųjų demografiniai duomenys......................................................................................20
	2. Natūralių gydymui vartojamų priemonių paplitimas Daugų apylinkėje ir jų vartojimo tendencijos............................................................................................................................23
	3. Augalinės kilmės žaliavų vartojimo gydymo tikslams paplitimas Daugų apylinkėje..........24
		1. Vaistinių augalų šeimų analizė..................................................................................24
		2. Daugų apylinkėje gydymui naudojamų augalų rūšių analizė....................................26
		3. Vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijos………………………………….29
		4. Daugų apylinkėje gydymui naudojamų vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijų palyginimas su PSO monografijose pateiktomis vartojimo rekomendacijomis.....................................................................................................32
		5. Daugų apylinkėje pateiktos vaistinių augalinių žaliavų receptūros………………..37
		6. Vaistinės augalinės žaliavos, naudojamos kosmetiniams tikslams………………...38
		7. Daugų apylinkėje gydymui naudojamos augalų dalys………………...…………...39
		8. Vaistinių augalinių žaliavų rinkimo, paruošimo ir vartojimo būdai……………….40
	4. Daugų apylinkėje gydymui vartojamos gyvūninės kilmės medžiagos................................43
	5. Daugų apylinkėje gydymui vartojamos grybų rūšys............................................................47
	6. Daugų apylinkėje gydymui vartojamos mineralinės kilmės medžiagos..............................48
	7. Kitos Daugų apylinkėje gydymui vartojamos medžiagos ir gydymo būdai........................48
4. IŠVADOS..................................................................................................................................50
5. LITERATŪROS SĄRAŠAS.....................................................................................................51
6. PRIEDAI....................................................................................................................................55

**SANTRAUKA**

E. Ščerbos magistro baigiamasis darbas/ mokslinis vadovas doc. dr. T. A. Mekas; Lietuvos sveikatos mokslų universiteto, Farmacijos fakulteto, Vaistų technologijos ir socialinės farmacijos katedra. – Kaunas.

Tyrimo tikslas - surinkti ir susisteminti Alytaus rajono Daugų apylinkėje išlikusias etnofarmacines žinias. Tyrimo uždaviniai: susisteminti surinktą etnofarmacinę medžiagą Alytaus rajono Daugų apylinkėje pagal gydymui vartojamų priemonių prigimtį; nustatyti, kokios kilmės vaistingųjų medžiagų tiriamojoje teritorijoje vartojama daugiausia; nustatyti dažniausiai gydymui vartojamus vaistinius augalus, gyvūnus, grybų rūšis ir mineralinės kilmės medžiagas; nustatyti dažniausias vaistinių augalų vartojimo indikacijas tiriamojoje teritorijoje; įvertinti tyrimo metu surinktų augalinės kilmės priemonių vartojimo indikacijų atitikimą PSO monografijose pateiktoms vaistinių augalinių žaliavų vartojimo rekomendacijoms.

Tyrimo metu naudojami metodai: teorinis, empirinis ir turinio analizės. Teorinis – mokslinės ir dalykinės literatūros analizė. Empirinis – gyventojų apklausa ir struktūrizuotas interviu, atlikti Alytaus rajono Daugų apylinkėje 2013 m. gegužės – rugsėjo mėnesiais. Turinio analizės metodas – surinktos etnofarmacinės informacijos grupavimas į kategorijas ir jos analizė iš įvairių pozicijų. Tyrimo metu gauti duomenys apdoroti, naudojantis „Microsoft Excel“ programa.

Tyrimo metu apklausta 40 gyventojų, iš kurių bendrauti sutiko 36. Pašnekovai buvo pasirinkti atsitiktinai arba naudojant „sniego gniūžtės“ metodą, kai vienas asmuo pasiūlo kitą. Apklausa vykdyta pasinaudojus vedliu. Skirtas dėmesys respondentų liaudies medicinos žinių šaltiniams bei įgijimo būdams. 55,56% respondentų pateikė daugiau negu vieną informacijos gavimo šaltinį: 75% respondentų teigė, kad liaudies medicinos žinias sukaupė iš savo tėvų ir senelių, 63,89% respondentų nurodė, kad pateiktas žinias sukaupė iš knygų ir laikraščių. Absoliuti dauguma respondentų, kaip savo gyvenamąją vietą nurodė Daugų apylinkes. Vienoda dalis apklaustųjų (po 33,33%) yra įgiję vidurinįjį ir aukštesnįjį išsilavinimą.

Tyrimo metu buvo užfiksuota 141 gydymui naudojama priemonė. Didžiąją dalį (73,05%) sudarė augalinės kilmės priemonės. Gyvūninės kilmės priemonių užfiksuota daug mažiau (19,15%). Rečiausiai gydymui vartojami grybai (1,42%) ir mineralinės kilmės priemonės (2,13%). 3,5% bendro citavimų skaičiaus sudarė kitos gydymui vartojamos priemonės, kurių nebuvo galima priskirti prie prieš tai išskirtų grupių.

Tyrimo metu užfiksuotos 103 augalinės kilmės žaliavos, kurios priklauso 49 šeimoms. Didžiausiu citavimų skaičiumi išsiskyrė *Asteraceae* šeima – cituota 117 kartų (20,1%). Nustatyta, kad dažniausiai gydymui vartojami vaistiniai augalai yra: vaistinis čiobrelis (*Thymus vulgaris L*.) (88,9%), mažalapė liepa (*Tilia cordata Mill*.) (83,3%), paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) (72,2%). Dažniausiai gydymui vartojamos gyvūninės kilmės medžiagos yra: medus (24,7%), kiaulės taukai (10,3%) ir kiškio taukai (8,2%). Dažniausiai gydymui vartojama grybų rūšis yra įžulnusis skylenis (*Inonotus obliquus*) (75%), o mineralinės kilmės medžiaga – smėlis (50%).

Nustatyta, kad Alytaus rajono Daugų apylinkėje vaistiniais augalais dažniausiai gydomos kvėpavimo takų ligos (24,6%), virškinamojo trakto ligos (16,1%), reumatinės (11,84%) ir nervų ligos (8,63%). Net 30 kartų cituotos augalinės žaliavos (4,39%) buvo naudojamos kosmetiniams tikslams.

Nustatyta, kad iš 103 – ijų, tyrimo metu užfiksuotų augalinių žaliavų, tik 29 - ios aprašytos PSO monografijose. Likusias 74 – ias augalines žaliavas respondentai vartojo be PSO patvirtintų medicininių indikacijų, remiantis liaudies medicinos patirtimi.

Dažniausiai respondentai minėjo vienkomponentes receptūras (76,3%), augalinių žaliavų mišinių ir daugiakomponenčių receptūrų pasitaikė rečiau (23,7%).

Dažniausiai respondentai gydymui naudoja visą antžeminę augalo dalį – žolę (29,1%).

Nustatyta tendencija vaistines augalines žaliavas vartojimui ruošti arbatų forma (55,4%) bei ruošti užpiltines su degtine (13,9%).

**SUMMARY**

The purpose of the survey is to collect and systematize ethnopharmaceutical knowledge found in Alytus region, Daugai. The main tasks of the research are to systematize ethnopharmaceutical information, found in Alytus region, Daugai vicinity, by its origin; to determine what kind of medical materials in this territory are mainly used; to identify the most commonly used medical plants, animals, fungi species and mineral materials; to state the indications of medical plants used by respondents; to evaluate indications for usage of the herbs raised during the research accordance to the WHO recommendations of medical vegetable raw materials.

Methods used during the research: theoretical, empirical and statistical. Theoretical means the analysis of scientific and special literature. Empirical means surveys of the inhabitants and structured interviews carried out in Alytus region Daugai in 2013 from May to September. Statistical means that data received during the research are processed using Microsoft Excel program.

During this research 40 people were interviewed, 36 of whom agreed to communicate. The interlocutors were chosen randomly or using a “snowball” method, when one person recommends other. The survey was carried out by using a leader. Much attention was paid to the sources of the knowledge of the folk medicine and to the methods respondents obtained it. 55,56% of the respondents gave more than one source of information; 75% of the respondents said that this knowledge of the traditional medicine they accumulated from their parents and grandparents, 63,89% of the respondents indicated that this knowledge they accumulated from books and newspapers. The vast majority of the respondents indicated that their place of living is Daugai and its vicinity. The equal parts of respondents (both 33,33%) have secondary and post-secondary education. During the research 141 remedies were stated. The majority of them (73,15%) were of vegetable origin. Remedies of the animal origin were recorded much less (19,15%). Fungi (1,42%) and remedies of mineral origin (2,13%) are used for medical treatment very seldom. 3,5% of the total number of materials is made up of other remedies used for treatment.

During the research 103 raw materials of vegetable origin were recorded, they belong to 49 families. The *Asteraceae* family has the highest number of citations, 117 times (20,1%). It was stated that the most commonly used medical plants are: herb of thyme (*Thymus vulgaris L*.) (88,9%), lime tree (*Tilia cordata Mill*.) (83,3% ), st. John’s wort (*Hypericum perforatum L*.) (72,2%). The most commonly used materials of animal origin are honey (24,7%), fat of pig (10,3% ) and fat of rabbit (8.2%). The most commonly used kind of fungi is (*Inonotus obliquus*) (75%), and material of the mineral origin is sand (50%).

It is stated that the most commonly treated by medical herbs in Alytus region Daugai vicinity is respiratory system (24,6%), gastrointestinal diseases (16,1%), rheumatic (11,84%) and nerve diseases (8,63%). Even 30 times were mentioned vegetable raw materials (4,39%) which are used for cosmetic purposes.

It was stated, that from 103 recorded vegetable raw materials, only 29 are described in the WHO monographs. The remaining 74 vegetable raw materials respondents use without WHO approved medical indications, on the grounds of folk medical practice.

In most cases respondents mentioned the one component recipes (76,3%), the mixtures of vegetable raw materials and multi-component recipes were less frequent (23,7%).

 Respondents most commonly use the whole over-ground part of the plant, grass (29,1%).

The tendency to prepare the herbs in the form of teas (55,4% ) and to infuse in vodka (13,9%) was determined.

**ĮVADAS**

Pagrindinė ašis, apie kurią formuojama darbo tematika, yra liaudies medicinos žinios. Siekiant jas surinkti, išsaugoti ir susisteminti, išskiriama atskira mokslo šaka – etnofarmacija, nagrinėjanti vietinių gyventojų žinias apie įvairios kilmės vaistingųjų medžiagų pritaikymą gydymui. Šis terminas yra svarbus, nes juo apibrėžiamas ne tik vaistinių augalų vartojimas gydymui, tačiau visos priemonės, galinčios pagerinti ar išsaugoti sveikatą. Mūsų protėviai gydymui naudojo visas gamtos teikiamas dovanas: vaistinius augalus, grybus, gyvūnus ir mineralinės kilmės medžiagas. R. Trimakas, lietuvių liaudies mediciną sąlyginai skirsto į gydymą racionaliais bei maginiais būdais. [30] Dėl to, tyrimo metu buvo stengiamasi užfiksuoti visas gydymui vartojamas priemones, prietarus, užkalbėjimus ar burtus, nes visa tai – pamažu nykstantis lietuvių liaudies medicinos paveldas.

Susidomėjimas etnofarmacinio pobūdžio tyrimais pasaulyje išlieka. Gausu internetinių duomenų bazių, leidžiami moksliniai žurnalai, kuriuose tyrėjai publikuoja savo tyrimus, dalinasi moksliniais straipsniais ir rekomendacijomis. Nagrinėjant šiuos tyrimus, galima pastebėti, kad vieningos metodikos etnofarmaciniam tyrimui atlikti nėra. Lietuvoje tokių tyrimų atlikta labai nedaug, jiems neskiriama pakankamai dėmesio. Taip pat, nėra nustatytos ir tikslios metodikos, kuria būtų galima remtis, atliekant tyrimą. Dėl to, kiekvienas etnofarmacinis tyrimas Lietuvoje pasižymi individualumu, nagrinėja tiriamąją medžiagą vis kitu aspektu ir pritaiko naujus papildomus tyrimo metodus.

Lietuvių liaudies medicinos žinios, pagrįstos praktiniu patikrinimu, tačiau jų patikimumas nėra įrodytas moksliškai. Tradicinių preparatų, kurių indikacijos yra pagrįstos tik ilgalaikiu vartojimu, vaistinėse daugėja. PSO skatina visas šalis saugiai ir veiksmingai vartoti tradicinius augalinius preparatus, nes augalų, kurių vartojimas medicininiais tikslais yra patvirtintas kaip saugus ir veiksmingas yra nedaug. PSO teigimu, daugelyje šalių vaistingųjų augalų rinka yra silpnai reglamentuojama - parduodami augalai yra dažnai neregistruojami ir nekontroliuojami. Galiausiai, vaistingųjų augalų saugumo, veiksmingumo ir kokybės garantija išsivysčiusiose valstybėse tampa iššūkiu, nes žmonės vis dažniau grįžta prie augalinių preparatų, atsisakydami cheminių vaistų. [49]Dėl to, tiek vartotojui, tiek sveikatos priežiūros specialistui yra svarbu gauti patikimą informaciją apie vaistingųjų augalų saugumą ir veiksmingumą.

Atliktas etnofarmacinis tyrimas yra vienintelis Alytaus rajone Daugų apylinkėje ir jo metu surinkta etnofarmacinė medžiaga yra unikali ir autentiška bei papildo liaudies medicinos duomenų bazę.

**DARBO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

**Darbo tikslas** – surinkti ir susisteminti Alytaus rajono Daugų apylinkėje išlikusias etnofarmacines žinias.

**Darbo uždaviniai:**

1. Susisteminti surinktą etnofarmacinę medžiagą Alytaus rajono Daugų apylinkėje pagal gydymui vartojamų priemonių prigimtį.
2. Nustatyti, kokios kilmės vaistingųjų medžiagų tiriamojoje teritorijoje vartojama daugiausia.
3. Nustatyti dažniausiai gydymui vartojamus vaistinius augalus, gyvūnus, grybų rūšis ir mineralinės kilmės medžiagas.
4. Nustatyti dažniausias vaistinių augalų vartojimo indikacijas tiriamojoje teritorijoje.
5. Įvertinti tyrimo metu surinktų augalinės kilmės priemonių vartojimo indikacijų atitikimą PSO monografijose pateiktoms vaistinių augalinių žaliavų vartojimo rekomendacijoms.
6. **LITERATŪROS APŽVALGA**

Literatūros šaltinių, nagrinėjančių etnofarmacinius tyrimus, nėra daug. Atlikus paiešką Lietuvos medicinos ir farmacijos istorijos muziejuje, buvo rasta keletas senųjų rašytinių šaltinių, liudijančių apie etnofarmacijos ištakas ir raidą Lietuvoje.

Lietuvoje liaudies medicinos medžiaga buvo pradėta kaupti tik XIX a. pabaigoje [20], kai prasidėjo lietuvių tautinis atgimimas ir kilo susidomėjimas lietuvių etnine kultūra. Tyrinėjant ir kaupiant etnografinę ir tautosakinę informaciją, buvo atkreiptas dėmesys ir į liaudies mediciną, kuri tuo metu apėmė sveikatos ir ligos suvokimą, gydymo būdus bei higienos suvokimą kaimo kultūroje. Taip pat, buvo pradėtas kreipti dėmesys, kaip sistemingai šią medžiagą rinkti ir publikuoti, [30], tačiau jai tvarkyti ir sisteminti iki pat XXI a. pradžios buvo skirta vos keletas publikacijų. [20]

Vienas pirmųjų lietuvių liaudies medicinos paveldą pradėjo sisteminti ir užrašinėti dr. J. Basanavičius. 1898 metais jis išleido knygelę, pavadinimu „Medžiaga mūsų tautiškai vaistininkystei“. [2] Šiame nedideliame savo veikale, dr. J. Basanavičius pateikė to meto Lietuvos kaime egzistavusią ligų klasifikaciją ir jų priežasčių paaiškinimus. „Medžiagoje mūsų tautiškai vaistininkystei“ J. Basanavičius atsiskleidžia, kaip profesionalus medikas bei tautosakos tyrinėtojas. Jis prie pateikiamo abėcėlinio liaudiškų ligų pavadinimų sąvado pridėjo lotyniškus terminus, nurodė liaudiškus ligų simptomų aiškinimus, kai kuriais atvejais pateikė sakytinės tautosakos tekstus apie šias ligas, aprašė naudotus jų gydymo būdus.[30] Pats J. Basanavičius prakalboje mini, kad ši medžiaga yra tuo svarbi, jog ji atspindi tuometines lietuvių pažiūras. Savo leidiniu autorius skatina gydytojus ir vaistininkus įsiklausyti į žmonių nuomones apie ligas ir jų gydymą, bei stengtis visa tai užrašyti, nes ši informacija yra labai svarbi ir vertinga. [2] Kol kas, tai vienintelis lietuvių liaudies medicinos „susirgimų žinynas“. [30]

Gimęs XVIII a. antroje pusėje, žymus lietuvių kultūros veikėjas Jurgis Pabrėža, kūrė botanikos, medicinos ir geografijos disciplinų veikalus. Nors geriausiai jis žinomas dėl savo milžiniško įnašo į Lietuvos botanikos istoriją, tačiau J. Pabrėža taip pat domėjosi ir rinko lietuvių liaudies žinias. Vadovaudamasis Krokuvos akademijos daktaro Simono Sirenijaus veikalu, J. Pabrėža 1814 m. parengė veikalą „Kai kurių augalų gydantieji ypatumai, tų augalų panaudojimo įvairių ligų atvejais būdai, kunigo Jurgio Pabrėžos, Kartenos altaristos, parinkti iš Simono Sirenijaus, Krokuvos akademijos daktaro veikalo, 1814 m. Kartenoje“. Šiame veikale J. Pabrėža aprašo Lietuvoje gausiai augančias ir vaistinėje lengvai gaunamas vaistažoles, vaistingosios žaliavos savybes, liaudies receptus, atitinkamo vaisto pasigaminimo iš aprašomosios vaistažolės, ar jos dalies, būdus. [3]

1910 metais Vilniuje dr. K. Grinius, kartu su Lietuvos mokslo draugijos folkloro nariais, išleido knygelę pavadinimu „Trumpa folkloro dalykams rinkti programa“. Šiuo leidiniu autorius skatino „visus, kas tik kiek gali, pasižiūrint į šitą programą, pasirūpint surinkti kuo daugiausiai mūsų tautos senovės liekanų“ ir prie visų nurodymų įtraukė skyrių „žmonių medicina“. Šiame skyriuje autorius pateikia pagrindinius klausimus, į kuriuos reikėtų atkreipti dėmesį, siekiant užrašyti kuo kokybiškesnę liaudies medicinos medžiagą. Šį leidinį galima vadinti pirmuoju metodiniu nurodymu, kaip atlikti etnofarmacinį tyrimą Lietuvoje. [5]

M. Grigonis 1913 m. išleido „pamokinimą, kaip žolynai auginti“, kuriame surašė dažniausiai lietuvių auginamus darželių augalus, didžiąją daugumą pavadinęs liaudiškais pavadinimais. Autorius rėmėsi savo patirtimi bei „naujausiais patarimais pačių mergaičių“, auginančių darželius. Savo nedideliame leidinyje „Rūtelių darželis“ autorius pabrėžia augalų puoselėjimo svarbą, kaip žmogaus doros ir grožio sampratos išraišką. [4] Šioje knygelėje paminėti dekoratyviniai augalai sutinkami ir 2010 m. atliktame KMU studentės U. Gudelytės darbe „Tradiciškai Lietuvoje augintų dekoratyvinių augalų etnofarmacinis tyrimas“, kur tyrėja aprašo šių augalų panaudojimą lietuvių liaudies medicinoje, XIX a. oficialioje medicinoje bei šiuolaikinėje medicinoje. [6]

Tuo metu, lietuvių kalba nebuvo išleista nei vieno leidinio, kuriame būtų susisteminti augalai, pagal jų medicininį pritaikymą. Pirmąjį 1932 m. išleido A. Skinderis, kuriame aprašė 80 dažniausiai sutinkamų, be atlaso atpažįstamų augalų, pritaikomų žmogaus, gyvūnų ligoms gydyti, bei naudojamų kaip dažikliai. A. Skinderis rašė senąja lietuvių kalba, dėl to nemaža dalis augalų pavadinimų yra liaudiški arba paimti iš rusų arba lenkų kalbų, tačiau prie kiekvieno augalo, jis pridėjo ir lotyniškus pavadinimus. Autorius nurodė, kaip iš vaistingųjų augalų pasigaminti skirtingas vaistų formas, kaip dozuoti augalinius vaistus bei kada tikslingiausia juos vartoti. [25]

Nemažai įdomios etnofarmacinės medžiagos XX a. pradžioje paskelbė Gabrielė Petkevičaitė – Bitė darbe „Medžiaga lietuvių liaudies medicinai“, kuris pasirodė lietuvių ir rusų kalbomis. Šioje publikacijoje ji aprašė išlikusius papročius, susijusius su ligų prevencija bei gydymu. Medžiaga pateikiama etnografinio aprašymo būdu. [30] [17]

Dr. E. Šimkūnaitė (1920-1996) , viena didžiausių lietuvių vaistažolininkystės žinovių, sukaupė bebaigiančias išnykti liaudies medicinos žinias, jas apibendrino rašytine forma, atliko vaistingųjų augalų išteklių ir jų žaliavos racionalaus panaudojimo tyrimus. [27] [29] Nepaisant to, kad paskelbta labai daug E. Šimkūnaitės publikacijų taikomosios liaudies medicinos tema, tačiau kai kuriuos tekstus derėtų vertinti atsargiai, nes juose randama daug pačios autorės kūrybos. [30]

R. Trimakas 2008 m. išleido monografiją tema „Lietuvių liaudies medicina: etnografiniai ir folkloristiniai aspektai. XIX a. pabaiga – XX a. pirmoji pusė“. Savo darbe, pasinaudodamas lyginamuoju tipologiniu bei struktūriniu semantiniu metodais, jis išsamiai analizuoja žmogaus gyvybės ir sveikatos sampratą, remdamasis požiūriu į žmogaus kūną, ligas, jų prevenciją ir gydymą. Autoriaus nagrinėjama medžiaga yra sakytinė lietuvių liaudies tautosaka ir etnografiniai duomenys. R. Trimakas liaudies mediciną analizuoja kaip kultūrinės sistemos dalį, atspindinčią esamas normas, vertybes, nuostatas ir stereotipus. [30]

Šiuo metu, lietuvių liaudies mediciną stengiamasi tyrinėti vis kruopščiau. Visa informacija yra renkama kompleksinių etnografinių ekspedicijų metu. Tokias ekspedicijas Lietuvių liaudies kultūros centras pradėjo organizuoti nuo 1992 metų. Šių ekspedicijų metu buvo renkama, šifruojama ir sisteminama lietuvių liaudies medicinos informacija. Liaudies medicinos tyrėjai mano, kad lietuviai žinojo daugiau kaip 200 mineralinės kilmės, 500 gyvūninės kilmės ir apie 2000 augalinės kilmės žaliavų. [1] Naujausiais duomenimis, tradicinėje ir lietuvių liaudies medicinoje naudojamos 462 spontaninės, adventyvinės arba introdukuotos aukštesniųjų augalų rūšys, penkios grybų, dvi kerpių, viena samanų ir viena dumblių rūšis. [22]

Ž. Petkevičiūtė su bendraautoriais savo straipsnyje „Etnofarmacinio – botaninio tyrimo perspektyvos Lietuvoje“ pabrėžia, kad renkant ir kaupiant etnofarmacinę medžiagą, būtina išvengti praeities klaidų, ir tam reikalinga stipri teorinė bazė. Taip pat, autoriai atkreipia dėmesį, kad viešas etnofarmacinių – botaninių tyrimų metodikos pristatymas farmacinei visuomenei suteikia galimybę pritraukti dalį kolegų dirbti farmacijos istorijai svarbų darbą, kuris pasaulyje tampa populiarus. [20]

Atlikus paiešką Lietuvių literatūros ir tautosakos institute, buvo rastas tautosakos rinkinio rankraštis, kurį 1947 m. surinko jauna gydytoja A. Liubauskaitė. [14] Etnofarmacinė medžiaga buvo renkama Trakų, Alytaus ir Varėnos apskrityje. Iš Daugų kaimo buvo apklaustos tik dvi sakytojos, dėl to šiuo rinkiniu nebuvo tikslinga remtis, norint atlikti palyginamąją analizę su tyrimo metu surinkta etnofarmacine medžiaga. Tačiau pats rinkinys labai įdomus ir vertingas. Visa informacija suskirstyta pagal ligas, neaplenkiant įvairių prietarų, darbo papročių, kosmetinių bei afrodiziakinių priemonių aprašymo. Dauguma ligų pateikiama liaudiškais pavadinimais, pavyzdžiui, *ėdra, priemėtis, tvinksnys, išgąstis*. Autorė dažnai naudoja sakytinę respondentų kalbą, dėl to jaučiamas tiriamojo krašto autentiškumas.

Lietuvoje etnofarmacinių tyrimų atlikta nedaug. Nors susidomėjimas liaudies kultūra neblėsta, tačiau organizuoti ir atlikti tokio pobūdžio tyrimą nėra lengva. Vienas iš pagrindinių trūkumų yra tai, jog nesuformuota visiškai tiksli etnofarmacinio tyrimo metodika. Taigi, kiekvienas tyrėjas, rinkdamas etnofarmacinę medžiagą bando remtis prieš tai atliktais darbais, papildydamas ją savo atradimais. Dėl to, etnofarmacinio tyrimo metodika palaipsniui plečiama, vykdant kiekvieno tyrėjo užmojus.

KMU magistrantė R. Kanapeckaitė 2006 m. parengė magistro darbą „Etnobotaniniai – farmaciniai aspektai Lietuvių tautosakoje (A. Juškos rinkinyje „Lietuviškos svotbinės dainos”)”. [8] Ji iš A. Juškos rinkinio „Lietuviškos svotbinės dainos“ išrinko paminėtus augalus ir išanalizavo juos, kaip vartotus ar vartojamus gydymo tikslams. Darbas išsiskiria savo praktine reikšme, nes tai buvo pirmasis darbas Lietuvoje, analizuojantis tautosakoje paminėtus augalus etnofarmaciniu aspektu.

Ž. Petkevičiūtė savo magistro baigiamajame darbe atliko „Natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, vartotų Telšių rajono Varnių apylinkėje 2006 metais“ etnofarmacinį tyrimą. [19] Šiame darbe ji surinko ir susistemino Telšių rajono Varnių apylinkėje išlikusias liaudies medicinos žinias bei įvertino liaudies medicinoje vartojamas vaistingąsias medžiagas. Šio darbo metu buvo paruošta metodika etnofarmacinei informacijai rinkti, kuria buvo pradėta remtis kitų etnofarmacinių tyrimų metu. Tyrimas 2010 metais buvo publikuotas žurnale „Journal of Medicinal Plants Research“. [21]

ŠU magistrantė I. Šaučiūnienė 2009 m. atliko magistro baigiamąjį darbą „Žolynai“, kurio teorinėje dalyje įvairiais aspektais (tarp jų ir liaudies medicinos, magijos liaudies tradicijose) yra nagrinėjama žolynų, kaip augalų simbolinė reikšmė ir atlikta jų kūrybinė interpretacija. [26]

LSMU magistrantė I. Šimkutė 2011 m. atliko natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, naudotų Plungės rajone 2009 – 2010 m., etnofarmacinį tyrimą. [28] Savo darbe ji surinko ir susistemino etnofarmacinę informaciją apie Plungės rajono Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse gydymo tikslais naudojamas natūralios kilmės medžiagas. Šio tyrimo metu liaudies medicinos duomenų bazė buvo papildyta Žemaitijos regiono etnofarmacine medžiaga.

R. Petkevičius 2008 – 2011 m. atliko etnofarmacinį tyrimą Lietuvoje ir Baltarusijoje ir pateikė jį elektroniniam serialiniam leidiniui „Lietuvos lokaliniai tyrimai“, kuris yra monografijų serijos „Lietuvos valsčiai“ mokslo darbų rinkinys. Jo publikacija „Nerviniai sutrikimai ir jų gydymas Užpalių apylinkių XX – XXI a. tradicinėje medicinoje“ apima išlikusių rašytinių šaltinių apie Užpalių liaudies mediciną nagrinėjimą ir aptarimą, lauko tyrimą, išlikusių tiriamojo krašto žolininkų, žiniuonių ir jų giminaičių ar pažįstamų paiešką bei plačią, rastų liaudies medicinos žinių apie nervinių sutrikimų gydymą, apžvalgą ir analizę. [18]

Pasaulio mastu, prie etnobotanikos ir etnobiologijos mokslų ištakų minimi ir didelę įtaką šių mokslų raidai padarė graikai ir romėnai. [46] Vienas seniausių rašytinių šaltinių yra graikų karo gydytojo Dioskorido *De Materia Medica*, kuris pirmajame šimtmetyje po Kristaus aprašė apie 600 augalų rūšių, taip pat gyvulinės ir mineralinės kilmės vaistus. Ši knyga tapo standartu ir kriterijumi vėlesnėms farmakopėjoms. [43]. Nors terminai „etnobotanika“, „etnozoologija“, „etnobiologija“ ir „etnoekologija“ atitinkamai nebuvo suformuoti iki 1895, 1899, 1935 ir 1954 metų, tačiau dėmesys į etnobiologiją Europoje buvo kreipiamas jau daug anksčiau [46] ir susidomėjimas išlieka iki šių laikų.

Pastaraisiais metais etnofarmaciniai – botaniniai tyrimai vykdomi ne tik šalyse, kuriose sunkiai prieinama pirminė sveikatos priežiūra [20] (pavyzdžiui, Indijoje, Etiopijoje, Nepale) [42] [36] [40], bet ir industrializuotų šalių didžiuosiuose miestuose (pavyzdžiui, Londone).[37]

Nors Lietuvoje etnofarmacinio pobūdžio tyrimų nėra daug, tačiau pasaulyje jų gausu ir vis dar išlieka susidomėjimas jais. Tai įrodo didelis skaičius mokslinių publikacijų įvairiuose moksliniuose leidiniuose.

Leidžiamas žurnalas „Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine“ publikuoja straipsnius etnobotanikos, etnomikologijos, etnozoologijos, etnoekologijos, etnometeorologijos/ etnoklimatologijos, etnoastronomijos, etnofarmacijos, etnomedicinos, etnoveterinarijos, liaudies medicinos, migruojančios liaudies medicinos/ miesto etnobiologijos ir kt. temomis ir leidžia mokslininkams visame pasaulyje dalintis informacija ir atradimais šiose srityse. [38]

Labai didelio susidomėjimo etnofarmaciniu aspektu kaip tiriamoji teritorija pastaruoju metu sulaukia Italija. Publikuojama daug tyrimų, atliktų centrinėje ir pietinėje Italijoje, nes šis regionas buvo mažiausiai tyrinėjamas etnobotaniniu aspektu. Vienas iš tokių tyrimų buvo atliktas 2003 – 2005 metais Moliso regione. Šioje teritorijoje daug kalnų, dėl to komunikacija yra gana ribota ir etnomedicininės žinios išliko gana autentiškos. Tyrimo metu buvo apklausti 54 respondentai, daugiausia medkirčiai, namų šeimininkės ir piemenys, surinkta 70 augalų rūšių, iš kurių 64 buvo naudojami žmogaus ligoms gydyti, 5 – kaip vabzdžių repelentai, 11 - veterinarinių preparatų, 1 - kiaušinių ir sūrių laikymui ir 4 - magijos tikslams. [35]

2009 – 2010 metais pietinėje Italijoje, *Pollino* nacionaliniame parke buvo atliktas etnobotaninis tyrimas, kurio metu buvo apklausta 120 respondentų, siekiant surinkti liaudies medicinos žinias apie jų naudojamus augalus. Tyrimo metu paaiškėjo, kad šis regionas yra labai turtingas savo etnofarmakologinėmis tradicijomis, išlikęs pakankamai izoliuotas ir per stipriai nepaveiktas industrializacijos. [45]

2012 metais publikuotas tyrimas, atliktas Bazilikatos regione, pietų Italijoje. Jo metu buvo apklausiami seniausi šio regiono žolininkai, užrašomos ne tik gydymui, bet ir ritualinėms, magijos apeigoms skirtos priemonės. [41]

Vis populiaresniais tampa miesto etnobotanikos (*urban ethnobotany*) srities tyrimai, kuriuose pagrindinis dėmesys sutelkiamas į migruojančias bendruomenes industrializuotose šalyse. Vienas iš pavyzdžių būtų 2009 – 2010 metais atliktas tyrimas pietinėje Italijoje, Mundimitar/ Montemitro regionuose. Šio tyrimo metu, buvo siekiama išsiaiškinti, kaip kito šio krašto augalų vartojimas gydymo tikslams tarp atvykėlių. [47] Panašaus pobūdžio tyrimas 2010 metais atliktas San Paule, Brazilijoje. Šio etnofarmakologinio tyrimo metu buvo renkama etnofarmacinė medžiaga, apklausiant asmenis, migruojančius per kelis Brazilijos miestus. [34]

Žurnalas „Journal of Ethnopharmacology“ [39] pateikia nemažai mokslinių straipsnių etnofarmacijos tematika. Jame 2011 metais publikuotas etnobotaninis tyrimas, atliktas Balikesire, Turkijoje, kurio metu buvo apklausiami vietiniai gyventojai, tiriamos augimvietės ir fiksuojamos išlikusios liaudies medicinos žinios. [44] Panašaus pobūdžio tyrimas buvo publikuotas 2010 metais. Šis etnobotaninis tyrimas taip pat atliktas Turkijoje, siekiant nustatyti medicininį augalų panaudojimą Sivrico regione, bei užrašyti liaudiškus augalų pavadinimus. [33]

Etnofarmaciniai – botaniniai tyrimai tampa vis didesniu susidomėjimo objektu visame pasaulyje. Stengiamasi ištirti ir išsaugoti senąsias gydymo tradicijas, surinkti kuo kokybiškesnę etnofarmacinę medžiagą tiek atokiuose pasaulio kampeliuose, tiek industrializuotose šalyse. Formuojamos naujos šių tyrimų pakraipos, tiriami etnofarmacinės informacijos sklaidos dėsningumai. Nors Lietuvoje tokio pobūdžio tyrimai nėra plačiai paplitę, tačiau svarbu suprasti, kad liaudies medicina yra didžiulė lietuviškosios medicinos ir tautosakos paveldo dalis ir šios informacijos rinkimas, tvarkymas ir išsaugojimas – tai pagarbos farmacijos specialisto profesijai bei Lietuvos istorijai išraiška.

**2. TYRIMO METODIKA**

**2.1. Tyrimo organizavimas**

R. Petkevičiaus teigimu (2012), iki šiol Lietuvoje nėra bendros, etnologams ir medikams tinkamos, etnomedicinos lauko darbų metodikos, nesutariama ir dėl rezultatų skelbimo. [18] Dėl šios priežasties, atliekant tyrimą, buvo remiamasi bendrais metodologijos principais. [10]

Siekiant efektyviai ir kokybiškai atlikti natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, vartotų Alytaus rajono Daugų apylinkėje 2013 metais etnofarmacinį tyrimą, buvo taikyti teorinis, empirinis ir turinio analizės metodai.

Apibendrinus bendruosius metodinius mokslinio tyrimo nurodymus, išskirti pagrindiniai darbo etapai:

1. Respondentų apklausos anketos sudarymas.
2. Interviu organizavimas, tiriamosios teritorijos analizė, vedlio paieška.
3. Tiriamosios vietovės gyventojų apklausa, siekiant išsiaiškinti, kokias vaistines augalines, gyvūnines, grybų ir mineralinės kilmės medžiagas jie renka ir naudoja gydymo tikslais bei kokius žino liaudies medicinos receptus ir maginius gydymo būdus.
4. Surinktos etnofarmacinės medžiagos identifikavimas, pasinaudojus K. K. Vilkonio atlasu „Lietuvos žaliasis rūbas“, išleistu 2001 m. [32]
5. Augalinių gydomųjų priemonių botaninės taksonomijos nustatymas, remiantis L. Vailionio “Lietuviškuoju botanikos žodynu“ [31], išleistu 1938 m. ir R. Jankevičienės “Botanikos vardų žodynu” [7], išleistu 1998 m.

Pasirengimo tyrimui etapo metu buvo atlikta mokslinės ir dalykinės literatūros analizė, apžvelgti senieji rašytiniai šaltiniai liaudies medicinos tema, išstudijuoti naujausi moksliniai straipsniai, ieškant ryšių su ankstesniais tyrimais, analizuotos PSO monografijos bei interneto puslapiuose pateikta medžiaga.

Atliktas tyrimas priskiriamas kokybiniam tyrimui. Kokybinį tyrimą galima apibūdinti kaip sistemingą, nestruktūrizuotą atvejo ar individų grupės, situacijos ar įvykio tyrimą natūralioje aplinkoje, siekiant suprasti tiriamuosius reiškinius bei pateikti jų paaiškinimą. [10] Kokybinių tyrimų metodai yra lankstūs, nes jie remiasi autoriaus interpretacija, o ne tiksliais matavimais. Svarbus yra pats tyrimo procesas, o ne jo išvada. Taip pat, didelis dėmesys kreipiamas į situacijos ir elgesio ryšį, kuris daro didžiausią įtaką patirties formavimui. Skirtingai negu kiti, kokybiniai tyrimo metodai labiau gilinasi į daiktų ir reiškinių kilmę, o ne į skaičių ar kiekį. [16]

Pagrindiniai tyrimo procese taikyti mokslinės informacijos rinkimo metodai – anketinė apklausa ir struktūrizuotas interviu. Remiantis bendraisiais anketos reikalavimais, sudaryta dviejų dalių anketa (1 priedas), kuria vadovaujantis atlikta apklausa – interviu. Interviu metu klausimai ir visa procedūra buvo numatyta iš anksto, tiriamoji situacija aiškiai apibrėžta. Šiam informacijos rinkimo metodui būdinga nemažai psichologinių niuansų, susijusių su įvairiomis bendravimo formomis [10], dėl šios priežasties, siekiant užtikrinti gautos informacijos teisingumą ir patikimumą, bei respondentų atvirumą, atliekant lauko tyrimą, buvo pasinaudota vedliu. Vedlio funkciją atliko Daugų kaimo gyventoja (60 m.), pati kaupianti liaudies medicinos žinias, besigydanti senolių receptais ir pažįstanti didžiąją daugumą Daugų apylinkės gyventojų, besigydančių natūraliomis vaistingosiomis medžiagomis. Jos dėka, apklaustųjų laukas buvo susiaurintas ir konkretizuotas, apklausa vykdoma žinant arba tikintis, kad respondentai naudoja natūralias vaistingąsias medžiagas gydymosi tikslais. Taip pat, pasinaudota „sniego gniūžtės“ atrankos principu, kai baigus vieno respondento apklausą, buvo prašoma, kad jis nurodytų kitą asmenį, galintį suteikti tyrimui naudingos informacijos.

Vienas iš kokybinių duomenų analizės metodų yra lyginamasis metodas, kurio metu atlikto tyrimo rezultatai integruojami į bendrą panašaus pobūdžio tyrimų kontekstą, tokiu būdu leidžiant kritiškai įvertinti gautus rezultatus. Dėl šios priežasties, tyrimo metu gauti duomenys buvo palyginti su senesniais panašaus pobūdžio tyrimais: KMU magistrantės Ž. Petkevičiūtės gautais duomenimis, atlikus natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, vartotų Telšių rajono Varnių apylinkėje 2006 metais etnofarmacinį tyrimą bei su LSMU magistrantės I. Šimkutės gautais duomenimis, atlikus natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, naudotų Plungės rajone 2009 – 2010 m., etnofarmacinį tyrimą. Tai buvo atlikta, siekiant išsiaiškinti, kaip kito žinių apie lietuvių liaudies mediciną išliekamumas, nepriklausomai nuo skirtingų tiriamųjų teritorijų.

Vienas iš išsikeltų darbo uždavinių buvo patikrinti, kiek ir kokių vaistinių augalinių žaliavų Alytaus rajono Daugų apylinkės gyventojų vartojimo indikacijos atitinka PSO monografijose pateiktas vartojimo rekomendacijas. Dėl to, surinkta etnofarmacinė medžiaga buvo analizuojama ir lyginama su PSO monografijose pateikta informacija, išleista nuo 1999 m. iki naujausios, išleistos 2009 m.

Reikšmingesni kiekybiniai duomenys buvo apibendrinami pasinaudojus turinio analizės metodu. Turinio analizė – tai duomenų, susijusių su bendravimu, skirstymas į kategorijas, siekiant juos suklasifikuoti, susisteminti ir reziumuoti.

Tyrimo metu gauti duomenys apdoroti, naudojantis „Microsoft Excel“ programa.

**2.2. Tyrimo atlikimo metodika ir apklaustųjų kontingentas**

Tyrimas – Alytaus rajono Daugų apylinkės gyventojų apklausa - buvo atliktas 2013 metų gegužės – rugsėjo mėnesiais. Tyrimui atlikti gautas pritarimas iš LSMU Bioetikos centro (Nr. BEC-FF-52).

Naudojantis sudaryta anketa buvo vykdomas interviu, kurio metu atsakymus į klausimus užrašinėjo pati tyrėja. Anketa susideda iš 13 klausimų, iš kurių pagrindinis dėmesys buvo skiriamas respondentų renkamoms vaistinėms augalinės, gyvulinės, mineralinės kilmės žaliavoms, jų rinkimo ir laikymo sąlygoms, bei liaudies medicinos receptų ir maginių gydymo būdų užrašymui.

Gavus respondentų sutikimą, keli pokalbiai buvo įrašyti ir šifruojami. Tyrimo metu, buvo stengiamasi vaizdo priemonėmis fiksuoti, kokias vaistines medžiagas respondentai renka, kur renka, kaip ir kokiomis sąlygomis jos džiovinamos ir laikomos. Įsiamžinti nesutiko nei vienas respondentas. Absoliuti respondentų dauguma pageidavo, kad jų asmeniniai duomenys nebūtų viešinami, dėl to darbe respondentai tarpusavyje skiriami tik pagal jų amžių. Atliekant tyrimą pastebėta, jog užtikrinus respondentų anonimiškumą, pasiekiama geresnių rezultatų, jie bendrauja atviriau, nesivaržydami ir išsamiau atsakinėja į užduodamus klausimus.

Tyrimo metu buvo apklausta 40 Alytaus rajono Daugų apylinkės gyventojų, iš kurių bendrauti sutiko 36. Iš jų 3 vyrai (nuo 50 iki 79 metų) ir 33 moterys (nuo 26 iki 90 metų). Respondentų amžiaus vidurkis yra 61 metai. Pateikėjai gyvena Daugų kaime, Daugų mieste, Rodžios kaime. Absoliuti dauguma jų yra kilusi iš Daugų apylinkių.

**2.3. Tiriamosios vietovės aprašymas**

Duomenų apie panašaus pobūdžio ekspediciją tiriamojoje teritorijoje nebuvo rasta. Dėl šios priežasties, atlikto tyrimo duomenys yra autentiški ir vertingi etnofarmaciniu aspektu.

Tyrimas atliktas Alytaus rajono Daugų apylinkėje: Daugų miestelyje, Daugų kaime ir Rodžios kaime. Daugų miestelis įsikūręs Daugų moreniniame masyve (Dzūkų aukštumoje) Alytaus rajone, Daugų ežeryno centre, ant Didžiulio (Daugų) ežero kranto. Iš trijų pusių miestelį supa ežerai Didžiulis, Padaugėlaitis, apylinkėse gausu mažesnių ežerų. Greta miesto įsikūręs Daugų kaimas. Dar šio šimtmečio pradžioje Daugų miestelis buvo saloje. Tik supylus kelius paežerėje ir per šlapias pievas, Daugai pasidarė pasiekiama sausuma. Daugų priemiesčiai baigiasi ežeru. [9] Dėl tokio gausaus ir išskirtino ežeringumo, tyrimo metu buvo tikimasi užfiksuoti nemažai vandens augalų ir gyvūnų, naudojamų gydymo tikslams, tačiau gauti rezultatai to nepatvirtino.

Daugų ežero vandens flora ir augalija rūšių gausumu nepasižymi. Vandens pakraščiuose auga nendrynai, meldynai, vietomis auga balinio asiūklio sąžalynai, giliau – plunksnalapės plūdės, kanadinė elodėja, menturdumbliai. 1954 m. Banduragio įlankoje surasta didžialapė kaldezija, įrašyta į Lietuvos Raudonąją knygą. [24]

Dirvožemių įvairumas sukuria augimviečių sąlygų įvairovę. Įvairiausių augimviečių miškai, dengę rajono paviršių, didesne dalimi iškirsti. Jų vietą užėmė žemės ūkio naudmenos su kai kur įsiterpusiais miško sklypais. [24] Daugų miškas užima 1954 ha. Jo paviršius kalnuotas, dirva priesmėlio. Vyrauja eglynai su ąžuolo, skroblo priemaiša. Sutinkama vilkų, šernų, barsukų, lapių, kiaunių, stirnų, juodųjų gandrų, tetervinų. [11]

1999 m. kartografinės medžiagos analizės duomenimis, dirbamų žemių plotus keičia pievos ir plečiasi miškų plotai. [24] 1954 m. M. Natkevičaitė – Ivanauskienė inventorizavo 47 makrofitų rūšis, priklausančias 22 šeimoms. [15] 2002 m. inventorizuota 63 makrofitų rūšys, priklausančios 32 šeimoms. [24]

Paveiksle nr. 1 pavaizduotos Daugų miestelio ir Daugų kaimo teritorijos. Paveiksle nr. 2 pavaizduota Rodžios kaimo teritorija. Apskritimai žymi vietas, kuriose buvo atliekama apklausa – interviu.

  

**1 pav. *Daugų miestelio ir Daugų kaimo žemėlapiai* 2 pav. *Rodžios kaimo žemėlapis***

**Paveikslai modifikuoti pagal Google maps nuotraukas**

**3. REZULTATAI IR JŲ APTARIMAS**

**3.1. Tiriamųjų demografiniai duomenys**

Remiantis naujausiais Lietuvos Statistikos Departamento duomenimis, gautais po 2011 m. gyventojų surašymo, Alytaus rajono Daugų seniūnijoje gyvena 3230 žmonių, iš kurių 1528 vyrai ir 1702 moterys. Daugų miestelyje užfiksuota 1170 gyventojų, iš kurių 541 vyrai ir 629 moterys. Daugų kaime užfiksuota 400 gyventojų, iš kurių 204 vyrai ir 196 moterys. Rodžios kaime užfiksuota 39 gyventojai, iš kurių 21 vyras ir 18 moterų. [12] Daugų miestelyje buvo apklausta 15 gyventojų, kas sudaro 1,28%. Daugų kaime buvo apklausta taip pat 15 gyventojų, kas sudaro 3,75%. Rodžios kaime buvo apklausti 6 gyventojai, kas sudaro 15,38%. Pagal jau ankščiau pateiktą respondentų amžiaus vidurkį (61 m.), daugiausiai apklaustųjų priklauso 60 – 64 metų amžiaus grupei. Remiantis Lietuvos Statistikos Departamento duomenimis, Daugų seniūnijoje šios amžiaus grupės gyventojų iš viso yra 155. [13] Atlikus skaičiavimus, gauti rezultatai parodė, kad tiriamojoje teritorijoje buvo apklausta 49,81% šios amžiaus grupės gyventojų. Tokio pobūdžio tyrimui, tai labai didelis ir vertingas pasiekimas.

Nors renkant etnofarmacinę informaciją, nebuvo akcentuotas respondentų amžius, o didžiausias dėmesys kreiptas į pateiktą etnofarmacinę informaciją, tačiau amžiaus vidurkis (61 m.) parodo, kad didžioji dalis respondentų yra senyvo amžiaus. Šis rodiklis išlieka svarbus, nes tikimasi, jog senyvo amžiaus žmonės labiau linkę naudotis informacija, perduota žodinės tradicijos keliu, negu žiniasklaidos priemonėmis. Siekiant įvertinti surinktos etnofarmacinės medžiagos autentiškumą, buvo svarbu išsiaiškinti, iš kokių šaltinių respondentai kaupė turimas etnofarmacines žinias. 55,56% respondentų pateikė daugiau negu vieną informacijos gavimo šaltinį. Net 75% respondentų teigė, kad liaudies medicinos žinias sukaupė iš savo tėvų ar senelių. Tai parodo, kad surinkta etnofarmacinė medžiaga didžiąja dalimi yra autentiška ir išlikusi iš ankstesniųjų kartų. Nepaisant to, net 63,89% respondentų nurodė, kad pateiktas žinias apie gydymąsi natūraliomis priemonėmis sukaupė iš knygų ir laikraščių. Tai galėjo įtakoti vis didėjanti informacijos sklaida, galimybės greitai surasti rūpimą informaciją literatūroje. Taip pat, senyvame amžiuje sunku prisiminti didelį informacijos kiekį, dėl to, respondentai, reikalui esant, pasitikslina ar sužino vaistinių augalinių žaliavų vartojimą knygose ir žurnaluose. Nors literatūros šaltiniuose aprašytos liaudies medicinos žinios yra vertingos, tačiau naudojimasis jomis kelia abejonių tiriamosios vietovės etnofarmacinės medžiagos autentiškumu. Kai kurie respondentai, dalindamiesi liaudies medicinos patirtimi, pridurdavo, kad viską galima rasti knygose ir norint sužinoti tikslesnes natūralių gydymosi priemonių vartojimo subtilybes, reikia informacijos ieškoti jose. Nors rėmimasis literatūros duomenimis suteikia liaudies medicinos receptams mokslinį pagrindimą, tačiau tai skatina tikrųjų liaudies medicinos žinių nykimą. 13,89% respondentų nurodė, kad apie liaudies medicinos receptus sužinojo iš kaimynų, pažįstamų ar draugų, kas liaudies medicinai yra taip pat svarbu, nes didžiausią vertę joje turi žodiniai informacijos mainai. Tik 11,11% respondentų paminėjo, kad informaciją kaupia iš radijo, televizijos ar interneto šaltinių. Gauti duomenys pateikti 3 paveiksle.

**3 pav. *Informacijos gavimo šaltiniai***

Nei vienas respondentas, siekdamas gauti informacijos apie natūralios kilmės gydomųjų priemonių vartojimą, nesikreipia į šeimos gydytoją ar vaistininką bei nėra įtakotas reklamos sklaidos šaltinių. Vyriausia respondentė (90 m.) teigė, jog „pati išsimokė – gėrė vaistažoles ir žiūrėjo, kuri ką daro“. Pasak senolės, ji niekada nevartojusi cheminių vaistų ir savo 11 vaikų taip pat „žolėm gydydama“ auginusi.

Dažniausiai respondentai pasitiki savo šeimos narių žiniomis apie gydymąsi natūraliomis priemonėmis. Jeigu respondentai turi vaikų, jiems ir perduoda savo liaudies medicinos žinias, tačiau yra tokių, kurie minėjo, jog jaunesnė karta nepasikliauja senolių patarimais ir gydosi tik cheminiais vaistais. Respondentai savo liaudies medicinos žiniomis ir natūraliomis gydymosi priemonėmis dalinasi su aplinkiniais. Didžioji dauguma teigė, kad aplinkiniai gyventojai prašo jų surasti reikiamą vaistažolę, papasakoti, kaip ir kokiems negalavimams esant vartoti vaistinę augalinę žaliavą. Nors tokia informacija dažniausiai dalinasi vyresnio amžiaus žmonės, tačiau tai įrodo, kad liaudies medicinos žinios dar gajos ir vis dar sklinda iš lūpų į lūpas.

Siekiant įsitikinti surinktos etnofarmacinės informacijos autentiškumu, buvo ne mažiau svarbu išsiaiškinti, ar respondentai yra kilę iš tiriamųjų vietovių ir ar visą laiką gyvenę jose. Absoliuti dauguma, kaip savo gyvenamąją vietą, nurodė Daugų apylinkes. Dėl šios priežasties ir didžiosios daugumos respondentų nurodyto tėvų ir senelių informacijos gavimo šaltinio, surinkta etnofarmacinė medžiaga yra autentiška tiriamajai vietovei.

Atliekant apklausą – interviu, svarbus buvo respondentų išsilavinimo rodiklis. Didžiausia dalis apklaustųjų (41,67%) yra įgiję vidurinįjį išsilavinimą. Paveiksle nr. 4 pavaizduotas šių duomenų pasiskirstymas, atsižvelgiant į išsilavinimo lygį ir tiriamosios teritorijos dalį. Daugiausia tiek Daugų mieste (16,68%), tiek Rodžios kaime (11,12%) gyvenančių respondentų yra įgiję vidurinįjį išsilavinimą. Daugų kaime gyvenantys respondentai yra įgiję po lygiai tiek vidurinįjį, tiek aukštesnįjį išsilavinimą (13,9%). Aukštąjį išsilavinimą, vienintelė iš apklaustųjų, yra įgijusi Daugų miesto vaistininkė.

**4 pav. *Respondentų išsilavinimas***

Dažniausiai pasitaikiusi profesija tarp apklaustųjų buvo namų šeimininkė, virėja ir bibliotekininkė. Tai su medicina nesusijusios profesijos, dėl to buvo tikimasi, kad respondentų pateikta etnofarmacinė medžiaga yra įgyta iš ankstesniųjų kartų.

**3.2. Natūralių gydymui vartojamų priemonių paplitimas Daugų apylinkėje ir jų vartojimo tendencijos**

Tyrimo metu buvo užfiksuota 141 gydymui naudojama priemonė. (5 pav.) Didžiąją dalį (73,05%) šių priemonių sudarė augalinės kilmės žaliavos - jų užfiksuota 103. Respondentai paminėjo nemažai gyvūninės kilmės žaliavų (19,15%), jų užfiksuota 26. Menkiausiai tiriamojoje teritorijoje buvo naudojamos grybų rušys (1,42%) ir mineralinės kilmės medžiagos (2,13%). Jų atitinkamai užfiksuota tik dvi ir trys rūšys. Prie kitų gydymui naudojamų priemonių buvo priskirtos penkios medžiagos, kurių negalima įtraukti į minėtas grupes. Tai tokios medžiagos kaip parafinas, žibalas, spiritas, pelenai ir kiaulių migis. Jos sudaro 3,5% visų tiriamoje teritorijoje cituotų gydymui naudojamų priemonių ir viršija grybų bei mineralinės kilmės medžiagų panaudojimą gydymo tikslams.

Siekiant pastebėti liaudies medicinos žinių panaudojimo Lietuvoje tendencijas bei įvertinti etnofarmacinių žinių gajumą, tyrimo metu gauti duomenys buvo lyginami su ankščiau atliktais panašaus pobūdžio tyrimais Lietuvoje. Tarpusavyje lyginami tyrimai buvo atlikti kas 3 – 4 metus, nuo 2006 m. iki 2013 m. Abu palyginimui pasirinkti tyrimai atlikti Telšių apskrityje, Žemaitijoje – krašte, besiskiriančiame nuo tiriamosios vietovės savitomis tradicijomis ir papročiais. Nors tyrimai atlikti skirtingose vietovėse, tačiau tai netrukdė pastebėti bendrus dėsningumus.

**5 pav. *Tyrimo metu užfiksuotų gydymui naudojamų priemonių palyginimas su 2009 – 2010 m. atlikto tyrimo Plungės rajone ir 2006 m. atlikto tyrimo Varnių apylinkėje gautais duomenimis***

Prieš atliekant tyrimų tarpusavio analizę, buvo tikimasi, kad laikui bėgant mažės tiek augalinės, tiek gyvūninės kilmės žaliavų, grybų ir mineralinės kilmės žaliavų naudojimas gydymo tikslams. Tokią prielaidą sąlygojo sparti industrializacija, geras cheminių vaistų prieinamumas Lietuvos miesteliuose ir kaimuose bei dažna ir įtaigi cheminių vaistų reklama žiniasklaidoje. Atlikus palyginimą, ši prielaida pasitvirtino augalinės kilmės žaliavų ir grybų vartojimo gydymo tikslams atvejais: jų nuo 2006 m. iki 2013 m. vartojama mažiau (nuo 91,54% iki 73,05% augalinės kilmės žaliavų ir nuo 3,85% iki 1,42% grybų). (5 pav.) Įdomu tai, kad ši tendencija nepasitvirtino lyginant gyvūninės kilmės žaliavų panaudojimą: tiriamojoje vietovėje 2013 m. jų buvo užfiksuota daugiausiai (nuo 8,46% iki 19,15%). Taip pat, tiriamojoje vietovėje užfiksuota ir išskirta mineralinės kilmės žaliavų grupė, kuri ankstesniuose tyrimuose nebuvo akcentuojama.

**3.3. Augalinės kilmės žaliavų vartojimo gydymo tikslams paplitimas Daugų apylinkėje**

**3.3.1. Vaistinių augalų šeimų analizė**

Tyrimo duomenimis, dažniausiai respondentai tiriamojoje teritorijoje gydymo tikslais naudoja augalinės kilmės žaliavas: jos sudaro 73,05% citavimų skaičiaus. Tyrimo metu užfiksuotos 103 augalinės kilmės žaliavos, kurios priklauso 49 šeimoms. (1 lentelė) Didžiausiu citavimų skaičiumi išsiskyrė *Asteraceae* šeima – cituota 117 kartų. Kitos populiariausios šeimos: *Lamiaceae* – cituota 82, *Rosaceae* – cituota 42 kartus, *Apiaceae* – cituota 42 kartus, *Tiliaceae* – cituota 30 kartų, *Hypericaceae* – cituota 26 kartus, *Ericaceae* – cituota 21 kartą, *Hippocastanaceae* – cituota 15 kartų, *Boraginaceae* – cituota 14 kartų, *Alliaceae* – cituota 13 kartų. Iš minėtų šeimų yra tokių, kuriose populiari tik viena rūšis, tačiau ji dažnai cituojama, pavyzdžiui *Tiliaceae* šeimos vienos rūšies augalas cituotas net 30 kartų.

**1 lentelė. *Daugų apylinkėje gydymui vartojamų augalų šeimų ir joms priklausančių augalų rūšių santykis.***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil.nr. | Šeima | Citavimų skaičius | Rūšių skaičius |  | Eil. nr. | Šeima | Citavimų skaičius | Rūšių skaičius |
| 1 | *Asteraceae* | 117 | 12 | 26 | *Grossulariaceae* | 5 | 2 |
| 2 | *Lamiaceae* | 82 | 8 | 27 | *Pinaceae* | 5 | 2 |
| 3 | *Rosaceae* | 42 | 15 | 28 | *Equisetaceae* | 4 | 1 |
| 4 | *Apiaceae* | 42 | 6 | 29 | *Paeoniaceae* | 4 | 1 |
| 5 | *Tiliaceae* | 30 | 1 | 30 | *Elaeagnaceae* | 4 | 1 |
| 6 | *Hypericaceae* | 26 | 1 | 31 | *Menyanthaceae* | 4 | 1 |
| 7 | *Ericaceae* | 21 | 6 | 32 | *Oleaceae* | 3 | 1 |
| 8 | *Hippocastanaceae* | 15 | 1 | 33 | *Salicaceae* | 3 | 2 |
| 9 | *Boraginaceae* | 14 | 1 | 34 | *Geraniaceae* | 3 | 1 |
| 10 | *Alliaceae* | 13 | 2 | 35 | *Cupressaceae* | 3 | 1 |
| 11 | *Plantaginaceae* | 13 | 1 | 36 | *Poaceae* | 3 | 1 |
| 12 | *Commelinaceae* | 12 | 1 | 37 | *Primulaceae* | 3 | 1 |
| 13 | *Polygonaceae* | 11 | 3 | 38 | *Lycopodiaceae* | 3 | 1 |
| 14 | *Betulaceae* | 9 | 1 | 39 | *Zingiberaceae* | 2 | 1 |
| 15 | *Solanaceae* | 9 | 2 | 40 | *Crassulaceae* | 2 | 1 |
| 16 | *Urticaceae* | 9 | 1 | 41 | *Tropaeolaceae* | 2 | 1 |
| 17 | *Brassicaceae* | 9 | 3 | 42 | *Agavaceae* | 1 | 1 |
| 18 | *Acoraceae* | 8 | 1 | 43 | *Cannabaceae* | 1 | 1 |
| 19 | *Papaveraceae* | 7 | 2 | 44 | *Chenopodiaceae* | 1 | 1 |
| 20 | *Linaceae* | 7 | 1 | 45 | *Cucurbitaceae* | 1 | 1 |
| 21 | *Fagaceae* | 6 | 1 | 46 | *Onagraceae* | 1 | 1 |
| 22 | *Fabaceae* | 6 | 3 |  | 47 | *Berberidaceae* | 1 | 1 |
| 23 | *Hyacinthaceae* | 6 | 1 | 48 | *Valerianaceae* | 1 | 1 |
| 24 | *Caprifoliaceae* | 6 | 1 | 49 | *Apocynaceae* | 1 | 1 |
| 25 | *Liliaceae* | 5 | 1 |  | **Viso:** | **582** | **103** |

Siekiant palyginti dažniausiai gydymui naudojamas augalų šeimas, pasirinkome Varnių apylinkėje atliktą tyrimą 2006 m. Pasirinktas tyrimas yra panašaus pobūdžio, su tikslia vaistinių augalų šeimų analize, kurios dėka galėjome sėkmingai atlikti gautų rezultatų analizę. Sugretinome 10 daugiausiai cituotų augalų šeimų abejose tiriamosiose teritorijose. Iš paveikslo nr. 6 matome, kad nepaisant skirtingų tiriamųjų teritorijų, net septynios augalų šeimos vyrauja abejuose tyrimuose: *Asteraceae*, *Lamiaceae*, *Rosaceae*, *Apiaceae*, *Hypericaceae*, *Ericaceae* ir *Boraginaceae*. Net dvi šeimos sutampa savo aukščiausiomis pozicijomis: dažniausiai naudojama *Asteraceae* šeima (20,1% bendro citavimų skaičiaus Daugų apylinkėje ir 21,89% bendro citavimų skaičiaus Varnių apylinkėje), o antroje vietoje – *Lamiaceae* šeima (14,09% bendro citavimų skaičiaus Daugų apylinkėje ir 9,47% bendro citavimų skaičiaus Varnių apylinkėje).

**6 pav. *Dažniausiai gydymui naudojamų augalų šeimų Daugų apylinkėje 2013 m. ir Varnių apylinkėje 2006 m. palyginimas***

**3.3.2. Daugų apylinkėje gydymui naudojamų augalų rūšių analizė**

Vaistiniai augalai sudaro išskirtinę naudojamų augalų grupę - jie apima labai didelį augalų rūšių skaičių, lyginant su kitomis augalų grupėmis. [22] Tyrimo metu buvo svarbu išsiaiškinti, kokias augalines žaliavas respondentai naudoja gydymui, kokiomis indikacijomis jas vartoja.

Nors didžiąją dalį augalinių žaliavų, naudojamų gydymui, respondentai vadino gerai suprantamais pavadinimais, tačiau nemaža dalis buvo vadinama ir liaudiškais vardais. Dėl šios priežasties, siekiant tiksliai nustatyti jų botaninę taksonomiją, buvo pasinaudota L. Vailionio „Lietuviškuoju botanikos žodynu“ (1938 m.) [31] ir R. Jankevičienės „Botanikos vardų žodynu“ (1998 m.) [7]. Taip pat, iškilus sunkumams nustatant respondentų minimą augalo rūšį, buvo pasinaudota K. K. Vilkonio atlasu „Lietuvos žaliasis rūbas“ (2001 m.). [32]

**7 pav. *Daugų apylinkėje 2013 m. gydymui naudojamos augalų rūšys***

Apklausos duomenimis, labiausiai tarp respondentų paplitusi vaistažolė buvo vaistinis čiobrelis (*Thymus vulgaris* L.), Daugų apylinkėse *čiobrukais* vadinamas. (7 pav.) Ją respondentai citavo 32 kartus. Respondentai čiobrelių žolės arbatą vartoja nuo kosulio, bronchams valyti, stiprinti organizmą peršalus, kaip šlapimą varančią priemonę.

Antroje vietoje pagal citavimų skaičių yra mažalapė liepa (*Tilia cordata* Mill.). Ją respondentai citavo 30 kartų. Daugų apylinkės gyventojai vartoja liepų žiedų arbatą peršalimo metu, jaučiant drebulį, prakaitavimui skatinti, esant aukštai temperatūrai, sergant gripu ar plaučių uždegimu. Keli respondentai liepų žiedus kartu su rugiagėlių žiedais ir melisų žole pirtyse naudoja inhaliacijoms.

Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum* L.), cituota 26 kartus, taip pat plačiai paplitusi tarp Daugų apylinkės gyventojų. Šios vaistažolės arbatą jie vartoja kaip natūralų antidepresantą – nuotaikai, virškinimui, kraujotakai gerinti, stiprinti organizmą, mažinti kraujo spaudimą. Jonažolių žiedus stiklainyje užpylusi alyvuogių aliejumi, uždengusi marle, mėnesį palaikiusi ir dar du mėnesius pakartojus tą patį vis pridedant naujų jonažolės žiedų ir alyvuogių aliejaus, respondentė (79 m.) nukoštu skysčiu tepa sumušimus. Respondentė (70 m.) teigė, kad jonažolė – tai vaistažolė nuo „99 ligų“.

Paprastąjį kmyną (*Carum carvi* L.), vaistinę medetką (*Calendula officinalis* L.) ir vaistinę ramunę (*Matricaria recutita* L.) respondentai citavo po lygiai – cituota po 23 kartus. Paprastųjų kmynų žolės arba sėklų arbatą respondentai vartoja esant sutrikusiam virškinimui, pilvo skausmams, žarnyno spazmams, pilvo diegliams. Vaistinės medetkos žiedynus respondentai vartoja kaip arbatą nuo uždegimo, praplovimams, esant moteriškoms ligoms, šlapimo pūslės uždegimui, skalavimams nuo kraujuojančių dantenų. Taip pat, kaip padidėjusį kraujo spaudimą mažinančią ir kraują tirštinančią priemonę. Respondentė (60 m.) vaistinę medetką vadina „moteriška žole“, galinčia apsaugoti nuo krūtų ir gimdos kaklelio vėžio, gydančia spuogus. Vaistinės ramunės žiedų arbatą Daugų apylinkės gyventojai vartoja esant sutrikusiam virškinimui, žarnyno ir gerklės skausmams. Žiedų nuovirus vartoja gerklės skalavimams, esant kraujuojančioms dantenoms. Respondentė (26 m.) ruošia voneles mirkymams, kurios švelnina ir dezinfekuoja odą.

Kartusis kietis (*Artemisia absithium* L.), respondentų cituotas 21 kartą, Daugų apylinkėje *pelynu*, *pelūnu* vadinamas, dažniausiai naudojamas kaip priemonė, esant sutrikusiam virškinimui, pilvo skausmams, viduriavimui, apetitui gerinti. Tiriamojoje teritorijoje karčiajam kiečiui suteikiamos maginės savybės - respondentė (60 m.) karčiojo kiečio ryšulėlį nešiojasi kišenėje “kaip apsaugą nuo apkalbų ir piktų dvasių”, respondentė (67 m.) “nuo piktos dvasios pelūną pakabindavo pirkioj”, respondentė (70 m.) kartųjį kietį naudoja smilkymams nuo piktų dvasių.

Nedideliu citavimų skaičiaus skirtumu nuo karčiojo kiečio atsilieka pipirmėtė (*Mentha piperita* L.). Ją respondentai citavo 20 kartų. Pipirmėtę Daugų apylinkės gyventojai naudoja kaip nervus raminančią priemonę, taip pat respondentė (52 m.) pipirmėtės žolės ir šalavijų lapų užpilą naudoja skalavimams, esant gerklės skausmui.

Paprastąjį kaštoną (*Aesculus hippocastanum* L.) respondentai citavo 15 kartų. Respondentai vartoja paprastojo kaštono žiedų arba vaisių trauktines su spiritu skaudamiems sąnariams, išsiplėtusioms venoms trinti, kompresams ant sumušimų. Respondentė (57 m.) kaštonų žiedų trauktinę geria po 20 lašų kas rytą nuo išsiplėtusių venų. Respondentė (60 m.) pateikia tokį kaštono panaudojimo receptą: „50 vaisių smulkiai suskaldyti, užpilti litru šnapso ir palaikyti 14 dienų; gauta trauktine trinti skaudamas venas“.

Vaistinę taukę (*Symphytum officinale* L.) Daugų apylinkėse citavo 14 kartų. Absoliuti dauguma augalą citavusių respondentų jį vadino *kaštavolu* arba *kaulažole*. Vaistinės taukės šaknų spiritinę ištrauką respondentai naudoja skaudamiems sąnariams, raumenims trinti, po kaulų lūžių, skatinant greitesnį gijimą. Respondentė (70 m.) šia ištrauka tepa kojas, esant neramių kojų sindromui. Ji vaistinės taukės šaknis spirite brinkina vieną mėnesį ir tepa kas penkias dienas arba prasidėjus skausmams. Respondentė (79 m.) gamina vaistinės taukės tepalą: šaknis išverda iki košelės, įmaišo į kiaulių riebalus ir po du šaukštus įtrina skaudamas vietas; taukai imami nuo vidurių. Respondentas (50 m.) išdžiovintas taukės šaknis kramto, esant skrandžio sutrikimams.

**3.3.3. Vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijos**

Susisteminus ir apibendrinus Daugų apylinkėje gydymui naudojamas augalų rūšis, nesunku pastebėti, kokias ligas ir negalavimus respondentai linkę gydyti augalinėmis žaliavomis. Atlikus išsamią tyrimo duomenų analizę, išskyrėme augalinių žaliavų vartojimo indikacijas tiriamojoje teritorijoje ir sugrupavome jas nuo populiariausių iki rečiausiai cituotų. (8 pav.)

Dažniausiai respondentai įvardijo tik tam tikrus ligų simptomus, pvz. karščiavimą, skausmą, perštėjimą, kuriuos stengiasi pašalinti vaistinėmis augalinėmis priemonėmis. Taip pat, buvo populiaru nupasakoti vaistinės augalinės žaliavos pritaikymą gydymui bendrai, pvz. virškinamojo trakto veiklos gerinimui, kvėpavimo takų ligoms gydyti ir pan. Tikslių ligų pavadinimų naudojimas tarp respondentų rodo, kad jų žinios yra paremtos mokslinės vaistininkystės žiniomis, o buitiškų ir senųjų ligų pavadinimų naudojimas, patvirtina, kad šių respondentų pateikiama informacija yra perimta iš ankstesniųjų kartų.

**8 pav. *Daugų apylinkėje cituotomis augalinėmis žaliavomis gydomos ligos ir negalavimai***

Iš paveikslo nr. 8 matyti, kad dažniausiai respondentai tiriamojoje teritorijoje augalines žaliavas vartoja kvėpavimo takų ligoms gydyti (24,6% bendro citavimų skaičiaus). Taip pat, didelė augalinių žaliavų dalis naudojama virškinamojo trakto ligoms ir negalavimams gydyti (16,1% bendro citavimų skaičiaus). Respondentai gamina įvairias priemones (trauktines, tepalus, kompresus) su augalinėmis žaliavomis reumatinių ligų gydymui (11,84% bendro citavimų skaičiaus). Respondentai minėjo augalines žaliavas naudojantys nervų ligoms gydyti, nuotaikai gerinti (8,63% bendro citavimų skaičiaus) bei skausmui ir uždegimui malšinti (6,14% bendro citavimų skaičiaus). Panašiu citavimų skaičiumi pasižymėjo augalinių žaliavų naudojimas žaizdų, traumų ir įkandimų gydymui (5,56% bendro citavimų skaičiaus), širdies ir kraujagyslių ligų gydymui (5,12% bendro citavimų skaičiaus), inkstų ir šlapimo takų ligų gydymui (4,82%). Apklausos duomenimis, respondentai augalines žaliavas linkę naudoti tiek konkrečių ligų gydyme, kurių pavadinimus jie žino tiksliai, tiek kaip papildomas priemones, siekiant sumažinti cheminių vaistų vartojimo kiekius, tiek profilaktikos tikslais, norint išvengti tam tikrų ligų ar negalavimų. Respondentai minėjo, kad didžiąją dalį augalinių žaliavų, kurias renka, jie vartoja imuniteto stiprinimui (4,53% bendro citavimų skaičiaus), dėl to šią pritaikymo sritį nusprendėme įtraukti į bendrą vartojimo indikacijų sąrašą. Iš endokrininės sistemos ligų, respondentai vienareikšmiškai minėjo tik cukrinį diabetą ir augalines žaliavas naudojo tik jo gydymui bei profilaktikai (1,46% bendro citavimų skaičiaus). Gydant onkologines ligas, respondentai nepasikliauja vien augalinės kilmės vaistinėmis priemonėmis, dažniausiai jos naudojamos šių ligų profilaktikai arba organizmo stiprinimui po chemoterapijų (1,32% bendro citavimų skaičiaus). Rečiausiai augalines žaliavas respondentai naudojo urologinėms ir parazitinėms ligoms gydyti (atitinkamai 0,29% ir 0,15% bendro citavimų skaičiaus). Nepopuliarus vaistinių augalinių žaliavų vartojimas gydant urologines ligas gali būti aiškinamas tuo, kad tarp apklaustųjų buvo tik trys vyrai.

Siekiant pastebėti, kaip keičiasi vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijos laikui bėgant, tyrimo metu gauti duomenys buvo palyginti su 2006 m. tyrimo duomenimis, gautais Varnių apylinkėje. Lietuvoje tokio pobūdžio tyrimų nėra daug, o duomenų apie tiriamojoje Daugų apylinkėje atliktą panašų tyrimą nebuvo rasta. Palyginimui pasirinktas tyrimas Varnių apylinkėje, išsamiai pateikia ir analizuoja gautus rezultatus, dėl to nesunkiai galėjome sugretinti abu tyrimus ir pastebėti bendras vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijų tendencijas. Lyginant 2013 m. tyrimo duomenis, gautus Daugų apylinkėje su 2006 m. tyrimo duomenimis, gautais Varnių apylinkėje, pastebėjome keletą skirtumų. (9 pav.) Atlikus tyrimą Daugų apylinkėje, išskyrėme 18 pagrindinių vaistinių augalinių žaliavų terapinių indikacijų, tuo tarpu, Varnių apylinkėje buvo išskirta - 14. Daugų apylinkėje užfiksuotas vaistinių augalinių žaliavų panaudojimas skausmo ir uždegimo, endokrininės sistemos ligų, urologinių ligų gydymui bei organizmo stiprinimui. Duomenų apie minėtas vartojimo sritis Varnių apylinkėje 2006 m. tyrimo metu nebuvo užfiksuota. Lyginant dažniausias vaistinių augalinių žaliavų panaudojimo sritis, Varnių apylinkės respondentai vaistiniais augalais gydo virškinamojo trakto ligas (22% bendro citavimų skaičiaus) ir tik antroje vietoje pagal populiarumą atsidūrė kvėpavimo takų ligų gydymas (20% bendro citavimų skaičiaus), tuo tarpu Daugų apylinkėje, šios terapinės indikacijos taip pat yra populiariausios, tik skiriasi savo pozicijomis. Tyrimo metu gautais duomenimis, Daugų apylinkėje 2013 m. dažniau nei Varnių apylinkėje 2006 m. vaistinės augalinės žaliavos naudojamos šiomis indikacijomis: kvėpavimo takų ligoms gydyti (24,6% ir 20%), reumatinėms ligoms gydyti (11,8% ir 4%), periferinės kraujotakos ligoms gydyti (2,19% ir 1%), onkologinėms ligoms gydyti (1,32% ir 1%) ir akių ligoms gydyti (1,02% ir 1%). Likusių sutampančių indikacijų citavimo skaičius Varniuose 2006 m. viršija esantį Dauguose 2013 m. Tai galima būtų paaiškinti tuo, kad Dauguose buvo užfiksuota daugiau terapinių indikacijų ir gauti duomenys pasiskirstė platesniu spektru nei duomenų, gautų Varnių apylinkėje.

**9 pav. *Vaistinių augalinių žaliavų panaudojimo gydymo tikslams, užfiksuoto 2013 m. Daugų apylinkėje palyginimas su užfiksuotu 2006 m. Varnių apylinkėje***

**3.3.4. Daugų apylinkėje gydymui naudojamų vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijų palyginimas su PSO monografijose pateiktomis vartojimo rekomendacijomis**

Remiantis Pasaulio Sveikatos Organizacijos (PSO) duomenimis, šiuo metu yra skaičiuojama nedaug augalų rūšių, kurios yra moksliškai ištirtos ir įvertintos, atsižvelgiant į jų medicininį pritaikymą. Augalų, kurių vartojimas medicininiais tikslais yra patvirtintas kaip saugus ir veiksmingas, yra dar mažiau. Vaistingųjų augalų saugumo, veiksmingumo ir kokybės garantija išsivysčiusiose valstybėse tampa iššūkiu, nes žmonės vis dažniau grįžta prie augalinių preparatų, atsisakydami cheminių vaistų. [49]

PSO skatinimas visas šalis saugiai ir veiksmingai vartoti tradicinius augalinius preparatus, pastūmėjo išanalizuoti, kiek surinktos augalinės etnofarmacinės medžiagos atitinka PSO monografijose aprašytas terapines indikacijas. Respondentai Alytaus rajono, Daugų apylinkėje paminėjo 103 augalinės kilmės žaliavas, kurias jie vartojo gydymo tikslams. Iš šių 103 - jų augalinių žaliavų, PSO monografijose aprašytos tik 29 - ios. Taigi, likusias 74 - ias augalines žaliavas respondentai vartojo be PSO patvirtintų medicininių indikacijų, vadovaujantis liaudies medicinos patirtimi.

Lentelėje nr. 2 išskirti iš PSO monografijų dažniausiai respondentų cituoti augalai (cituoti daugiau negu 5 kartus) ir atliktas jų naudojimo gydymo tikslams palyginimas.

Skiltyje „Augalas“ pateikiamas lotyniškas augalo rūšies pavadinimas, augalo šeimos pavadinimas bei PSO monografijose aprašytos gydymui vartojamos jo žaliavos. Skiltyje „Klinikiniais tyrimais pagrįstas vartojimas“ pateikiama informacija, gauta atliekant klinikinius tyrimus su augaline žaliava kai kuriose šalyse ir publikuota mokslinėje literatūroje. Šie klinikiniai tyrimai gali būti visiškai kontroliuoti, atsitiktiniai, dvigubai akli arba tinkamai dokumentuoti terapinių indikacijų stebėjimai. Skiltyje „Tradicinėje medicinoje aprašytas vartojimas“ pateikiamos daugelyje šalių tvirtai nusistovėjusios indikacijos, kurios yra įtrauktos į tų šalių farmakopėjas ar valstybines monografijas. Skiltyje „Apklausos metu nustatytos indikacijos“ pateikiamos dažniausiai tiriamojoje teritorijoje cituotų augalinių žaliavų, aprašytų PSO monografijose, gydymo tikslams naudojamos žaliavos bei vartojimo indikacijos. Šioje skiltyje paryškintos vartojimo indikacijos sutampa su PSO monografijų duomenimis.

**2 lentelė.** ***Vaistinių augalų, tyrimo metu cituotų daugiau nei 5 kartus ir aprašytų PSO monografijose, vartojimo indikacijų palyginimas***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Klinikiniais tyrimais pagrįstas vartojimas** | **Tradicinėje medicinoje aprašytas vartojimas** | **Apklausos metu nustatytos indikacijos** |
| *Thymus vulgaris* L. *Lamiaceae**Herba Thymi* | Nėra pateiktų duomenų. | Į vidų: ekstraktas vartojamas esant dispepsijoms, kosuliui, bronchitui, kokliušui; gargaliavimams - esant tonzilitui ir laringitui; Išoriškai: skatina nedidelių žaizdų gijimą; kaip antibakterinė priemonė burnos higienoje. [49] | Žolė **gerina atsikosėjimą**, sergant peršalimu, sloga, esant virusiniams uždegimams; **„valo“ bronchus**, stiprina organizmo imuninį atsaką, skatina šlapimo išsiskyrimą. |
| *Hypericum perforatum* L. *Hypericaceae**Herba Hyperici* | Simptominis švelnių ir vidutinių depresijos epizodų gydymas. [50] | Išoriškai: nedidelių žaizdų, nudegimų ir opelių gydymui; esant virusinėms infekcijoms. [50] | Žolė **gerina nuotaiką**, virškinimą, stiprina organizmą, **esant nerviniams susirgimams**, **depresijai**; nuo skrandžio opų; gerina kraujotaką, slopina uždegimą, kraujavimą, esant ginekologinėms ligoms, mažina kraujospūdį; žiedai vartojami **nuo sumušimų.** |
| *Matricaria recutita* L. *Asteraceae* *Flos Chamomillae* | Į vidų: simptominiams virškinimo negalavimams gydyti (dispepsija, vidurių pūtimas, sutrikęs virškinimas, meteorizmas). Taip pat, nerimui ir nemigai, susijusiai su nervų sistemos sutrikimais gydymas.Išoriškai: odos uždegimų, sudirginimų gydymas; burnos gleivinės uždegiminių procesų slopinimas, žaizdų gydymas.Inhaliacijomis: simptominis uždegiminių procesų kvėpavimo takuose lengvinimas, esant peršalimui. [49] | Pagalbinė priemonė nedideliems uždegiminiams procesams slopinti virškinamajame trakte. [49] | Žiedai vartojami **esant virškinamojo trakto skausmams**, **vidurių pūtimui**, **uždegimui slopinti**, **gerklės skalavimams esant žaizdelėms**; peršalus, turi dezinfekuojamųjų savybių; mirkymams vonelėse – **švelnina ir dezinfekuoja odą**. |

**2 lentelė (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Klinikiniais tyrimais pagrįstas vartojimas** | **Tradicinėje medicinoje aprašytas vartojimas** | **Apklausos metu nustatytos indikacijos** |
| *Calendula officinalis* L*. Asteraceae* *Flos Calendulae* | Nėra pateiktų duomenų. | Išoriškai: vartojami ant odos ir burnos gleivinėje paviršutiniškoms žaizdoms, nedideliems uždegimams mažinti.[50] | Žiedai naudojami nuo šlapimo pūslės, inkstų uždegimo; praplovimams esant moteriškoms ligoms, spuogams; **skalavimams nuo kraujuojančių dantenų**; kaip profilaktinė priemonė nuo krūtų vėžio, gimdos kaklelio vėžio, nuo padidėjusio kraujo spaudimo. |
| *Mentha piperita* L. *Lamiaceae**Aetheroleum et Folium Menthae Piperitae* | Į vidų: eterinis aliejus naudojamas, esant virškinamojo trakto sutrikimams.Išoriškai: eterinis aliejus naudojamas raumenų ir galvos skausmams malšinti.[50] | Žolė naudojama simptominiam dispepsijos, meteorizmo ir kolito gydymui.[50] | Žolė vartojama, esant nerviniams sutrikimams, kaip raminanti priemonė, **kamuojant vidurių skausmams**. Skalavimams, esant viršutinių kvėpavimo takų ligoms. |
| *Aesculus hippocastanum* L. *Hippocastanaceae**Semen Hippocastani* | Į vidų: simptomų lengvinimas esant chroniniam venų nepakankamumui, įskaitant skausmą, sunkumą kojose, raumenų spazmus, niežėjimą ir patinimą. Išoriškai: esant chroniniam venų nepakankamumui, sausgyslių patempimui, mėlynėms.[50] | Koronarinės širdies ligos gydymas.[50] | Į vidų: žiedai vartojami esant išsiplėtusioms venoms.Išoriškai: vaisiai ir žiedai **naudojami įtrinimams ir kompresams skaudant sąnarius, esant „sunkioms“ kojoms ir išsiplėtusioms venoms.** |
| *Plantago major* L. *Plantaginaceae**Semen Plantaginis* | Sėklos naudojamos kaip laisvinamoji priemonė. Skiriamos esant chroniškam vidurių užkietėjimui, laikinam vidurių užkietėjimui nėštumo metu ar dėl ligos, dirgliosios žarnos sindromui; palengvinti tuštinimąsi esant hemorojui.[49] | Sėklos naudojamos vidurių užkietėjimui gydyti bei trumpalaikiam simptomatiniam viduriavimo gydymui.[49] | Lapai naudojami nuo virškinamojo trakto skausmų, viduriavimui stabdyti, nuo kosulio; Išoriškai – kaip dezinfekuojanti, kraujavimą stabdanti, uždegimą mažinanti priemonė. Sultys – nuo žarnyno uždegimo, skrandžio skausmų. |

**2 lentelė (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Klinikiniais tyrimais pagrįstas vartojimas** | **Tradicinėje medicinoje aprašytas vartojimas** | **Apklausos metu nustatytos indikacijos** |
| *Melissa officinalis* *Lamiaceae**Folium melissae* | Išoriškai vartojama simptominio herpes labialis gydymui.[50] | Į vidų: vartojama kaip priemonė nuo vidurių pūtimo ir virškinamojo trakto sutrikimų; kaip raminanti priemonė, gydant sutrikusį miegą.[50] | Žolė vartojama, kaip **raminanti priemonė, skatinanti užmigti**; skalavimams, esant gerklės skausmui; inhaliacijoms, esant viršutinių kvėpavimo takų ligoms. |
| *Allium sativum* L. *Alliaceae* *Bulbus Allii Sativi* | Naudingas hiperlipidemijos gydymui, bei stabdo su amžiumi susijusius aterosklerotinius reiškinius kraujagyslėse. Kaip vaistinis preparatas, vidutinės hipertenzijos gydymui.[49] | Kvėpavimo ir šlapimo takų infekcijų gydymui, pasižymi priešgrybelinėmis savybėmis, lengvina reumato simptomus. Dispepsijos atveju, naudojamas kaip vidurių putimą mažinanti priemonė. [49] | Svogūnai **mažina padidėjusį kraujo spaudimą; esant kvėpavimo takų ligoms** (peršalimui, gripui); naikina bakterijas burnos ertmėje; nuo kirmėlių; nuo dantų skausmo; **mažina cholesterolio kiekį kraujyje**; nuo galvos skausmo; **skystina kraują**. |
| *Urtica dioica* L. *Urticaceae**Radix Urticae* | Simptominis apatinių šlapimo takų sutrikimų gydymas.[50] | Kaip diuretinė priemonė, gydant reumatizmą ir sėdmens nervo skausmus.[50] | Lapai stiprina imuninę sistemą; kaip vitaminų šaltinis; praplovimams nuo plaukų slinkimo; kaip profilaktinė priemonė nuo vėžio. |
| *Achillea millefolium* L. *Asteraceae**Herba Millefolii* | Nėra pateiktų duomenų. | Į vidų: apetito gerinimui, virškinimo sutrikimų, karščiavimo mažinimui.Išoriškai: odos uždegimams ir žaizdoms gydyti; sėdimosioms vonioms, esant skausmingoms mėnesinėms.[52] | Žolė **„valo“ kraują, esant įvairiems odos pažeidimams, gerina virškinimą**, gerina kepenų būklę. |
| *Vaccinium myrtillus* L. *Ericaceae**Fructus Myrtilli* | Į vidų: simptominis dismenorėjos gydymas, esant premenstruaciniam sindromui; kraujotakos gerinimui; oftalmonologinėms ligoms gydyti.[52] | Į vidų: stipriam viduriavimui malšinti; burnos ir gerklės gleivinės uždegimams ir dirginimams slopinti. [52] | Augalo šakelės, lapai ir vaisiai naudojami **regėjimui stiprinti**, cukraus kiekį kraujyje mažinti ir **slopinti viduriavimą**. |
| *Anethum graveolens* L. *Apiaceae**Fructus Anethi* | Nėra pateiktų duomenų. | Dispepsijos, gastrito ir meteorizmo gydymui.[51] | Vaisiai vartojami, esant padidėjusiam kraujospūdžiui, šlapimo pūslės uždegimui, **pilvo skausmams**. |

**2 lentelė (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Klinikiniais tyrimais pagrįstas vartojimas** | **Tradicinėje medicinoje aprašytas vartojimas** | **Apklausos metu nustatytos indikacijos** |
| *Taraxacum officinale* F. H. Wiggs. s. l. –*Asteraceae**Radix cum Herba Taraxaci* | Nėra pateiktų duomenų. | Skatinti diurezę, didinti tulžies išsiskyrimą, stimuliuoti apetitą ir gydyti dispepsiją.[51] | Kaip vitaminų šaltinis; žiedai naudojami sąnarių skausmams malšinti, organizmo valymui; žiedai ir stiebai mažina cukraus kiekį kraujyje. |
| *Aloe vera* L. *Liliaceae**Gel* | Džiovintos sultys - trumpalaikiam vidurių užkietėjimo gydymui.[49] | Gelis išoriškai naudojamas žaizdų gijimui skatinti ir mažinti odos uždegiminius procesus, nudegimų gydymui. Nepatvirtintas vartojimas į vidų.[49] | Į vidų: lapų minkštimą gerti nuo slogos, kosulio, kaip vitaminų šaltinis;Išoriškai: **tepti žaizdas**;  |
| *Echinaceae purpurea* L. *Asteraceae**Herba Echinaceae Purpureae* | Kaip palaikomoji terapija, sergant peršalimo ligomis, esant kvėpavimo ir šlapimo takų infekcijoms. Išoriškai: skatina žaizdų gijimą ir mažina odos uždegiminius procesus.[49] | Nėra pateiktų duomenų. | **Žolė naudojama imunitetui stipinti**.  |

Iš lentelės nr. 2 nesunku pastebėti, kad didžiąja dalimi dažniausiai cituotų ir PSO monografijose aprašytų vaistinių augalinių žaliavų vartojimo indikacijos sutampa, tačiau vyrauja visiškų neatitikimų. Visiškai nesutampa plačialapio gysločio (*Plantago major L*.), didžiosios dilgėlės (*Urtica dioica L*.) ir paprastosios kiaulpienės (*Taraxacum officinale F. H. Wiggs. s. l*.) žaliavų vartojimo indikacijos. Plačialapio gysločio atveju, vartojimo indikacijos prieštarauja PSO duomenyse pateiktoms vartojimo rekomendacijoms – vietoj to, kad plačialapį gyslotį vartoti vidurių užkietėjimui gydyti, respondentai jo lapus vartoja viduriavimui stabdyti. Tikrojo alavijo (*Aloe vera L*.) vartojimas į vidų nėra patvirtintas, bet respondentai tiriamojoje teritorijoje šį vaistinį augalą vartoja į vidų nuo slogos, kosulio bei kaip vitaminų turinčią priemonę. Nesutampa ir kai kurių vaistinių augalų gydymui naudojamos žaliavos, pvz.: PSO monografijose aprašytas paprastojo kaštono (*Aesculus hippocastanum L*.) sėklų vartojimas gydymui, o respondentai gydymui vartoja ir paprastojo kaštono žiedus; PSO monografijose aprašytas didžiosios dilgėlės (*Urtica dioica L*.) šaknų vartojimas gydymui, o respondentai gydymui vartoja jos lapus ir t.t. Šie neatitikimai veda prie išvados, kad tiriamojoje teritorijoje respondentai vadovaujasi liaudies medicinos informacija, kuri nėra moksliškai įvertinta ar patvirtinta ir gali būti patikima, vertinant ilgalaikio vartojimo rezultatus.

**3.3.5. Daugų apylinkėje pateiktos vaistinių augalinių žaliavų receptūros**

Dažniausiai respondentai minėjo vienkomponentes receptūras (76,3% visų tyrimo metu pateiktų receptūrų), augalinių žaliavų mišinių ir daugiakomponenčių receptūrų pasitaikė rečiau (23,7% visų tyrimo metu pateiktų receptūrų). Tačiau respondentai pasakojo, kaip vienas ar kitas augalines žaliavas vartoję kartu, siekiant gauti stipresnį gydomąjį poveikį ar pagerinti paruošto vaistinio preparato skonį.

Siekiant užfiksuoti ir išsaugoti Daugų apylinkėje surinktas liaudies medicinos žinias, receptūras surašėme pagal išskirtas vartojimo indikacijas. (2 – 16 priedai) Kai kurios augalinės žaliavos dominuoja kelių organizmo sričių gydyme, net tokiu pačiu paruošimo metodu, pvz. plačialapio gysločio (*Plantago major L*.) lapų arbata ir šviežios sultys vartojamos tiek kvėpavimo takų ligoms gydyti, tiek virškinamojo trakto ligoms gydyti. Pastebėta tendencija, kaip respondentai, besiskundžiantys kokia nors konkrečia liga ar negalavimu, ruošia įvairias vaistines augalines žaliavas būtent tos ligos ar negalavimo gydymui, pvz., respondentė (79 m.), serganti onkologine liga, bando įvairias tiek augalinės kilmės medžiagas, tiek grybus šios ligos gydymui ir jos padariniams mažinti.

Prieduose 2 – 16 susistemintos ir atskirose lentelėse pateiktos visos tyrimo metu užfiksuotos vienkomponentės ir daugiakomponentės receptūros. Į lenteles neįtrauktos receptūros akių ligoms, urologinėms ligoms ir parazitinėms ligoms gydyti, nes tai rečiausiai cituotos vaistinių augalinių žaliavų indikacijos, kuriose yra tik po vieną receptūrą – jas aptarėme darbo eigoje. Prie augalų, kuriuos respondentai įvardijo liaudiškais pavadinimais, palikti šių pavadinimų prierašai. Kai kurios iš užfiksuotų receptūrų yra archajiškos ir dabar jau nebenaudojamos, tačiau labai vertingos kaupiant lietuvių liaudies medicinos žinias.

Didžiausia vienkomponenčių receptūrų gausa pasižymėjo kvėpavimo takų ligų grupė (16,1% bendro vienkomponenčių receptūrų citavimų skaičiaus). Nebuvo nei vienos vienkomponentės receptūros, skirtos gydyti parazitines ligas. Daugiausiai daugiakomponenčių receptūrų buvo užfiksuota reumatinių ligų gydymui (29,6% bendro daugiakomponenčių receptūrų citavimų skaičiaus). Nei vienos daugiakomponentės receptūros nebuvo nervų sistemos ligoms gydyti, kepenų ir tulžies pūslės ligoms gydyti, endokrininės sistemos ligoms gydyti, akių ir urologinėms ligoms gydyti – šiose srityse vyravo tik vienkomponentės receptūros.

**Receptūros akių ligoms gydyti**

Tarp respondentų buvo minima tik viena vaistinė augalinė žaliava, naudojama akims stiprinti:

* Mėlynė (*Vaccinium myrtillus L*.) – dažniausiai naudojami lapai ir uogos arbatoms akių stiprinimui.

**Receptūros urologinėms ligoms gydyti**

Urologinių ligų gydymas vaistinėmis augalinėmis žaliavomis tarp respondentų nebuvo populiarus. Pateiktos kelios vienkomponentės receptūros:

* Paprastasis moliūgas (*Cucurbita pepo L*.) – sėklos naudojamos kaip profilaktika nuo prostatos vėžio.
* Sėjamoji petražolė (*Petroselinum sativum Hoffm*.) – nuoviras naudojamas nuo prostatos uždegimo.

**Receptūros parazitinėms ligoms gydyti**

Paminėta tik viena daugiakomponentė receptūra parazitinėms ligoms gydyti, kuri šiuo metu jau nėra vartojama.

* Valgomasis česnakas (Allium sativum L.) – respondentė (70 m.) prisimena, kad česnakų pienelį (sutarkuotas česnakas su karvių pienu) vaikystėje visiems vaikams duodavo mama kaip priemonę nuo kirmėlių, dažniausiai askaridžių. Skanumui įdėdavo šaukštelį medaus ar žiupsnelį cukraus ir girdydavo prieš kiekvieną valgį.

**3.3.6. Vaistinės augalinės žaliavos, naudojamos kosmetiniams tikslams**

Tyrimo metu, renkant informaciją apie gydymui naudojamas vaistines augalines žaliavas, pastebėjome, kad nemaža dalis respondentų augalines žaliavas naudoja ir kaip kosmetines priemones. Atlikus šių medžiagų susiteminimą, paaiškėjo, kad net 30 kartų cituotos augalinės žaliavos (4,39% bendro citavimų skaičiaus) buvo susijusios su jų panaudojimu grožio reikmėms. Dažniausiai vaistinės augalinės žaliavos buvo naudojamos plaukams stiprinti.

Užfiksuota dešimt vaistinių augalinių žaliavų, naudojamų kosmetiniams tikslams:

* Paprastosios alyvos (*Syringa vulgaris L.*) – alyvų žiedus, sumaišytus su obuolių actu, respondentės naudoja galvos odos trynimui, skatinti greitesnį plaukų augimą ir jų stiprinimą.
* Daržinė aguona (*Papaver somniferus L.*) – respondentė (60 m.) aguonų galvutes sudegina ir pelenais patrina vietas, kuriose nenori, kad augtų plaukai (ant veido: ūsų ir smakro srityse).
* Balinis ajeras (*Acorus calamus L.*) – daugiausiai cituotas vaistinis augalas, naudojamas kaip kosmetinė priemonė. Ajerų šaknų nuoviru respondentės skalauja plaukus, kad šie būtų stiprūs ir sveiki.
* Dirvinis asiūklis (*Equisetum arvense L.*) – džiovintos žolės nuoviru plaunami plaukai nuo plaukų slinkimo.
* Paprastasis apynys (*Humulus lupulus L.*) – spurgų nuoviru skalaujami plaukai, kad būtų stiprūs ir neslinktų.
* Karpotasis beržas (*Betula pendula L.*) – lipnių lapukų nuoviru plauti galvą nuo plaukų slinkimo. Respondentė (60 m.) beržo pelenais trina dantis, kad būtų baltesni.
* Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica L.*) – respondentai dažnai naudoja dilgėlės lapų nuovirus plaukams plauti, kad būtų stipresni ir neslinktų.
* Vaistinė ramunė (*Matricaria recutita L.*) – naudojama mirkymams vonelėse, švelnina ir dezinfekuoja odą.
* Rugiagėlė (*Centaurea cyanus L.*) – naudojama kompresams ant akių, kad greičiau pradingtų papilkėję ratilai po akimis ir paakių oda butų skaistesnė.
* Dygliuotasis šaltalankis (*Hippophae rhamnoides L.*) – naudojamas aliejus arba sultys plaukams stiprinti.

Respondentai vaistinių augalinių žaliavų gydomąsias savybes taiko visose srityse, kur jos galėtų būti naudingos: ar tai būtų sveikatos stipinimas, ligų gydymas ir profilaktika, ar kosmetinės, išvaizdą gražinančios priemonės, ar gyvūnų ligų gydymas. Gamtos teikiamus vaistus stengiamasi išnaudoti visapusiškai, neleidžiant joms prapulti veltui.

**3.3.7. Daugų apylinkėje gydymui naudojamos augalų dalys**

Atlikus apklausą, pastebėjome, kad respondentai žino, kad tam tikrose vaistinio augalo dalyse kaupiasi daugiau vaistingųjų medžiagų ir kad atskiros augalų dalys konkretų negalavimą gali veikti stipriau (10 pav.). Dėl šios priežasties, viso augalo naudojimas gydymui nėra paplitęs. Dažniausiai respondentai gydymui naudoja visą antžeminę augalo dalį – žolę (cituota 176 kartus - 29,1% bendro citavimų skaičiaus). Greičiausiai taip yra todėl, kad toks žaliavos rinkimo ir paruošimo būdas yra paprasčiausias, nereikalaujantis daug laiko ir pastangų. Tai svarbu, nes didžioji dauguma apklaustųjų – senyvo amžiaus žmonės, kuriems gali būti sunku iškasti giliai įaugusias šaknis ar rinkti smulkias uogas. Panašiu populiarumu pasižymėjo žiedų, žiedynų ir lapų naudojimas (atitinkamai cituota 128 kartus – 21,2% bendro citavimų skaičiaus ir 127 kartus – 21% bendro citavimų skaičiaus). Šaknys, šakniagumbiai, svogūnai ir kitos požeminės augalų dalys gydymui naudojamos rečiau (cituota 59 kartus – 9,8% bendro citavimų skaičiaus). Šias žaliavas surinkti ir paruošti gydymui yra sunkiau, nes jos kietos ir reikalaujančios papildomo apdorojimo. Rečiau paplitęs sėklų, vaisių ir uogų naudojimas (atitinkamai cituota 44 kartus – 7,3% bendro citavimų skaičiaus ir 35 kartus – 5,8% bendro citavimų skaičiaus). Rečiausiai respondentai naudoja stiebus, metūglius, šakeles (cituota 15 kartų – 2,5% bendro citavimų skaičiaus), pumpurus (cituota 11 kartų – 1,8% bendro citavimų skaičiaus) ir žievę (cituota 10 kartų – 1,7% bendro citavimų skaičiaus). Dažniausiai šios žaliavos renkamos ir naudojamos tuomet, kai jose yra sukaupta daugiausiai vaistingųjų medžiagų, o tai reikalauja žinių ir stebėjimo.

**10 pav. *Daugų apylinkėje gydymui naudojamos augalų dalys***

**3.3.8. Vaistinių augalinių žaliavų rinkimo, paruošimo ir vartojimo būdai**

Apklausos duomenimis, respondentai žino, kada geriausia rinkti vaistines augalines žaliavas, kad jos turėtų maksimaliausią poveikį. Dauguma vadovaujasi įvairia kalendorine informacija ir sezoniškumu. Taip pat, atsižvegiama į paros laiką: respondentai žino, kad geriausia eiti rinkti vaistinių augalinių žaliavų tik patekėjus saulei, o saulei leidžiantis – rinkti nebegalima. Tarp respondentų nepopuliaru remtis mėnulio fazėmis, respondentė (60 m.) jas sužino iš kalendoriaus ir kartais vadovaujasi jomis. Respondentė (60 m.) pabrėžia, kad stipriausiai veikia Joninių dieną surinktos vaistažolės. Yra vienetai tokių, kurie visiškai neatsižvelgia į jokius kriterijus – kada gali rinkti vaistažoles, tada jas ir renka.

Respondentai neaugina vaistažolių patys, o renka jas laukuose, toli nuo kelio, pamiškėse. Respondentė (52 m.) augina nedidelį vaistažolyną, kuriame auga vaistinė melisa, pipirmėtė, vaistinis šalavijas, vaistinis čiobrelis. Šias vaistažoles ji vartojanti dažniausiai ir dėl patogumo auginanti pati.

Respondentai žino, kaip teisingai džiovinti vaistines augalines žaliavas. Dažniausiai jas plonu sluoksniu paskleidžia ant laikraščių ir laiko gerai vėdinamoje vietoje, kol vaistažolės išdžius. Kai kurie kabina vaistažolių ryšulėlius palėpėse.

Visi apklaustieji sudžiovintas vaistines augalines žaliavas laiko tamsioje vėsioje vietoje, popieriniuose, medžiaginiuose maišeliuose ar popierinėse dėžutėse. Dauguma pabrėžia, kad svarbu saugoti vaistažoles nuo tiesioginių saulės spindulių, priešingu atveju, jos netenka savo gydomųjų savybių.

Paklausti, kokių vaistinių augalinių žaliavų atsargų respondentai turi klausiamuoju momentu, beveik visi minėjo, kad tų vaistažolių, kurias išvardijo renkantys ir naudojantys gydymo tikslams.

Respondentai surinktas vaistines augalines žaliavas laiko vienerius arba dvejus metus. Kai kurie linkę kasmet prisirinkti vis naujų vaistinių augalinių žaliavų, taip užtikrinant stipriausią vaistažolių veikimą. Praėjus šiam terminui, jos yra sudeginamos, išmetamos arba atiduodamos gyvuliams. Respondentė (52 m.) pasenusias vaistažoles sunaudoja pirtyje inhaliacijoms. Respondentė (70 m.) iš pasenusių vaistažolių pasidaro voneles. Respondentas (50 m.) stengiasi suvartoti visas turimas vaistines augalines žaliavas ir tik tuomet rinkti naujas.

Gydymui apklaustieji naudojo ir dekoratyvinius augalus, tokius kaip kvapioji pelargonija (*Pelargonium odoratissimum L.*), didžioji nasturtė (*Tropaeolum majus L.*), paprastasis jūrsvogūnis (*Urginea maritima (L.) Baker*), kvapioji kalizija (*Callisia fragrans L*.), raudonžiedė kalankė (*Kalanchoe blossfeldiana Poelln*.), paprastasis bijūnas (*Paeonia peregerina Mill*.), tikrasis alavijas (*Aloe vera L*.) ir kt. Taip pat, pastebėtas platus žemės ūkyje maistui auginamų augalų pritaikymas gydymo tikslams, pvz. valgomoji bulvė (*Solanum tuberosum L.*), daržinė braškė (*Fragaria magna Thuill.*), valgomasis česnakas (*Allium sativum L.*), valgomasis krienas (*Armoracia rusticana L.*), paprastoji kriaušė (*Pyrus communis L*.), valgomoji morka (*Daucus sativus L*.) ir kt. Respondentai kaip vaistinguosius augalus naudoja prieskonines žoleles, tokias kaip paprastasis krapas (*Anethum graveolens* *L.*), paprastasis raudonėlis (*Origanum vulgare L*.), kvapusis bazilikas (*Ocimum basilicum L*.), kartusis kietis (*Artemisia absinthium L*.), paprastasis kmynas (*Carum carvi L*.) ir kt.

Respondentai linkę gydymui naudoti džiovintas augalines žaliavas, tačiau taip pat minėjo naudojantys jas šviežias ir neapdorotas. Taip vartojamas tikrasis alavijas (*Aloe vera L*.). Išspaustų alavijo sulčių ir lapų minkštimo lašinama į nosį, esant slogai ir vartojama į vidų, kankinant gerklės skausmams ir kosuliui. Šviežiai spaustos plačialapio gysločio (*Plantago major L*.) sultys vartojamos nuo kosulio, skrandžio ir žarnyno sutrikimų. Kvapioji pelargonija (*Pelargonium odoratissimum L*.) vartojama sutrynus kelis jos lapus tarp pirštų ir įkvėpus stipraus specifinio kvapo. Tokiu būdu respondentė (50 m.) stabdo peršalimą. Vaistinės gelsvės (*Levisticum officinale L*.) respondentė (63 m.) prideda, ruošiant maistą, virškinimui pagerinti. Šiuos ir kitus šviežių vaistinių augalinių žaliavų vartojimo būdus galima rasti prieduose 2 - 16.

Susisteminus tyrimo duomenis, išskyrėme dažniausiai cituotus vaistinių augalinių žaliavų buitinius paruošimo ir vartojimo būdus. (11 pav.) Pastebėjome, kad dažniausiai iš vaistinių augalinių žaliavų respondentai ruošia arbatas, nes tai greičiausias ir patogiausias vaistažolių paruošimo būdas, nereikalaujantis daug laiko ir papildomų priemonių. Šiuo būdu vaistažolės buvo ruošiamos vartojimui net 55,4% bendro citavimų skaičiaus. Taip pat, vienas iš populiariausių vaistažolių paruošimo būdų buvo jų užpiltinės su degtine – 13,9% bendro citavimų skaičiaus. Tokiu būdu paruoštos vaistinės augalinės žaliavos gali būti laikomos ilgą laiką ir naudojamos, esant poreikiui. Įdomu tai, kad didėlė dalis respondentų vaistines augalines žaliavas naudoja joms dar esant šviežioms – 7,2% bendro citavimų skaičiaus. Tai vaistažolių vartojimo būdas, nereikalaujantis beveik jokio paruošimo, kurį respondentai taiko, kaip greitą ir efektyvų. Šiuo būdu respondentai dažniausiai naudoja augalų vaisius, lapus, kai kurie minėjo, kad norint gauti reikiamą gydomąjį efektą, galima pakramtyti šviežią augalo šaknį. Panašiu santykiu pasiskirsto vaistinių augalinių žaliavų naudojimas skalavimams ir praplovimams bei nuovirų ruošimas – atitinkamai 6,9% ir 6,2% bendro citavimų skaičiaus. Išskirti tokie paruošimo būdai, kaip kompresai (2,4% bendro citavimų skaičiaus), inhaliacijos (1,8% bendro citavimų skaičiaus), užpiltinės su medumi (1,5% bendro citavimų skaičiaus) ir sulčių naudojimas (1,4% bendro citavimų skaičiaus), pasižymėjo panašia pritaikomumo gausa. Rečiau respondentai ruošė užpiltines su aliejumi (0,8% bendro citavimų skaičiaus) ar actu (0,6% bendro citavimų skaičiaus) bei augalines žaliavas naudojo smilkymams (0,8% bendro citavimų skaičiaus). Pasitaikė tik keli tepalų ir augalinės žaliavos pelenų naudojimo atvejai. Tepalų gamyba reikalauja nemažai darbo, įgūdžių ir laiko, o pelenų vartojimas šiuo metu tampa labiau archajiškas.

**11 pav. *Vaistinių augalinių žaliavų buitiniai paruošimo būdai***

**3.4. Daugų apylinkėje gydymui vartojamos gyvūninės kilmės medžiagos**

Tyrimo metu nebuvo tikėtasi užfiksuoti daug gyvūninės kilmės medžiagų, vartojamų gydymo tikslams, nes šios priemonės tampa vis rečiau naudojamos ir nepopuliarios, lyginant su augalinės kilmės priemonėmis. Tačiau susisteminus apklausos duomenis, paaiškėjo, kad respondentai gydymui naudoja net 26 gyvūninės kilmės medžiagas (19,15% visų gydymui cituotų priemonių). Šios medžiagos buvo cituotos 97 kartus. Dauguma respondentų pateiktų receptūrų yra liaudies medicinos palikimas, kurios šiuo metu jau nėra taikomos gydymui. Respondentai prisimena, kaip gyvūninės kilmės priemonėmis jie buvo gydomi vaikystėje, ką tuo metu naudojo jų tėvai ar kaimynai ir kaip gydėsi net onkologines ligas.

Lotyniški gyvūninės kilmės medžiagų pavadinimai buvo rasti, naudojantis A. Tshirch 1932 m. išleistu veikalu „Bendroji farmakognozija“. [48]

Surinktas gyvūninės kilmės medžiagas suklasifikavome į gyvūnus ir jų dalis, bičių produktus, pieno produktus ir žmogaus išskyras.

Gausiausiai cituota gyvūninės kilmės medžiaga yra medus – cituotas 24 kartus (24,7% visų gyvūninės kilmės medžiagų). Dažniausiai medaus vartojimas derinamas su kitomis gyvūninės ar augalinės kilmės medžiagomis, siekiant gauti geresnių gydymo rezultatų.

**Gyvūnai ir jų dalys**

Paveiksle nr. 12 pateikėme gyvūnų ir jų dalių naudojimo populiarumą tiriamojoje teritorijoje. Remiantis citavimų skaičiumi, medžiagos suskirstytos nuo dažniausiai iki rečiausiai cituotų.

1. **pav. *Gyvūnai ir jų dalys, naudojamos gydymui***
* Dažniausiai cituota šios grupės priemonė buvo kiaulės taukai (*Adeps suillus*), respondentų lašiniais ar taukine vadinami (cituota devynis kartus). Respondentas (50 m.) teigia, kad esant dantų skausmui, reikia „ant kiauro danties lašinių uždėti“. Žalius lašinius dėdavo ant voties ar patinimų. Respondentė (70 m.) prisimena, kaip nuo pūlinių kojose dėdavo iš lašinių pasigamintus kompresus. Respondentė (72 m.) išmirkytus lašinius dėdavo ant vočių. Taip pat, ji pasakojo, kaip lašiniais gydėsi žarnyno uždegimą: „lašinių skūrukes virti, kol gaunasi klijai, juos reikia gerti, kad žarnyne gamintųsi gleivės“. Respondentė (59 m.) nesūdytus lašinius dėdavo į skaudamą dantį.
* Kiškio taukus *(Adeps leporis*) respondentai citavo aštuonis kartus. Respondentė (52 m.) kiškio taukus naudoja pūliniams, po nagu įsimetusioms rakštims, votims išvalyti. Respondentė (70 m.) juos vartoja nuo nudegimų ir odos infekcijų. Kiti respondentai minėjo kiškio taukus naudojantys nuo vočių ir pūlinių.
* Tulžis (*Feli*) cituota septynis kartus. Respondentė (79 m.) kiaulės tulžies užpiltinę su degtine vartoja nuo skrandžio skausmų. Taip pat, kiaulės tulžimi trinamos ilgai negyjančios žaizdos. Respondentė (53 m.) avies arba ožio tulžį su spiritu naudoja kompresams, esant pūlingoms žaizdoms.
* Respondentai minėjo tik vienos rūšies gyvatę – angį (*Viper*), kuri buvo cituota keturis kartus. Respondentė (53 m.) naudoja angies užpilą su degtine skaudamiems sąnariams trinti. Respondentė (90 m.) prisimena, kaip angies užpiltinę su degtine duodavo „paršam, kur jau atrodo, kad nugaiš, kad atsitiestų, atsigautų“. Respondentė (72 m.) prisimena, kaip džiovinta gyvate gydydavo nuo epilepsijos ir nuomirio. Respondentė (79 m.) pasakojo, kaip penkių metų mergaitei, kuri visai nekalbėjo, davė suvalgyti džiovintos gyvatės ir ši, po kiek laiko, pradėjusi kalbėti.
* Rupūžė (*Bufo*), taip pat cituota keturis kartus. Respondentai pasakojo, kad degtine užpilta rupūžė – tai vaistas nuo onkologinių ligų. Užpylus rupūžę degtine, reikia ją palaikyti tamsoje dvi – tris dienas ir gerti nedideliais kiekiais.
* Bebro taukai (*Adeps fiberis*), cituoti tris kartus. Respondentai minėjo, kad bebro taukus naudoja nuo vočių ir pūlinių.
* Vištos kiaušiniai (*Ovum gallinaceum*), cituoti taip pat tris kartus. Respondentė (70 m.) kiaušinio baltymu tepa nudegimus. Respondentė (60 m.) kiaušinio tryniu tepa plaukus, kad neslinktų. Respondentė (60 m.) žalių kiaušinių užpiltinę su degtine geria nuo skrandžio vėžio.
* Barsuko taukai (*Adeps taxi*), cituoti du kartus. Respondentai barsuko taukais tepa nudegimus ir nušalimus.
* Vištos skrandis (*Stomachi gallinacei*), cituotas taip pat du kartus. Respondentės (72 m., 60 m.) pasakojo, kaip vištos skrandžio plėvę reikia iš pradžių išdžiovinti, vėliau išvirti, kol pasigamina į kisielių panašus skystis, kurį reikia gerti nuo inkstų akmenligės.
* Šaltiena – respondentė (70 m.) prisimena, kaip vaikystėje mama duodavo valgyti šaltieną kaulams stiprinti, kaip natūralų kolageno šaltinį.
* Putpelių kiaušinius (*Ovum coturnix*) respondentė (72 m.) valgo žalius kartu su lukštais organizmo valymui.
* Karvės išmatas (*Stercus vaccarum*) su pienu, anot respondentės (60 m.), ankščiau duodavo gerti nuo plaučių uždegimo ir plaučių vėžio.
* Skruzdžių rūgštis – respondentė (60 m.) pasakojo, kaip dalį skruzdėlyno įdėdavo į verdantį vandenį, o vandeniui šiek tiek atvėsus, iš jo buvo daromos vonelės ir mirkomi skaudantys sąnariai.

**Bičių produktai**

Iš bičių produktų, dažniausiai respondentai naudoja medų (cituota 24 kartus – 24,7% bendro citavimų skaičiaus). Respondentė (79 m.) išskyrė, kad kraujagysles geriausiai stiprina grikių medus, o respondentė (62 m.) įsitikinusi, kad nuo peršalimo ligų veiksmingiausias yra liepų medus. Likę respondentai nekonkretizavo, kokios rūšies medus yra tinkamiausias vienam ar kitam negalavimui gydyti. Dažniausiai respondentai medų vartoja peršalus, esant gerklės skausmui, kaip organizmą stiprinančią ir burnos gleivinę dezinfekuojančią priemonę, bei magnio šaltinį. Respondentė (56 m.) ruošia mišinį iš medaus, citrinos ir kiaušinio trynio hemoglobinui gerinti. Respondentė (70 m.) medų vartoją kiekvieną vakarą kartu su žolelių arbatomis, kaip raminančią ir organizmą stiprinančią priemonę. Respondentė (90 m.) medų vartoja nuo skrandžio skausmo ir padidėjusio rūgštingumo. Taip pat, ji ruošia kompresus su medumi ir deda juos ant skaudamų sąnarių. Respondentė (59 m.) medaus ir degtinės mišiniu lygiomis dalimis tepa skaudamus sąnarius ir uždeda varnalėšų lapų kompresus.

Bičių pikis (*Propolis*) antras pagal populiarumą bičių produktas tarp respondentų (cituota 7 kartus – 7,2% bendro citavimų skaičiaus). Respondentė (48 m.) naudoja propolį inhaliacijoms, peršalus ar sergant gripu. Respondentė (70 m.) propolį naudoja gerklės ir skrandžio dezinfekcijai, uždegimams malšinti. Respondentas (52 m.) propolio užpiltinę su degtine vartoja nuo skrandžio ir gerklės skausmų. Respondentė (72 m.) propolį vartoja nuo dantų skausmo.

Rečiau respondentai minėjo naudojantys žiedadulkes ir bičių duonelę (cituota po vieną kartą). Šie bičių produktai buvo naudojami imunitetui stiprinti.

**Pieno produktai**

Apklausos metu respondentai paminėjo septynis pieno produktus, naudojamus gydymo ir kosmetiniams tikslams: ožkos pieną, karvės pieną, rūgpienį, išrūgas, sviestą, pasukas ir varškę. Dažniausiai respondentai citavo išrūgas (cituota penkis kartus – 5,2% bendro citavimų skaičiaus). Respondentės išrūgomis prausia veidą ir kūną, nes jos dezinfekuoja, balina, skaistina odą. Respondentė (70 m.) mirko kojas išrūgose, kad suminkštintų ir dezinfekuotų suragėjusią odą. Respondentė (90 m.) išrūgas geria nuo skrandžio sutrikimų. Respondentė (60 m.) išrūgas vartoja nuo padidėjusio kraujo spaudimo ir žarnyno valymui, prausia veidą, plaukus, visą kūną, atmirko kojas. Ji teigia, kad tuomet kojos pasidaro švelnios, oda skaistesnė, jaunesnė, nes išrūgos pašalina bakterijas.

Vienodu dažnumu (cituota po du kartus – po 2,1% bendro citavimų skaičiaus) respondentai naudoja ožkos ir karvės pieną, sviestą ir pasukas. Respondentė (72 m.) ožkos pieną (*Lac caprina*) naudoja nuo sąnarių ir skrandžio skausmų, o respondentė (60 m.) šiltą ožkos pieną dideliais kiekiais duodavo savo vaikams tam, kad visas žarnynas išsivalytų nuo kirmėlių. Respondentė (70 m.) karvės pieną (*Lac vaccina*) naudoja kartu su medumi, kaip raminančią ir spaudimą mažinančią priemonę. Respondentė (79 m.) karvės pieną, išvirtą kartu su aguonomis, vartoja nuo akmenligės ir šlapimo pūslės uždegimo. Sviestu (*Butyrum*) respondentė (70 m.) tepa suskerdėjusius kulnus, o respondentė (72 m.) sviestu tepė pilvą po gimdymo, kai jausdavo skausmus. Pasukas, liaud. maslionką, respondentės (70 m., 60 m.) geria nuo padidėjusio cholesterolio.

Po vieną kartą respondentai citavo rūgštaus pieno ir varškės naudojimą gydymui (po 1% bendro citavimų skaičiaus). Respondentė (60 m.) teigė, kad rūgštus pienas mažina svorį ir gerina miegą. Respondentė (70 m.) varškę vartoja kaulams stiprinti.

**Žmogaus išskyros**

Tyrimo metu pavyko užfiksuoti kelias archajiškas receptūras, kuriose gydymui naudojamos žmogaus išskyros. Respondentė (70 m.) pasakojo, kaip ankščiau mėnesinių kraujo (*Sanguis menstrualis*) uždėdavo ant karpų ir jos pranykdavo. Respondentė (60 m.) pasakojo, kad ankščiau susirgus plaučių uždegimu, ligoniui duodavo gerti mažo vaiko šlapimo (*Urina hominis*). Ji pabrėžė, kad labai svarbu, kad moteriai ar mergaitei būtų duodamas mergaitės šlapimas,o vyrui arba berniukui – berniuko. Taip pat, šiuo būdu buvo gydomi ir spuogai ant lūpų, kuriuos reikėdavo patepti šlapimu.

**3.5. Daugų apylinkėje gydymui vartojamos grybų rūšys**

Apklausos metu, respondentų teiravomės, kokius grybus jie vartoja gydymui ir kaip juos ruošia. Susiteminus tyrimo duomenis paaiškėjo, kad grybų vartojimas gydymo tikslams tiriamojoje teritorijoje nėra paplitęs. Grybai Daugų apylinkėje iš viso cituoti tik keturis kartus. Tyrimo metu užfiksuotos tik dvi grybų rūšys: paprastoji poniabudė (*Phallus impudicus*) ir įžulnusis skylenis (*Inonotus obliquus*).

Paprastąją poniabudę (*Phallus impudicus*) gydymui vartoja tik viena respondentė (79 m.) (25%). Šis grybas liaudiškai dar vadinamas „vilko grybu“ ar „žemės taukais“. Ji teigia, kad rinkti reikia šalia pražydusių grybų esančius „kiaušinius“ – naujų grybų užuomazgas. Iš šių „kiaušinių“ ruošiamas antpilas su degtine, kurį respondentė vartoja nuo skrandžio vėžio.

Įžulnųjį skylenį (*Inonotus obliquus*) respondentai citavo tris kartus (75%). Šį grybą respondentai liaudiškai vadino „medžio grybu“, „beržo grybu“ ar „juoduoju grybu“. Respondentai (52 m., 27 m.) šį grybą užpila degtine ir palaiko, kol grybas gerai išmirksta. Vėliau „įsigėrusiu“ grybu trinami sumušimai ir mėlynės. Respondentė (60 m.) ruošia šio grybo užpiltinę su degtine ir vartoja ją onkologinių ligų profilaktikai.

**3.6. Daugų apylinkėje gydymui vartojamos mineralinės kilmės medžiagos**

Mineralinės kilmės medžiagos, vartojamos gydymo tikslams Daugų apylinkėje buvo cituotos tik aštuonis kartus. Tai rodo, kad gydymasis šiomis medžiagomis tiriamojoje teritorijoje nėra paplitęs, tačiau populiaresnis negu gydymasis grybais (cituota keturis kartus). Tyrimo metu užfiksuotos trys mineralinės kilmės medžiagos, naudojamos gydymo tikslams: vanduo, druska ir smėlis.

Gryno vandens vartojimą gydymo tikslams paminėjo tik viena respondentė (72 m.) (12,5%). Ji vandens garais šildo vidurius, esant vidurių užkietėjimui: „reikia pasėdėt virš bačkutės su virintu vandeniu, virš vandens garų ir tuomet atleidžia spazmus, pasidaro lengviau“.

Smėlio naudojimą citavo keturis kartus (50%) – tai dažniausiai cituota mineralinės kilmės medžiaga, vartojama gydymui. Respondentės (70 m., 42 m., 38 m.) minėjo, kad įkaitintu smėliu šildydavo nuo skausmo. Respondentė (60 m.) pasakojo, kad ją vaikystėje įtupdydavo į iškastą duobę ir užpildavo karštu smėliu. Reikėdavo stovėti iki tol, kol smėlis visiškai atvės. Tokiu būdu, respondentei buvo gydomas rachitas.

Druskos naudojimą gydymui minėjo trys respondentai (37,5%). Respondentai (47 m., 50 m.) druskos tirpalu skalauja gerklę, esant peršalimui ir gerklės skausmui. Respondentė (90 m.) ruošia voneles su druska nuo patinusių kojų.

* 1. **Kitos Daugų apylinkėje gydymui naudojamos medžiagos ir gydymo būdai**

Tyrimo metu užfiksavome keletą gydymui vartojamų medžiagų, kurių negalėjome priskirti prie pagrindinių išskirtų grupių (augalinės, gyvūninės, mineralinės kilmės medžiagų ir grybų). Dauguma šių medžiagų jau nebenaudojamos gydymui šiomis dienomis, tačiau papildo Daugų apylinkės liaudies medicinos klodus. Respondentai minėjo parafino, žibalo, spirito, pelenų ir kiaulių migio vartojimą gydymui. Šios medžiagos iš viso cituotos septynis kartus.

Respondentės (52 m., 27 m.) pasakojo, kad ankščiau parafiną (cituotas du kartus) pakaitindavo orkaitėje, tuomet palaukdavo, kol jis sukiedėdavo ir karštą dėdavo ant krūtinės, sergant bronchitu.

Žibalą (cituotas du kartus), respondentė (72 m.) naudodavo vaikams nuo kirmėlių: patrindavo juo po nosimi ir bambą. Respondentė (72 m.) žibale pamirkytą marlę dėdavo ant skaudančių dantų.

Spiritą (cituotas vieną kartą), respondentė (70 m.) naudoja skaudantiems sąnariams trinti. Ji pasakojo, kad reikia „geros naminės mažą gurkšnelį palaikyti burnoj ir išspjauti“, tokiu būdų burnoje bus sunaikintos visos bakterijos.

Respondentė (70 m.) karštus pelenus (cituoti vieną kartą) sudeda į kojinę ir apriša ja kaklą. Tokiu būdu gydomas gerklės skausmas, angina.

Respondentė (72 m.) pasakojo žinanti receptą, kuris jos giminėje buvo naudotas prieš 140 metų: „kiaulių migį išvirdavo ir jame išprausdavo vaikus, kai naktim verkdavo ir būdavo neramūs“.

Apklausos metu teiravomės, ar respondentai žino kokius nors netradicinius gydymo būdus, smilkymus, prietarus ar užkalbėjimus. Smilkymai naudojami retai, dažniausiai smilkomas kartusis kietis (*Artemisia absinthium* *L*.) – cituotas keturis kartus. Respondentai (26 m., 67 m., 70 m., 60 m.) minėjo, kad kiečio, liaud. pelyno, žolę smilko namuose nuo piktųjų dvasių, kandžių arba pakabina maišeliuose palubėje. Taip pat, respondentai minėjo, kad ryšulėlis pelyno, nešiojamo kišenėje, apsaugo nuo nužiūrėjimo, piktų dvasių ir ligų. Respondentė (72 m.) smilkymams nuo kandžių naudoja pelkinio gailio (*Ledum palustre L*.) žolę.

Paklausti, ar žino kokius nors užkalbėjimus, respondentai paprastai sakė girdėję, kaip kaime buvusi viena ar kita senolė, kuri užkalbėdavusi nuo rožės, tačiau ką jos kalbėdavusios, niekas tiksliai nežinojo. Respondentė (90 m.) prisimena, kad jos mama užkalbėdavo nuo gyvatės, nuo pasiutusio šuns ir nuo rožės. Tačiau ji niekada nežinojusi, ką mama ligoniams sakydavusi. Respondentė (79 m.) taip pat prisimena, kaip nuo rožės užkalbėdavo jos mama: „reikia išmokyti jauniausią dukrą ir po to nešti kunigui rublį, kaip auką, (...) reikėdavo užkalbėti du kartus – pirmą kartą saulei nusileidus, antrą kartą – saulei dar neužtekėjus, (...) kalbėdavo poterius, (...) poteriaudavo vienu ypu, kai baigdavo, tik tada atsidusdavo“.

1. **IŠVADOS**
2. Alytaus rajono Daugų apylinkėje atlikto etnofarmacinio tyrimo metu surinkta etnofarmacinė medžiaga susisteminta pagal gydymui vartojamų priemonių prigimtį: augalinės kilmės priemones, gyvūninės kilmės priemones, grybus ir mineralinės kilmės priemones.
3. Nustatyta, kad dažniausiai Alytaus rajono Daugų apylinkės gyventojai gydymui vartoja augalinės kilmės priemones (73,95%), gyvūninės kilmės priemonių vartojama daug rečiau (19,15%), o grybų ir mineralinės kilmės priemonių vartojimas gydymui nėra paplitęs (atitinkamai 1,42% ir 2,13%).
4. Nustatyta, kad dažniausiai gydymui vartojami vaistiniai augalai yra: vaistinis čiobrelis (*Thymus vulgaris L*.) (88,9%), mažalapė liepa (*Tilia cordata Mill*.) (83,3%), paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) (72,2%). Dažniausiai gydymui vartojamos gyvūninės kilmės medžiagos yra: medus (24,7%), kiaulės taukai (10,3%) ir kiškio taukai (8,2%). Dažniausiai gydymui vartojama grybų rūšis yra įžulnusis skylenis (*Inonotus obliquus*) (75%), o mineralinės kilmės medžiaga – smėlis (50%).
5. Nustatyta, kad Alytaus rajono Daugų apylinkėje vaistiniais augalais dažniausiai gydomos kvėpavimo takų ligos (24,6%), virškinamojo trakto ligos (16,1%), reumatinės (11,84%) ir nervų ligos (8,63%).
6. Nustatyta, kad iš 103 – ijų, tyrimo metu užfiksuotų augalinių žaliavų, tik 29 - ios aprašytos PSO monografijose. Likusias 74 – ias augalines žaliavas respondentai vartojo remiantis liaudies medicinos patirtimi.
7. **LITERATŪROS SĄRAŠAS:**
8. Balkutė R. Lietuvių liaudies medicina. [interaktyvus] [žiūrėta 2013 12 06] Prieiga per internetą: < <http://ausis.gf.vu.lt/eka/medicine/medicine.html> >
9. Basanaviczius J. Medega musu tautiszkai vaistynykystai. Shenandoah; 1898.
10. Dagys J, Jankevičius K, Kruopas J, Lekavičius A, Petrauskas V. Jurgis Pabrėža 1771 – 1849. Vilnius; 1972. p. 3 -6, 46 -47.
11. Grigonis M. Rūtelių darželis. Pamokinimas, kaip žolynai auginti. Kaunas: S. Banaičio spaustuvė; 1913.
12. Grinius K, Volteris E, Basanavičius J, Tumas J, Janulaitis J. Trumpa folkloro dalykams rinkti programa. Vilnius: M. Kuktos spaustuvė; 1910.
13. Gudelytė U. Tradiciškai Lietuvoje augintų dekoratyvinių augalų etnofarmacinis tyrimas. Magistro baigiamasis darbas. Kaunas: 2010.
14. Jankevičienė R. Botanikos vardų žodynas; Vilnius: Botanikos instituto leidykla; 1998.
15. Kanapeckaitė R. Etnobotaniniai – farmaciniai aspektai Lietuvių tautosakoje (A. Juškos rinkinyje „Lietuviškos svotbinės dainos”). Magistro baigiamasis darbas. Kaunas: 2006.
16. Kandrotienė D., Kandrotas V. 153 įdomiausi Lietuvos miesteliai. Kaunas: Terra Publica; 2010. p. 164 - 165.
17. Kardelis K. Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai. Kaunas: Judex leidykla; 2002.
18. Lietuvių enciklopedija. Ketvirtas tomas. Lietuvių enciklopedijos leidykla. JAV: 1954. 348, 358 psl.
19. Lietuvos Statistikos Departamento Oficialiosios statistikos portalas. Gyventojai gyvenamosiose vietovėse. 2011 m. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 02 03] Prieiga per internetą: <<http://www.osp.stat.gov.lt/documents/10180/1680046/Gyventojai_gyvenamosiose_vietovese.pdf/a1e8bee3-36bd-4913-bc05-d06f8e7a2a87?version=1.0>>
20. Lietuvos Statistikos Departamento Oficialiosios statistikos portalas. Gyventojai pagal amžiaus grupes seniūnijose. 2011 m. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 02 03] Prieiga per internetą: <<http://www.stat.gov.lt/documents/10180/1704467/Gyventojai_pagal_amziaus_grupes_seniunijose.xls/8e032704-2bc2-4cb1-be6d-a490f77279da;jsessionid=8ECA6578C6E1F9464DF586E79A915F69?version=1.0> >
21. Liubauskaitė A. Tautosakos rinkinys Trakų, Alytaus, Varėnos apskr. Rankraštis. 1947.
22. Natkevičaitė- Ivanauskienė M., Daugų ežero vakarų kranto ir Banduragio įlankos aukštesniosios augalijos fitocenologiniai tyrimai. – Vilniaus valstybinio universiteto mokslo

darbai. Gamtos ir matematikos mokslų serija, 2. Vilnius; 1954. p. 141-157.

1. Paulauskaitė N. Kokybiniai tyrimo metodai vadyboje. Socialiniai mokslai: Vadyba, 1996, Nr.4 (8), p. 35 – 42.
2. Petkevičaitė – Bitė G. Medžiaga lietuvių liaudies medicinai// Literatūros istorija. Vilnius. 1968. p. 313 – 349.
3. Petkevičius R. Nerviniai sutrikimai ir jų gydymas Užpalių apylinkių XX – XXI a. tradicinėje medicinoje. Lietuvos lokaliniai tyrimai. Etnologija. Lietuvos valsčiai. Užpaliai. 2012. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.llt.lt/pdf/uzpaliai/uzpaliai-2_etno-2011.pdf> >
4. Petkevičiūtė Ž. Natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, vartotų Telšių rajono Varnių apylinkėje 2006 metais etnofarmacinis tyrimas. Magistro baigiamasis darbas. Kaunas: 2006.
5. Petkevičiūtė Ž., Mekas T.A. Etnofarmacinio – botaninio tyrimo perspektyvos Lietuvoje. Medicinos teorija ir praktika. P. 77 -82. 2011-T. 17 (Nr.1). [interaktyvus] [žiūrėta 2013 12 06] Prieiga per internetą: < <http://www.mtp.lt/files/MEDICINA_TP-2010-Nr.077-0822.pdf> >
6. Petkevičiūtė Ž., Savickienė N., Savickas A., Bernatonienė J., Šimaitienė Z., Kalvėnienė Z. et al. Urban ethnobotany study in Samogitia region, Lithuania. Journal of Medicinal Plants Research Vol. 4(1), pp. 64-71. 2010 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.academicjournals.org/JMPR> >
7. Radušienė J, Janulis V. Vaistinių ir aromatinių augalų įvairovės tyrimo, jų panaudojimo bei išsaugojimo tendencijos. P. 705. Kaunas: Medicina; 2004. [interaktyvus] [žiūrėta 2013 12 13] Prieiga per internetą: < <http://medicina.kmu.lt/0408/0408-01l.pdf> >
8. Ragažinskienė O, Mekas T. Farmakognozijos ištakos Lietuvoje: Profesorius Kazimieras Grybauskas. Mokslo Lietuva. Vilnius: UAB „Sapnų sala“; 2011.
9. Remeikaitė V. Daugų ežero ir apyežerio raida XX amžiuje. Magistro baigiamasis darbas. Vilnius: 2005. [interaktyvus] [žiūrėta 2013 12 12] Prieiga per internetą:

<[http://vddb.library.lt/fedora/get/LT-eLABa-0001:E.02~2005~D\_20050613\_183919-96172/DS.005.0.01.ETD](http://vddb.library.lt/fedora/get/LT-eLABa-0001%3AE.02~2005~D_20050613_183919-96172/DS.005.0.01.ETD) >

1. Skinderis A. Vaistų žolynas. Kaunas: “Šviesos” spaustuvė; 1932.
2. Šaučiūnienė I. Žolynai. Magistro baigiamasis darbas. Šiauliai: 2009. [interaktyvus] [žiūrėta 2013 12 12] Prieiga per internetą: < [http://vddb.laba.lt/obj/LT-eLABa-0001:E.02~2009~D\_20090211\_110446-02245](http://vddb.laba.lt/obj/LT-eLABa-0001%3AE.02~2009~D_20090211_110446-02245) >
3. Šimkūnaitė E. Lietuvių liaudies medicinos vaistingieji augalai. Mašinraštis, 1948.
4. Šimkutė I. Natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, naudotų Plungės rajone 2009 – 2010 m., etnofarmacinis tyrimas. Magistro baigiamasis darbas. Kaunas: 2011.
5. Šveistytė L. Vaistinių ir aromatinių augalų genetiniai ištekliai. Kėdainiai: Spaudvita; 2011. [interaktyvus] [žiūrėta 2013 12 12] Prieiga per internetą: <<http://www.agb.lt/leidiniai/vaistiniu%20ir%20aromatiniu%20augalu%20genetiniai%20istekliai/Vaistiniai%20ir%20aromatiniai%20augalai.pdf>>
6. Trimakas R. Lietuvių liaudies medicina: etnografiniai ir folkloristiniai aspektai XIX amžiaus pabaiga – XX amžiaus pirmoji pusė. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla; 2008.
7. Vailionis L. Lietuviškas botanikos žodynas. I dalis. Kaunas: Varpas; 1938.
8. Vilkonis K. K. Lietuvos žaliasis rūbas. Kaunas; 2008.
9. Cakilcioglu U., Turkoglu I. An ethnobotanical survey of medicinal plants in Sivrice (Elazig – Turkey). Journal of Ethnopharmacology 132 (2010) 165 – 175. [interaktyvus] [žiūrėtas 2014 01 06] Prieiga per internetą: <<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378874110005647> >
10. Garcia D., Domingues M., Rodrigues E. Ethnopharmacological survey among migrants living in the Southeast Atlantic Forest of Diadema, Sao Paulo, Brazil. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 2010, 6:29 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą : < <http://www.ethnobiomed.com/content/6/1/29> >
11. Guarrera P., Lucchese F., Medori S. Ethnophytotherapeutical research in the high Molise region (Central-Southern Italy). Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 2008, 4:7. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.ethnobiomed.com/content/4/1/7> >
12. Yineger H., Delenasaw Y., Demel T. Ethnomedicinal plant knowledge and practice of the Oromo ethnic group in southwestern Ethiopia. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 4 (2008): 11. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.ethnobiomed.com/content/4/1/11> >
13. Yöney A., et al. Ethnopharmacy of turkish‐speaking cypriots in greater London. Phytotherapy Research 24.5 (2010): 731-740. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/ptr.3012/pdf> >
14. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. Etnobiologijos ir etnomedicinos žurnalas. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: < <http://www.ethnobiomed.com> >
15. Journal of Ethnopharmacology. Etnofarmakologijos žurnalas. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 06] Prieiga per internetą: < <http://www.ethnopharmacology.org/index.htm> >
16. Kunwar R., Shrestha K., Bussmann R., Traditional herbal medicine in Far – west Nepal: a pharmacological appraisal. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine. 2010. 6: 35. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.ethnobiomed.com/content/6/1/35> >
17. Montesano V., Negro D., Sarli G., Lisi A., Laghetti G., Hammer K. Notes about the uses of plants by one of the last healers in the Basilicata Region (South Italy). Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 2012, 8:15 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 06] Prieiga per internetą: <<http://www.ethnobiomed.com/content/8/1/15> >
18. Muthu C., Ayyanar M., Raja N., Ignacimuthu S. Medicinal plants used by traditional healers in Kancheepuram. District of Tamil Nadu, India. Journal of ethnobiology and ethnomedicine. 2006, 2:43. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.biomedcentral.com/content/pdf/1746-4269-2-43.pdf> >
19. Pardo-de-Santayana M., Andrea P., Rajindra P. The ethnobotany of Europe, past and present. Ethnobotany in the new Europe: people, health and wild plant resources 14 (2010): 1-15. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <[http://www.etnobotanica.de/Pardo%20et%20al.,%202010.pdf](http://www.etnobotanica.de/Pardo%20et%20al.%2C%202010.pdf) >
20. Polat R., Satil F. An ethnobotanical survey of medicinal plants in Edremit Gulf (Balikesir – Turkey). Journal of Ethnopharmacology 139 (2012) 626 – 641. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 06] Prieiga per internetą: <<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0378874111008713>>
21. Sanzo P., Martino L., Mancini E., Feo V. Medicinal and useful plants in the tradition of Rotonda, Pollino National Park, Southern Italy. Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 2013, 9:19. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: <<http://www.ethnobiomed.com/content/9/1/19> >
22. Svanberg I., et al. History and current trends of ethnobiological research in Europe. Ethnobiology, Wiley-Blackwell, Chichester, UK (2011): 191-214.
23. Tizio A., Luczaj L., Quave C., Redžic S., Pieroni A. Traditional food and herbal uses of wild plants in the ancient South – Slavic diaspora of Mundimitar/ Montemitro (Southern Italy). Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine 2012, 8:21 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 01 04] Prieiga per internetą: < <http://www.ethnobiomed.com/content/8/1/21> >
24. Tshirch A. Allgemeine pharmakognose. Leipzig: 1932.
25. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 1. Geneva: World Health Organization; 1999. [interaktyvus] [žiūrėta 2014 02 22] Prieiga per internetą:

< <http://www.who.int/medicines/en/>>

1. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 2. Geneva: World Health Organization; 2002 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 02 27] Prieiga per internetą:

< <http://www.who.int/medicines/en/>>

1. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 3. Spain: World Health Organization; 2007 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 02 27] Prieiga per internetą:

< <http://www.who.int/medicines/en/>>

1. WHO monographs on selected medicinal plants. Vol. 4. Spain: World Health Organization; 2009 [interaktyvus] [žiūrėta 2014 02 27] Prieiga per internetą:

< <http://www.who.int/medicines/en/>>

1. **PRIEDAI**

**1 Priedas. Respondentų apklausos anketa**

ETNOBOTANINĖS-FARMACINĖS APKLAUSOS ANKETA

1. Respondento amžius, lytis............................................................................................................
2. Išsilavinimas, profesija.................................................................................................................
3. Gyvenamoji vieta (ankstesnė, dabartinė).....................................................................................
4. Kokias vaistažoles renkate?

............................................................................................................................................................

1. Ar Jums svarbus vaistažolių rinkimo laikas ir gamtos sąlygos?
* Sezoniškumas
* Paros laikas
* Dangaus kūnų išsidėstymas, mėnulio fazės
* Saulėta ar ūkanota diena
* Kita....................................................................................................................................
1. Kokias vaistažoles auginate patys?

.......................................................................................................................................................

1. Kaip ir kur laikote sudžiovintas vaistažoles?

.......................................................................................................................................................

1. Kokių vaistažolių atsargų turite šiuo metu?

.......................................................................................................................................................

1. Ką darote su pasenusiomis vaistažolėmis?
* Sudeginate
* Išmetate
* Užkasate žemėje
* Suvartojate ir pasenusias
* Kita....................................................................................................................................
1. Ar patys gydotės vaistažolėmis?
* Taip
* Ne
1. Iš ko išmokote gydyti(s) vaistažolėmis?
* Iš tėvų, senelių
* Iš kaimynų, pažįstamų
* Iš knygų, laikraščių
* Iš radijo, televizijos, interneto
* Iš šeimos gydytojo, vaistininko
* Iš reklamos
* Kita....................................................................................................................................
1. Ar gydymosi vaistažolėmis patirtį perduodate kitiems asmenims?
* Taip....................................................................................................................................
* Ne
1. Ar žmonės prašo Jūsų surasti kokią nors jiems reikalingą vaistinę žaliavą?
* Taip
* Ne

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Augalai** | **Grybai** | **Gyvūnai ir jų dalys** | **Meiliavaisčiai, smilkymai ir kiti prietarai** |
| **Liaudiški pavadinimai** |  |  |  |  |
| **Botaninis vardas** |  |  |  |  |
| **Vartojama dalis** | * Žiedai
* Lapai
* Šaknys
* Sėklos
* Vaisiai
* Žievė
* Pumpurai
* Metūgliai
* Visas augalas
 | * Viršžeminė dalis
* Požeminė dalis
 | * Oda
* Kaulai
* Nagai, ragai
* Dantys
* Kūno skysčiai, išskyros
* Vidaus organai
 |  |
| **Paruošimo būdas (užrašyti gamybos būdus)** | * Arbata
* Užpiltinė su etanoliu
* Kompresai
* Nuoviras
* Sultys
* Milteliai
* Užpilas
* Tepalas
* Kita
 | * Arbata
* Užpiltinė su etanoliu
* Kompresai
* Nuoviras
* Sultys
* Milteliai
* Užpilas
* Tepalas
* Kita
 | * Arbata
* Užpiltinė su etanoliu
* Kompresai
* Nuoviras
* Sultys
* Milteliai
* Užpilas
* Tepalas
* Kita
 | * Arbata
* Užpiltinė su etanoliu
* Kompresai
* Nuoviras
* Sultys
* Milteliai
* Užpilas
* Tepalas
* Kita
 |
| **Kokioms ligoms gydyti ir kaip vartojate?** |  |  |  |  |
| **Mišiniai (užrašyti mišinių sudėtį ir gamybos būdus)** |  |  |  |  |

**2 priedas. Receptūros kvėpavimo takų ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Tikrasis alavijas (*Aloe vera L.*) Liaud. alijošius | Lapai; | Lapų minkštimas vartojamas sergant peršalimo ligomis, nuo slogos ir kosulio. Alavijo sulčių lašinama į nosį tam, kad efektyviau išgydyti slogą. | Užpylus alaviją spiritu, jo sultimis tepamos žaizdos, kad greičiau užgytų, geriama nuo kosulio. Alavijo žieveles prakošus ir jo sultis sumaišius su medumi ir degtine, palaikius tamsioje vietoje, geriama nuo kosulio ir esant vitaminų stokai pavasarį. |
| Paprastoji avietė (*Rubus idaeus L.*) | Uogos, lapai, kotukai, šakelės; | Ruošiamos arbatos nuo kosulio, temperatūros, esant plaučių uždegimui, skatinti prakaitavimą. Taip pat, kaip priemonė, skystinanti kraują. | ­­ |
| Valgomoji bulvė (*Solanum tuberosum L.)* | Šakniagumbiai; | Karštos lupenos buvo dedamos vaikams ant krūtinės nuo bronchito.  |  |
| Daržinė braškė (*Fragaria magna Thuill.*) | Lapai; |  | Lapai įeina į arbatų mišinius nuo kosulio, kartu su aviečių, žemuogių ir mėlynių lapais. |
| Valgomasis česnakas(*Allium sativum L.*) | Svogūnai; | Česnako skiltelės valgomos, susirgus gripu arba kaip peršalimo ligų profilaktikos priemonė. Respondentai minėjo, kad jis naikina bakterijas viršinamajame trakte. |  |
| Vaistinis čiobrelis (*Thymus vulgaris L.*) Liaud. čiobriukai | Žolė; | Naudojamas arbatoms ruošti kaip atsikosėjimą skatinanti priemonė, sergant peršalimo ligomis, sloga, esant virusinėms kvėpavimo takų infekcijoms. Respondentai minėjo, kad čiobreliai valo bronchus ir stiprina organizmą. |  |

**2 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Juodasis serbentas (*Ribes nigrum L.*) | Lapai; | Juodųjų serbentų lapai naudojami arbatoms nuo peršalimo ir plaučių uždegimo. | Juodųjų serbentų lapai ruošiami kartu su vyšnių lapais ir spiritu - vartojami sergant gripu. |
| Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica L.*) | Lapai, žiedai;  | Lapų arbata vartojama nuo anginos, žiedais aprišamas kaklas nuo gerklės skausmo.  |  |
| Baltoji garstyčia (*Sinapis alba L.*) | Lapai; | Dedami lapų kompresai ant nugaros plaučių lygyje, esant plaučių uždegimui. |  |
| Plačialapis gyslotis (*Plantago major L.*) | Lapai, sultys;  | Iš lapų ruošiama arbata bei sultys vartojamos nuo kosulio. |  |
| Paprastoji gervuogė (*Rubus caesius L.*) | Lapai; | Iš lapų ruošiama arbata vartojama sergant peršalimo ligomis. |  |
| Tikrasis imbieras (*Zingiber officinale Roscoe*) | Šaknys; | Tarkuota šaknis dedama į arbatą peršalus, esant gerklės skausmui. |  |
| Kvapioji pelargonija (*Pelargonium odoratissimum L.*)Liaud. jeronimas. | Lapai; | Iš lapų ruošiama arbata vartojama sergant bronchitu, valo plaučius. Respondentė (60 m.) prasidėjus peršalimui, sutrina kelis pelargonijos lapus ir įkvepia kelis kartus. Taip pat, ji vartoja kvapiąją pelargoniją nuo kosulio – pasistato augalą prie lovos, sujudina lapus ir įkvėpia „smarvės“.  |  |
| Vaistinis isopas (*Hyssopus officinalis L.*)Liaud. juozažolė. | Žolė; | Iš žolės ruošiama arbata, sergant peršalimo ligomis. |  |
| Paprastasis krapas(*Anethum graveolens* *L.*) | Žolė;  | Prišutinti krapai naudojami esant aukštai temperatūrai, arbata vartojama nuo peršalimo ir slogos. |  |
| Valgomasis krienas(*Armoracia rusticana L.*) | Lapai;  | Iš lapų ruošiama arbata vartojama kaip priešvirusinė, toksinus varanti priemonė. |  |

**2 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Mažalapė liepa (*Tilia cordata L.*) | Žiedai; | Iš žiedų gaminama arbata ir vartojama peršalimo ligoms gydyti, esant kosuliui ir aukštai temperatūrai, sergant gripu. Žiedų nuovirus respondentai naudoja gerklės skalavimams, esant skaudamai gerklei.  | Respondentė (52 m.) liepų žiedus kartu su rugiagėlių žiedais ir melisų žole naudoja inhaliacijoms pirtyje. |
| Vaistinė melisa (*Melissa officinalis L.*) | Žolė; |  | Respondentė (52 m.) melisos žolę, kartu su mėtų žole ir šalavijų lapais naudoja skalavimams, esant gerklės skausmui. |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L.*) | Žiedai; |  | Respondentė (70 m.) vaistinės medetkos žiedus naudoja kartu su ramunėlių žiedais arbatoms nuo anginos. Respondentė (90 m.) medetkos žiedus mišinyje su aviečių lapais vartoja esant plaučių uždegimui. |
| Didžioji nasturtė (*Tropaeolum majus L.*)Liaud. nasturčiai, nasturtos. | Žiedai; | Žiedų arbata vartojama nuo aukštos temperatūros ir plaučių uždegimo.  |  |
| Pipirmėtė (*Mentha piperita L.*) | Žolė; | Iš žolės ruošiama arbata naudojama nuo gerklės skausmo. | Skalavimams kartu su melisos žole ir šalavijų lapais. |
| Vaistinė ramunė (*Matricaria recutita L.*) liaud. ramunukai. | Žiedai; | Iš žiedų ruošiama arbata vartojama nuo peršalimo, anginos, infekcinių susirgimų, skalavimams nuo gerklės skausmo. |  |
| Rugiagėlė (*Centaurea cyanus L.*) | Žiedai; | Iš žiedų ruošiama arbata vartojama karščiavimui slopinti, sergant plaučių uždegimu, inhaliuoti garus pirtyje, esant peršalimo ligoms. |  |
| Ankstyvasis šalpusnis (*Tussilago farfara L.*) | Žiedai; | Iš žiedų ruošiama arbata vartojama nuo kosulio. |  |

**2 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Dygliuotasis šaltalankis (*Hippophae rhamnoides L*.) | Uogos; | Vartojamas iš uogų paruoštas aliejus, kuriuo tepama skaudama gerklė. |  |
| Vaistinis šalavijas (*Salvia officinalis L*.) | Lapai; | Vartojama iš lapų ruošiama arbata skalavimams, esant skaudamai gerklei. Į vidų arbata vartojama esant kosuliui, kaip priemonė, gerinanti burnos kvapą. |  |
| Paprastasis raudonėlis (*Origanum vulgare L*.) | Žolė; | Vartojama iš žolės ruošiama arbata nuo kosulio, sergant gripu. |  |
| Paprastasis jūrsvogūnis (*Urginea maritima (L.) Baker*)Liaud. jūros svogūnas | Lapai; |  | Vartojama lapų užpiltinė su degtine. Geriama po arbatinį šaukštelį, sergant angina. |
| Paprastoji pušis (*Pinus sylvestris L*.) | Spygliai, pumpurai; | Ruošiamos arbatos nuo kosulio, kaip plaučius valanti priemonė, vonioms ir inhaliacijoms, sergant kvėpavimo takų ligomis, plaučių uždegimu. |  |
| Paprastasis putinas (*Viburnum opulus L*.) | Žiedai, uogos, sultys; | Respondentas (52 m.) nuo kosulio vartoja putino uogų sultis. Putino žiedų arbata vartojama nuo plaučių uždegimo. | Respondentė (79 m.) putino uogas su medumi ir degtine naudoja nuo kosulio. Respondentas (79 m.) putino uogas su spiritu vartoja, esant bronchitui. |
| Pavasarinė raktažolė (*Primula veris L*.)Liaud. švento Petro rakteliai, rakteliai. | Žiedai; | Ruošiamos arbatoms nuo kosulio, plaučių uždegimo, kaip plaučius valanti priemonė. |  |
| Paprastoji vyšnia (*Cerasus vulgaris Mill*.) | Lapai; |  | Vartojami kartu su juodųjų serbentų lapais užpylus degtine po arbatinį šaukšėlį nuo gripo. |
| Paprastoji žemuogė (*Fragaria vesca L*.) | Lapai; | Vartojami arbatoms nuo kosulio ir aukštos temperatūros. |  |

**3 priedas. Receptūros virškinamojo trakto ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Paprastasis ąžuolas (*Quercus robur L*.) | Žievė, sudžiūvusios šakos;  | Respondentė (70 m.) prisimena, kaip jos mama išvirdavo ąžuolo žievės arbatą ir ataušus jai duodavo gerti nuo viduriavimo. Respondentė (72 m.) ąžuolo žievės arbata gydosi skrandžio skausmus bei dvylikapirštės žarnos žaizdas. |  |
| Kvapusis bazilikas (*Ocimum basilicum L*.) | Žolė; | Naudojamas kaip prieskonis maiste arba iš žolės ruošiama arbata, gerinanti virškinimą. |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Pumpurai; |  | Respondentė (72 m.) vieną stiklinę beržo pumpurų užpila vienu litru degtinės ir vartoja po arbatinį šaukštelį nuo skrandžio skausmų ir opų. |
| Vaistinė gelsvė (*Levisticum officinale L*.) | Žolė; | Naudojama kaip prieskonis maiste, gerinantis virškinimą. |  |
| Plačialapis gyslotis (*Plantago major L*.) | Lapai, sultys;  | Iš lapų ruošiamos arbatos nuo skrandžio skausmų, žarnyno sutrikimų, viduriavimo. Respondentai teigė, kad ši priemonė taip pat skatina skrandžio sulčių išsiskyrimą, gerina virškinimą. Respondentė (69 m.) spaudžia gysločio lapų sultis ir vartoja jas nuo žarnyno uždegimo bei skrandžio skausmų.  |  |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perofratum L*.) | Žolė; | Ruošiamos arbatos, gerinančios virškinimą, slopinančios skrandžio uždegimus. | Respondentė (53 m.) užpila jonažolės žolę degtine, palaiko porą savaičių ir geria po 50 gramų iš ryto ant tuščio skrandžio nuo skrandžio opų. |

**3 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Vaistinė taukė (*Symphytum officinale L*.)Liaud. kaštavolas | Šaknys; | Respondentas (50 m.) džiovintą šaknį kramto nuo skrandžio sutrikimų. |  |
| Paprastoji kraujažolė (*Achillea millefolium L*.) | Žolė; | Ruošiama arbata virškinimui gerinti. |  |
| Kartusis kietis (*Artemisia absinthium L*.)Liaud. pelynas, pelūnas | Žolė; | Ruošiamos kiečio žolės arbatos nuo viduriavimo, skrandžio skausmų, kaip priemonė žarnyno veiklai, apetitui gerinti. |  |
| Paprastasis kmynas (*Carum carvi L*.) | Žolė, sėklos; | Ruošiama kmynų žolės ir sėklų arbata nuo žarnyno spazmų ir skausmų, viduriavimo ir pilvo pūtimo, kaip virškinamojo trakto veiklą gerinanti priemonė.  |  |
| Paprastoji kriaušė (*Pyrus communis L*.) | Vaisiai; | Respondentė (72 m.) savo vaikams duodavo džiovintų kriaušių nuvirtą sirupą nuo viduriavimo. |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Ruošiamos arbatos nuo virškinamojo trakto uždegimo. |  |
| Valgomoji morka (*Daucus sativus L*.) | Šakniavaisiai; | Respondentės (72 m., 60 m.) morkų nuovirą gerdavo nuo viduriavimo. |  |
| Mėlynė (*Vaccinium myrtillus L*.) | Uogos; | Ruošiama arbata nuo viduriavimo. |  |
| Pipirmėtė (*Mentha piperita L*.) | Žolė; | Respondentė (79 m.) mėtų žolės arbatą vartoja esant žarnyno skausmams. |  |
| Vaistinė ramunė (*Matricaria recutita L*.)liaud. ramunukai | Žiedai; | Ruošiama arbata nuo žarnyno skausmų ir spazmų, pilvo pūtimo ir uždegimo. Respondentė (70 m.) teigė, kad ramunėlių arbata „dezinfekuoja vidurius“. |  |
| Tankiažiedė rūgštynė (*Rumex confertus Willd*.) Liaud. arkliarūškis, arklio rūgštynės. | Lapai; | Ruošiama arbata nuo pilvo skausmų ir viduriavimo. |  |

**3 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Paprastasis šermukšnis (*Sorbus aucuparia L*.) | Uogos, žievė; | Iš uogų paruoštą arbatą respondentai (79 m., 79 m., 52 m., 60 m.) vartoja nuo vidurių užkietėjimo. Respondentė (60 m.) teigė, kad vidurius laisvina ir šviežios uogos. Šermukšnio žievės arbatą respondentai naudoja nuo skrandžio žaizdų. |  |
| Dygliuotasis šaltalankis (*Hippophae rhamnoides L*.) | Uogos; | Vartojamas iš uogų ruošiamas aliejus ir sultys nuo skrandžio žaizdų. |  |
| Paprastasis raudonėlis (*Oryganum vulgare L*.) | Žolė; | Ruošiama raudonėlio žolės arbata virškinimui gerinti. |  |
| Plaštakinis rabarbaras (*Rheum palmatum L*.) | Šaknys; | Ruošiama arbata, kaip vidurius laisvinanti priemonė. |  |
| Trilapis pupalaiškis (*Menyanthes trifoliata L*.) | Žolė; | Respondentė (60 m.) gydymui naudoja tik prie ežero augantį pupalaiškį. Iš jo žolės verdama arbata nuo skrandžio skausmų ir kaip profilaktinė virškinimą gerinanti priemonė. |  |
| Sėjamasis linas (*Linum usitatissimum L*.) | Sėklos; | Respondentė (69 m.) linų sėmenis naudoja „viduriams tvarkyti“, nuo skrandžio sutrikimų. Plikoma arbata arba valgomi patys sėmenys. |  |
| Paprastoji trūkažolė (*Cichorium intybus L*.) | Šaknys, žolė; | Respondentė (72 m.) vartoja trūkažolės nuovirą skrandžio negalavimams gydyti. |  |
| Vaivoras (*Vaccinium uliginosum L*.)Liaud. girtuoklė | Lapai; | Respondentė (72 m.) ruošia vaivoro nuovirą ir naudoja kaip vidurius laisvinančią priemonę. |  |

**4 priedas. Receptūros reumatinėms ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Amerikinė agava (*Agave americana L*.) | Lapai; |  | Respondentė (90 m.) naudoja agavos užpiltinę su degtine skaudamiems sąnariams trinti. |
| Baltažiedis barkūnas (*Melilotus alba Medik*.) | Žolė; | Respondentė (72 m.) ruošia arbatą nuo sąnarių skausmo. |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Lapai, pumpurai; | Respondentė (69 m.) beržo lapų arbatą vartoja nuo sąnarių skausmų. Respondentė (26 m.) beržo lapų vanta muša skaudamus sąnarius. | Respondentė (67 m.) beržo pumpurus užpylusi degtine naudoja trynimams nuo skausmo. |
| Valgomoji bulvė (*Solanum tuberosum L*.)Liaud. bulvių žielkai. | Ūgliai; |  | Respondentės (36 m., 56 m., 72 m., 90 m.) bulvių ūglių užpiltinę su degtine naudoja skaudamiems sąnariams trinti. |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum L*.) | Svogūnai; |  | Respondentės (70 m., 42 m., 38 m.) česnako skilteles užpylusios degtine, naudoja skaudamiems sąnariams trinti. |
| Plačialapis gyslotis (*Plantago major L*.) | Lapai; | Respondentės (52 m., 37 m.) ant skaudamų kojų kaip kompresus deda gysločio lapus.  |  |
| Paprastoji ieva (*Padus avium Mill*.) | Žiedai; |  | Respondentė (90 m.) ievos žiedų užpiltinę su degtine naudoja sąnariams trinti. |
| Kvapioji pelargonija (*Pelargonium odoratissimum L*.)Liaud. jeronimas. | Lapai; | Respondentė (60 m.) pelargonijos lapus uždeda kaip kompresą ant skaudamų kojų ir užvynioja vilnone kojine. |  |

**4 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Vaistinė taukė (*Symphytum officinale L*.)Liaud. kaštavolas. | Šaknys; |  | Respondentė (79 m.) gamina taukės šaknies užpiltinę su degtine, kuria įtrina skaudamus sąnarius. Taip pat, ji pasigamina ir taukės šaknų tepalą: šaknis išverda iki košelės, įmaišo į kiaulių riebalus ir po du šaukštus įtrina skaudamas vietas. Respondentė pabrėžia, kad taukai turi būti imami nuo kiaulės vidurių. Respondentė (70 m.) taukės užpiltinę su degtine naudoja skaudamiems raumenims, sąnariams tepti, nuo neramių kojų sindromo. Ji taukės šaknis brinkina degtinėje apie vieną mėnesį. Tepa kas penkias dienas ir esant skausmams. Respondentai (72 m., 79 m.) taukės užpiltine su degtine tepa lūžusius kaulus, kad jie greičiau gytų.  |
| Paprastasis kaštonas (*Aesculus hippocastanum L*.) | Vaisiai, žiedai; |  | Respondentė (60 m.) 50 kaštono vaisių smulkiai suskaldo, užpila litru degtinės ir laiko 14 dienų. Šia užpiltine ji trina skaudamas vietas, dažniausiai kojas. Kaštono žiedų užpiltinę su degtine, respondentai naudoja kompresams ant skaudamų vietų. |

**4 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Kvapioji kalizija (*Callisia fragrans L*.)Liaud. auksinis ūsas, aukso ūsas. | Lapai; |  | Yra skirtingų nuomonių, kiek turi būti kalizijos narelių, kad ji būtų tinkama gydymui. Respondentė (79 m.) teigia, kad būtini septyni nareliai, o respondentė (60 m.) teigia, kad turi būti 10 narelių, tik tada augalas turi gydomųjų savybių. Ši užpiltinė su degtine naudojama trinti skaudamus sąnarius, raumenis, padeda esant neramių kojų sindromui. |
| Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale F. H. Wiggs. s. l*.) | Žiedai; |  | Naudojami degtine užpilti žiedai skaudamiems sąnariams įtrinti. Respondentė (72 m.) šiam tikslui naudoja žiedų užpiltinę su actu.  |
| Raudonžiedė kalankė (*Kalanchoe blossfeldiana Poelln*.)Liaud. paleistuvė. | Lapai; |  | Respondentai (47 m., 50 m.) naudoja kalankės kompresus su degtine nuo sausgyslių patempimo. |
| Valgomasis krienas (*Armoracia rusticana L*.) | Šaknys; | Respondentės (79 m., 60 m.) tarkuotų šaknų kompresus naudoja nuo radikulitinių skausmų. |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentė (70 m.) medetkų arbatą vartoja nuo kojų skausmo. | Respondentė (79 m.) ruošia tepalą su medetkų žiedais nuo skausmo ir uždegimo. Šis tepalas gaminamas medetkų nuovirą sumaišius su kiaulių taukais, kurie būtinai turi būti imamai nuo kiaulės vidurių. |
| Naminė slyva (*Prunus domestica L*.) | Vaisiai; | Respondentė (72 m.) vartoja džiovintas slyvas kaip profilaktinę priemonę, stiprinančią kaulus, esant kaulų išretėjimui. |  |
| Paprastasis jūrsvogūnis (*Urginea maritima (L.) Baker*)Liaud. jūros svogūnas. | Lapai; | Respondentė (60 m.) teigia, kad galima trinti skaudamas vietas ir su pačiu augalo lapu. | Naudojama augalo trauktinė su degtine. Ja respondentai trina skaudamas kojas ir sąnarius. |

**4 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sėjamasis linas (*Linum usitatissimum L*.) | Žolė, pluoštas; | Respondentė (72 m.) pasakojo, kad ankščiau linais aprišdavo kaklą nuo skausmo. Respondentė (79 m.) pasakojo, kad ankščiau kai išsinarindavai ranką, reikėdavo ją apvynioti lininiu siūlu, ant kurio būdavo priraišiota daug mazgelių ir skausmas praeidavęs. |  |
| Paprastoji trūkažolė (*Cichorium intybus L*.) | Šaknys; |  | Respondentė (72 m.) naudoja trūkažolės šaknį, užpiltą degtine. Tokia trauktine ji trina skaudamus sąnarius. |
| Baltoji tuopa (*Populus alba L*.)Liaud. topolis. | Pumpurai; |  | Respondentas (79 m.) tuopos pumpurus užmerkia su degtine ir naudoja sąnariams trinti. |
| Didžioji varnalėša (*Arctium lappa L*.) | Lapai; | Respondentai (79 m., 79 m., 52 m.) naudoja šviežių varnalėšos lapų kompresus. Jais apriša skaudamas vietas. | Respondentė (70 m.) nuo sąnarių skausmo naudoja varnalėšos lapų kompresus su medumi: lapą patepa medumi ir uždeda ant skaudamos vietos. Respondentė (59 m.) taip pat naudoja varnalėšos lapų kompresus, tačiau ji lapus tepa medumi ir degtine. |
| Pelkinė vingiorykštė (*Filipendula ulmaria (L.) Maxim*.) | Žolė; |  | Respondentė (70 m.) naudoja vingiorykštės užpiltinę su degtine. Ja trinami skaudami sąnariai.  |

**5 priedas. Receptūros nervų sistemos ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Paprastasis apynys (*Humulus lupulus L*.) | Spurgai; | Respondentė (60 m.) apynių spurgų deda į pagalves nervams raminti. |  |
| Paprastasis bijūnas (*Paeonia peregerina Mill*.) | Žiedai; | Respondentė (70 m.) pasakojo, kad ankščiau balto bijūno žiedų arbatą duodavo vaikams gerti nuo išgąsčio. Respondentės (72 m., 60 m.) prisimena, kad balto bijūno žiedų nuovire maudydavo vaikus nuo priepuolių miego metu. |  |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Iš žolės ruošiama arbata vartojama nuotaikai gerinti, jaučiant pirmuosius depresijos požymius, kaip raminanti arbata prieš miegą. |  |
| Vaistinis isopas (*Hyssopus officinalis L*.)Liaud. juozažolė.  | Žolė; | Respondentė (67 m.) vaistinio isopo žolės arbatą vartoja jaučiant nerimą. |  |
| Vaistinė melisa (*Melissa officinalis L*.) | Žolė; | Ruošiama arbata kaip raminanti priemonė, skatinanti greičiau užmigti. |  |
| Pipirmėtė (*Mentha piperita L*.) | Lapai; | Ruošiama pipirmėtės lapų arbata kaip raminanti priemonė. |  |
| Paprastoji sukatžolė (*Leonurus cardiaca L*.) | Žolė; | Respondentė (60 m.) ruošia arbatą, kurią vartoja kaip nervus raminančią priemonę. |  |
| Daržinė pupelė (*Phaseolus vulgaris L*.) | Ankštys; | Respondentė (70 m.) prisimena, kaip pupelių nuovire maudydavo vaikus, kai jie būdavo neramūs. |  |
| Alpinė rasakila (*Alchemilla glabra Neygenf*.) | Žolė; | Respondentė (60 m.) ruošia arbatą, kaip migdančią, įtampą mažinančią ir nervus raminančią priemonę. |  |
| Paprastoji trūkažolė (*Cichorium intybus L*.) | Šaknys; | Respondentė (72 m.) ruošia šaknies nuovirą ir vartoja kaip raminančią priemonę. |  |

**6 priedas. Receptūros skausmo ir uždegimo malšinimui**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Plačialapis gyslotis (*Plantago major L*.) | Lapai; | Respondentai ruošia lapų arbatą, kaip uždegimą slopinančią priemonę. |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Pumpurai; |  | Respondentė (67 m.) beržo pumpurus, užpylusi degtine, naudoja trynimams nuo skausmo. |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum L*.) | Svogūnai; | Respondentai (79 m., 52 m.) prisimena, kaip ankščiau trintą česnako skiltelę užsidėdavo ant skaudamo danties. |  |
| Kvapioji pelargonija (*Pelargonium odoratissimum L*.) Liaud. jeronimas, sibiro rožė. | Lapai; | Respondentė (60 m.) pelargonijos lapus naudoja nuo galvos skausmo: užsideda lapus ant smilkinių ir apriša. |  |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Respondentai ruošia arbatą uždegiminiams procesams malšinti, esant galvos skausmui. |  |
| Šilinis viržis (*Calluna vulgaris (L.) Hull.*) | Žolė; | Respondentai viržių žolės arbatą vartoja nuo skausmo. |  |
| Gūžinis kopūstas (*Brassica oleracea convar. Capitata*) | Lapai; | Respondentė (60 m.) virintus kopūsto lapus deda ant galvos nuo galvos skausmo. |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Nuo virškinamojo trakto, šlapimo pūslės, inkstų uždegimo vartojama žiedų arbata. | Respondentė (90 m.) medetkų žiedus mišinyje su aviečių lapais naudoja nuo plaučių uždegimo. Respondentė (79 m.) ruošia medetkų žiedų tepalą, sumaišiusi medetkų žiedus su kiaulių taukais, kurie imami nuo kiaulių vidurių. |
| Paprastasis raudonėlis (*Origanum vulgare L*.) | Žolė; | Respondentė (53 m.) naudoja raudonėlio žolės arbatą kaip priemonę nuo uždegimo. |  |

**6 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sėjamasis linas (*Linum usitatissimum L*.)  | Žolė, pluoštas; | Respondentė (72 m.) prisimena, kaip linais aprišdavo kaklą nuo skausmo, o respondentė (79 m.) prisimena, kad ankščiau, išsinarinus ranką, skaudamą vietą apvyniodavo lininiu siūlu, ant kurio būdavo priraišiota daug mazgelių. |  |
| Didžioji varnalėša (*Arctium lappa L*.) | Lapai; | Iš lapų ruošiama arbata nuo uždegimo. Taip pat, žali varnalėšų lapai yra dedami kaip kompresai nuo skausmo. |  |

**7 priedas. Receptūros žaizdoms, traumoms ir įkandimams gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Tikrasis alavijas (*Aloe vera L*.)Liaud. alijošius | Lapai; | Respondentė (60 m.) šviežio alavijo lapų sultimis tepa nedideles žaizdas. | Respondentai (79 m., 52 m.) alavijo lapus, užpiltus degtine, naudoja žaizdoms tepti, kad jos greičiau gytų. |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Mediena; | Respondentė (60 m.) beržo pelenus naudoja nuo parodontito ir žaizdelių burnos ertmėje. |  |
| Plačialapis gyslotis (*Plantago major L*.) | Lapai; | Respondentai šviežius gysločio lapus naudoja kaip žaizdas dezinfekuojančią ir nedidelį kraujavimą stabdančią priemonę. |  |
| Baltasis gluosnis (*Salix alba L*.)Liaud. balzamonas. | Pumpurai; |  | Respondentai (79 m., 52 m.) gluosnio pumpurus, užpiltus degtine, naudoja kaip žaizdų gijimą skatinančią priemonę ir kaip natūralų jodo šaltinį. |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Šviežia žolė naudojama kaip kraujavimą slopinanti priemonė. | Respondentė (79 m.) ruošia priemonę nuo sumušimų: jonažolių žiedus stiklainyje užpila alyvuogių aliejumi, uždengia marle ir laiko mėnesį; po mėnesio ji prideda dar šviežių žiedų ir pripila dar aliejaus; šį procesą pakartojus dar du mėnesius, žiedai nukošiami ir gautu skysčiu tepami sumušimai. |
| Kvapioji kalizija (*Callisia fragrans L*.)Liaud. auksinis ūsas, aukso ūsas. | Lapai; |  | Respondentė (79 m.) naudoja lapų trauktinę su degtine, kuria tepa nedideles žaizdeles, kad jos greičiau gytų. |
| Paprastoji kraujažolė (*Achillea millefolium L*.) | Žolė; | Respondentai šviežius kraujažolės lapus deda ant žaizdų tam, kad stabdytų kraujavimą ir „valytų kraują“. |  |

**7 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Gūžinis kopūstas (*Brassica oleracea convar. Capitata*) | Lapai; | Respondentė (70 m.) išvirtus kopūsto lapus deda ant vabzdžių įkandimų vietų ir patinimų. |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentai medetkų žiedų arbatas naudoja skalavimams, esant kraujuojančioms dantenoms, žaizdoms plauti. |  |
| Valgomoji morka (*Daucus sativus L*.) | Šakniavaisiai; | Respondentė (69 m.) ruošia žalių tarkuotų morkų kompresus, nuo nudegimo karštais skysčiais.  |  |
| Paprastoji nendrė (*Phragmites australis (Cav.) Trin. ex Steud*.) | Žiedynai; | Respondentės (42 m., 38 m., 79 m.) nendrės pūkelius deda ant nudegimų ir užvynioja skarele, kad greičiau gytų. |  |
| Vaistinė ramunė (*Matricaria recutita L*.)Liaud. ramunėlis, ramunukai. | Žiedai; | Respondentai naudoja ramunėlių žiedus skalavimams, esant stomatitui, dantų ar gerklės skausmui. |  |
| Paprastasis šermukšnis (*Sorbus aucuparia L*.) | Žievė; | Respondentė (76 m.) naudoja vidurinio brazdo nuovirą tam, kad greičiau išsivalytų žaizdos. Respondentai naudoja šermukšnio žievės nuovirą žaizdoms plauti. |  |
| Dygliuotasis šaltalankis (*Hippophae rhamnoides L*.) | Uogos; | Respondentė (70 m.) naudoja šaltalankio aliejų žaizdoms tepti, kaip kompresus, skatinančius žaizdų gijimą |  |
| Paprastoji trūkažolė (*Cichorium intybus L*.) | Šaknys; |  | Respondentė (26 m.) naudoja šaknies trauktinę su degtine žaizdoms tepti, kad jos greičiau gytų. |

**8 priedas. Receptūros širdies ir kraujagyslių ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Juodavaisė aronija (*Aronia melanocarpa (Michx.) Elliott*) | Uogos; | Respondentė (70 m.) naudoja šviežias aronijos uogas kaip kraujagysles stiprinančią bei kraują tirštinančią priemonę. |  |
| Paprastoji avietė (*Rubus idaeus L*.) | Lapai; | Respondentės (69 m., 79 m.) aviečių lapų arbatą vartoja vietoj aspirino, kaip kraują skystinančią priemonę.  |  |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum L*.) | Svogūnai; | Respondentė (70 m.) naudoja šviežias česnako skilteles kraujagyslėms stiprinti ir mažinti cholesterolio kiekį kraujyje. Respondentė (72 m.) šviežias česnako skilteles vartoja kaip kraują skystinančią priemonę. | Respondentė (57 m.) česnakų trauktinę su degtine geria po valgomąjį šaukštą kasdien nuo padidėjusio kraujo spaudimo. Respondentė (59 m.) ruošia tokią priemonę: vieno česnako galvutę užpila litru degtinės ir palaiko 10 dienų; geria ryte ant tuščio skrandžio po valgomąjį šaukštą, kaip priemonę „kraujagyslėms valyti“, mažinti cholesterolio kiekį kraujyje. |
| Raudonasis dobilas (*Trifolium pratense L*.) | Žiedai; | Respondentė (70 m.) vartoja raudonųjų dobilų žiedų arbatą širdies darbui gerinti bei ritmui reguliuoti. |  |
| Vienapiestė gudobelė (*Crataegus monogyna Jacq*.) | Vaisiai, žiedai; | Respondentė (79 m.) naudoja gudobelės vaisių ir žiedų arbatą kaip širdies darbą gerinančią priemonę. Respondentė (60 m.) gudobelės vaisių ir lapų arbatą naudoja širdies ritmui reguliuoti, esant širdies permušimams. | Respondentė (79 m.) ruošia vaisių ir žiedų užpiltinę su degtine. |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Respondentai vartoja jonažolės žolės arbatas kraujospūdžiui mažinti. |  |

**8 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Paprastasis krapas (*Anethum graveolens L*.) | Sėklos; | Respondentai dažniausiai naudoja krapų sėklų arbatą kaip priemonę nuo padidėjusio kraujospūdžio. |  |
| Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale L*.) | Lapai; | Respondentė (60 m.) ruošia kiaulpienės lapų arbatą, kaip kraują skystinančią priemonę. |  |
| Libaninis kedras (*Cedrus libani A. Rich*.) | Sėklos; |  | Respondentės (36 m., 56 m.) ruošia kedro riešutų trauktines su degtine. Dažniausiai geriama ryte po valgomąjį šauktą nuo padidėjusio cholesterolio kiekio kraujyje. |
| Paprastasis kadagys (*Juniperus communis L*.)Liaud. ėglis. | Uogos, šaknys; |  | Respondentės (79 m., 70 m.) naudoja kadagio uogų trauktinę su degtine nuo širdies skausmų, padidėjusio cholesterolio kiekio kraujyje, kaip kraują skystinančią priemonę. Respondentė (72 m.) naudoja kadagio šaknų trauktinę nuo padidėjusio cholesterolio kiekio kraujyje. |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentė (60 m.) medetkų žiedų arbatą vartoja nuo padidėjusio kraujo spaudimo. Ji pasakoja jaučianti, kaip medetkos jai tirština kraują ir apsunkinanti visą kūną. |  |
| Paprastoji spanguolė (*Oxycoccus palustris Pers*.) | Lapai; | Respondentės (79 m., 70 m.) spanguolių lapų arbatą vartoja nuo padidėjusio kraujo spaudimo.  |  |
| Rugiagėlė (*Centaurea cyanus L*.) | Žiedai; | Respondentė (67 m.) rugiagėlės žiedų arbatą naudoja kaip širdies darbą gerinančią priemonę. |  |

**8 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Paprastoji sukatžolė (*Leonurus cardiaca L.*) | Žolė; | Respondentė (60 m.) žolės arbatą naudoja kaip priemonę padidėjusiam kraujospūdžiui mažinti. |  |
| Paprastasis putinas (*Viburnum opulus L*.) | Uogos; |  | Respondentas (79 m.) putino uogas, užpiltas degtine, naudoja kaip širdies darbą gerinančią priemonę. |
| Alpinė rasakila (*Alchemilla glabra Neygenf*.)Liaud. raselė. | Žolė; | Respondentė (60 m.) ruošia arbatą, kaip padidėjusį kraujospūdį mažinančią priemonę. |  |
| Vaistinis valerijonas (*Valeriana officinalis L*.) | Šaknys; |  | Respondentė (72 m.) vartoja valerijono šaknų užpiltinę su degtine kaip širdies ritmą reguliuojančią priemonę.  |
| Mažoji žiemė (*Vinca minor L*.)Liaud. barvynka | Žolė; | Respondentė (79 m.) vartoja kaip padidėjusį kraujospūdį mažinančią priemonę. |  |

**9 priedas. Receptūros inkstų ir šlapimo takų ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Daržinė aguona (*Papaver somniferum L*.) | Sėklos; |  | Respondentė (79 m.) aguonų galvutes, virintas su karvės pienu, naudoja nuo inkstų akmenligės ir šlapimo pūslės uždegimo. |
| Dirvinis asiūklis (*Equisetum arvense L*.) | Žolė; | Respondentai vartoja džiovintos žolės arbatą nuo šlapimtakių uždegimo. |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Lapai, pumpurai; | Vartojami išsprogstantys lipnūs lapeliai kaip šlapimą varanti priemonė. | Beržo lapeliai mišinyje su bruknių lapais vartojami, esant šlapimo pūslės uždegimui. |
| Bruknė (*Vaccinum vitis-idea L*.) | Lapai; | Ruošiama lapų arbata, kaip priemonė nuo šlapimo pūslės uždegimo. |  |
| Vaistinis čiobrelis (*Thymus vulgaris L*.)Liaud. čiobrukai. | Žolė; | Respondentė (60 m.) vartoja čiobrelių arbatą, kaip šlapimą varančią priemonę. |  |
| Paprastasis krapas (*Anethum graveolens L*.) | Žolė; | Respondentė (79 m.) naudoja krapų nuovirą nuo šlapimo pūslės uždegimo. |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentai vartoja medetkų žiedų arbatas nuo šlapimo pūslės, inkstų uždegimo, apsiprausimams, esant skausmingam šlapinimuisi. |  |
| Rūgtis takažolė (*Polyganum aviculare L*.) | Žolė, šaknys; | Vartojama nuo šlapimo pūslės uždegimo, akmenų susidarymo, smėlio valymui iš šlapimtakių. |  |
| Smėlyninis šlamutis (*Helichrysum arenarium (L.) Moench*) Liaud. sausukai | Žiedai; | Respondentė (72 m.) vartoja šlamučio žiedų arbatą nuo šlapimo pūslės uždegimo. |  |

**9 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Sėjamoji petražolė (*Petroselinum sativum Hoffm*.) | Žolė; | Vartojamas nuoviras nuo šlapimo pūslės uždegimo, inkstų veiklai gerinti. |  |
| Alpinė rasakila (*Alchemilla glabra Neygenf*.) | Žolė; | Respondentė (60 m.) naudoja rasakilos arbatą, kaip šlapimą varančią priemonę. |  |
| Didžioji ugniažolė (*Chelidonium majus L*.) | Žolė; | Respondentė (60 m.) vartoja ugniažolės žolės arbatą nuo šlapimo pūslės uždegimo, kaip šlapimą varančią priemonę. |  |

**10 priedas. Receptūros imuniteto stiprinimui**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |  |
| Tikrasis alavijas (*Aloe vera L*.) | Lapai; |  | Respondentė (67 m.) ruošia priemonę, papildančią vitaminų stoką pavasarį: iškošia alavijo lapų žieveles, sultis sumaišo lygiomis dalimis su medumi ir degtine, laiko tamsioje vietoje ir vartoja po valgomąjį šaukštą rytais. |
| Kalninė arnika (*Arnica montana L*.) | Žiedai; | Respondentė (79 m.) naudoja žiedų arbatą imunitetui stiprinti šaltuoju metų laiku. |  |
| Juodavaisė aronija (*Aronia melanocarpa L*.) | Uogos; | Respondentė (70 m.) uogas naudoja kaip vitamino C šaltinį. |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Lapai, pumpurai; | Respondentai vartoja neseniai išsprogusius lipnius lapukus arba pumpurus kaip imunitetą stiprinančią priemonę.  | Ruošiamos beržo pumpurų užpiltinė su degtine imunitetui stiprinti. |
| Vaistinis čiobrelis (*Thymus vulgaris L*.) | Žolė; | Vartojama kaip organizmą stiprinanti priemonė, sergant peršalimo ligomis. |  |
| Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica L*.) | Lapai; | Respondentė (79 m.) pataria dilgėlės neperauginti ir iškart pavasarį ją rinkti, sumalti ir spausti sultis, kurios stiprina organizmą ir papildo jį vitaminais. Respondentės (70 m., 60 m.) iš dilgėlės verda sriubą ir taip pat naudoja kaip vitaminų šaltinį.  |  |
| Rausvažiedė ežiuolė (*Echinacea purpurea L*.) | Žiedynai; | Respondentai naudoja ežiuolės žiedynus ir ruošia iš jų arbatą. |  |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Ruošiama žolės arbata, kaip imunitetą stiprinanti priemonė. |  |

**10 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Raudonasis serbentas (*Ribes rubrum L*.) | Uogos; | Respondentė (60 m.) šviežias arba šaldytas uogas naudoja kaip gausų vitamino C šaltinį. |  |  |
| Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale F. H. Wiggs. s. l.*) | Žiedai; | Iš žiedų ruošiamos arbatos ir vartojamos kaip vitaminų šaltinis. | Respondentė (67 m.) žiedus, užpylusi degtine, naudoja organizmo valymui nuo kenksmingų medžiagų. |
| Valgomasis krienas (*Armoracia rusticana L.*) | Šaknys; | Respondentė (70 m.) prisimena, kaip vaikystėje tėvai duodavo valgyti tarkuotų krienų, kaip vitaminų šaltinį. |  |
| Mažalapė liepa (*Tilia cordata L*.) | Žiedai; |  | Respondentė (62 m.) liepų žiedus su medumi naudoja organizmo valymui. |
| Paprastasis moliūgas (*Cucurbita pepo L*.) | Vaisiai, sėklos; | Respondentė (60 m.) moliūgo sėklas ir šviežią moliūgą naudoja organizmo valymui, medžiagų apykaitai pagreitinti. |  |
| Tankiažiedė rūgštynė (*Rumex confertus Willd*.) | Lapai; | Respondentė (70 m.) iš rūgštynių verda sriubą, vartoja kaip vitaminų šaltinį. |  |
| Paprastoji pušis (*Pinus sylvestris L*.) | Pumpurai; | Respondentė (70 m.) naudoja pušų pumpurų arbatą imunitetui stiprinti. |  |
| Paprastasis putinas (*Viburnum opulus L*.) | Uogos; | Respondentė (70 m.) naudoja putino uogas imunitetui stiprinti. |  |
| Paprastoji žemuogė (*Fragaria vesca L*.) | Lapai, uogos, šaknys; | Respondentė (72 m.) naudoja laukinių žemuogių lapus ir uogas imunitetui stiprinti, kaip geležies šaltinį. Respondentė (60 m.) imunitetui stiprinti naudoja žemuogių šaknis. |  |

**11 priedas. Receptūros odos ligoms gydyti**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |  |  |  |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Lapai, pumpurai; | Respondentė (48 m.) lipnius beržų lapukus naudoja nuo odos ligų. |  |  |  |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentė (60 m.) naudoja žiedų nuovirus nuo spuogų.  |  |  |  |  |
| Valgomasis svogūnas (*Allium cepa L*.) | Svogūnai; | Respondentės (38 m., 79 m.) keptą svogūną deda ant vočių, pūlinių, kad greičiau prasimuštų ir išeitų pūliai. |  |  |  |  |
| Sėjamasis linas (*Linum usitatissimum L*.) | Sėklos; | Respondentai gamina linų sėmenų pagalves ir naudoja nuo pragulų, esant neįgaliems šeimos nariams. |  |  |  |  |
| Vaistinis pataisas (*Lycopodium clavatum L*.) | Sporos; | Sporomis barstydavo vaikų užpakaliukus, nuo iššutimų. |  |  |  |  |
| Paprastasis tabakas (*Nicotiana tabacum L*.) | Lapai; |  | Respondentai (79 m., 52 m.) tabako lapus, pateptus medumi, deda ant voties, kad ištrauktų pūlius. |  |  |  |
| Didžioji ugniažolė (*Chelidonium majus L*.) | Lapai; | Respondentai naudoja sultis karpoms gydyti, ruošia voneles nuo bėrimų ir odos ligų. |  |  |  |  |

**12 priedas. Receptūros ginekologinėms ligoms gydyti**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |  |  |  |  |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula L*.) | Lapai, pumpurai; |  | Respondentė (60 m.) naudoja neseniai išsprogusius, lipnius beržo lapelius kartu su bruknių lapeliais apsiprausimams nuo moteriškų ligų. |  |  |  |
| Paprastasis bijūnas (*Paeonia peregrina Mill*.) | Žiedai; | Respondentė (69 m.) naudoja baltojo bijūno žiedų nuovirą apsiprausimams nuo moteriškų ligų. |  |  |  |  |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Respondentė (26 m.) naudoja jonažolių arbatą, esant skausmingoms mėnesinėms ir gausiam kraujavimui. |  |  |  |  |
| Gūžinis kopūstas (*Brassica oleracea convar. Capitata*) | Lapai; | Respondentė (70 m.) prisimena, kaip ankščiau maitinančios motinos išvirtus kopūsto lapus dėdavo ant krūtų tam, kad sumažintų tempimo jausmą, patinimą ir skausmus. |  |  |  |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentės naudoja medetkų žiedų nuovirus apsiprausimams nuo moteriškų ligų. Respondentė (60 m.) vartoja medetkų žiedų arbatą, kaip profilaktikos priemonę nuo krūtų ir gimdos kaklelio vėžio. |  |  |  |  |
| Dvimetė nakviša (*Oenothera biennis L*.) | Lapai; | Respondentė (63 m.) naudojo nakvišų lapų arbatą, siekiant sumažinti menopauzės simptomus. |  |  |  |  |
| Alpinė rasakila (*Alchemilla glabra L*.)Liaud. raselė. | Žolė; | Respondentė (60 m.) pasakojo rasakilos žolės arbatą naudojusi nuo stiprių mėnesinių skausmų. Ji rasakilą vadina “moterų žole”. |  |  |  |  |

**13 priedas. Receptūros periferinės kraujotakos ligoms gydyti**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |  |  |  |  |
| Juodavaisė aronija (*Aronia melanocarpa (Michx.) Elliott*) | Uogos; | Uogos vartojamos stiprinti kraujagysles. |  |  |  |  |
| Valgomoji bulvė (*Solanum tuberosum L*.) | Šakniagumbiai; | Respondentė (79 m.) virtų bulvių garais gydėsi nuo hemorojaus: ant puodo, kuriame virė bulvės uždėjo tarką, kuria tarkuoja gyvuliams, patiesė marlę ir sėdėjo virš garų.  |  |  |  |  |
| Raudonasis burokėlis (*Beta vulgaris L*.) | Šakniavaisiai; | Respondentė (60 m.) burokėlių sultis naudoja kraujagyslėms stiprinti ir nuo mažakraujystės. |  |  |  |  |
| Raudonasis dobilas (*Trifolium pratense L*.) | Žiedynai; | Arbatomis vartojamas nuo sklerozės ir smegenų kraujotakos sutrikimų. | Respondentė (79 m.) naudoja raudonųjų dobilų nuovirą kartu su medetkų žiedais. |  |  |  |
| Paprastoji jonažolė (*Hypericum perforatum L*.) | Žolė; | Respondentės (52 m., 37 m.) naudoja arbatomis kraujotakai pagerinti. |  |  |  |  |
| Paprastasis kaštonas (*Aesculus hippocastanum L*.) | Vaisiai; |  | Respondentė (79 m.) vartoja kaštono vaisių užpiltinę su degtine po 20 lašų kiekvieną rytą nuo išsiplėtusių venų. Respondentės (52 m., 27 m., 67 m.) šia užpiltine trina skaudamas išsiplėtusias venas bei daro kompresus kojoms. Respondentė (60 m.) pateikė tokį užpiltinės gamybos būdą: 50 kaštono vaisių smulkiai suskaldyti ir užpilti litru degtinės, tuomet palaikyti 14 dienų ir šia trauktine trinti skaudamas venas. |  |  |  |

**13 priedas (tęsinys)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Paprastoji žemuogė (*Fragaria vesca L*.) | Šaknys, lapai; | Respondentai vartoja žemuogės lapų ir šaknų arbatą nuo galvos svaigimo ir mažakraujystės. |  |  |  |  |  |

**14 priedas. Receptūros kepenų ir tulžies pūslės ligoms gydyti**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Augalas** | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |  |  |  |  |
| Paprastasis ąžuolas (*Quercus robur L*.) | Sėklos; | Respondentė (72 m.) vartoja ąžuolo gilių kavą kaip priemonę, gerinančią kepenų veiklą ir apsaugančią nuo kepenų ligų. |  |  |  |  |
| Kalninė arnika (*Arnica Montana L*.) | Žiedai; | Respondentė (79 m.) naudoja žiedų arbatą kepenų veiklai gerinti. |  |  |  |  |
| Dirvinis asiūklis (*Equisetum arvense L*.) | Žolė; | Ruošiamos arbatos nuo tulžies pūslės sutrikimų. |  |  |  |  |
| Paprastoji kraujažolė (*Achillea millefolium L*.) | Žolė; | Ruošiama arbata, gerinanti kepenų veiklą. |  |  |  |  |
| Rūgtis takažolė (*Polyganum aviculare L*.) | Žolė; | Vartojama arbata nuo tulžies pūslės sutrikimų, nuo tulžies akmenų susidarymo. Respondentė (47 m.) vartojo šią arbatą po tulžies pūslės operacijos. |  |  |  |  |
| Ankstyvasis šalpusnis (*Tussilago farfara L*.) | Žolė; | Respondentė (69 m.) vartoja žolės arbatą nuo kepenų veiklos sutrikimų. |  |  |  |  |
| Smėlyninis šlamutis (*Helichrysum arenarium (L.) Moench*) | Žolė; | Respondentė (70 m.) vartoja šlamučio žolės arbatą kepenų veiklai gerinti, esant sutrikusiam virškinimui. |  |  |  |  |
| Paprastasis raugerškis (*Berberis vulgaris L*.) | Žievė; | Respondentė (60 m.) naudoja vidurinę žievę, iš kurios ruošia arbatas hepatito profilaktikai. |  |  |  |  |

**15 priedas. Receptūros endokrininės sistemos ligoms gydyti**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |  |  |  |  |
| Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale L*.) | Žiedai, stiebai;  | Respondentė (70 m.) vartoja žiedus ir stiebus arbatoms, mažinančioms cukraus kiekį kraujyje, sergant cukriniu diabetu. |  |  |  |  |
| Dėmėtoji mauda (*Conium maculatum L*.)Liaud. morkvojai, juoda mauda | Žolė; | Respondentė (72 m.) ruošia maudos arbatą arbatą nuo cukrinio diabeto. |  |  |  |  |
| Mėlynė (*Vaccinum myrtillus L*.) | Lapai, šakutės; | Respondentai naudojo lapus ir šakutes arbatoms, mažinančioms cukraus kiekį kraujyje, ruošti. |  |  |  |  |
| Japoninis svarainis (*Chaenomeles japonica (Thunb.) Lindl. Ex Spach*) | Šakelės; | Respondentė (79 m.) naudoja nukarpytas šakeles be lapų, iš kurių ruošia arbatą nuo cukraligės, kurią užpliko ryte, o geria tik vakare. |  |  |  |  |
| Daržinė pupelė (*Phaseolus vulgaris L*.) | Ankštys; | Respondentė (62 m.) naudoja ankščių nuovirą, kaip cukraus kiekį kraujyje mažinančią priemonę. |  |  |  |  |
| Alpinė rasakila (*Alchemilla glabra Neygenf*.)Liaud. raselė | Žolė; | Respondentės (70 m., 79 m.) naudoja arbatoms nuo cukrinio diabeto. |  |  |  |  |

**16 priedas. Receptūros onkologinėms ligoms gydyti**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Augalas**  | **Gydymui naudojama augalo dalis** | **Vienkomponentės receptūros** | **Daugiakomponentės receptūros** |
| Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica L*.) | Lapai; | Respondentė (60 m.) ruošia koncentruotą dilgėlių lapų arbatą vėžio profilaktikai. |  |
| Kvapioji kalisija (*Calisia fragrans L*.) Liaud. auksinis ūsas, aukso ūsas. | Lapai; | Respondentė (60 m.) ruošia labai silpną arbatą vėžio profilaktikai (užpliko vieną arba du lapelius). |  |
| Vaistinė medetka (*Calendula officinalis L*.) | Žiedai; | Respondentė (60 m.) vartoja medetkos žiedų arbatą krūtų vežio, gimdos kaklelio vėžio profilaktikai. |  |
| Dėmėtoji mauda (*Conium maculatum L*.)Liaud. morkvojai, juoda mauda | Žolė; | Respondentė (60 m.) ruošia žolės arbatą vėžio profilaktikai. |  |
| Paprastasis moliūgas (*Cucurbita pepo L*.) | Vaisiai, sėklos; | Respondentė (60 m.) savo vyrui duoda moliūgų sėklų ir žalio moliūgo minkštimo, kaip profilaktikos priemonę nuo prostatos vėžio. |  |
| Žąsinė sidabražolė (*Potentilla anserina L*.) | Žolė; |  | Respondentė (70 m.) naudoja žolės užpiltinę su degtine ir vėžio profilaktikai geria po 20 lašiukų kasdien. |
| Didžioji ugniažolė (*Chelidonium majus L*.) | Žolė; | Respondentė (79 m.) vartoja ugniažolę kaip vaistą nuo vėžio. Iš pradžių, arbatinį šaukštelį ji užpliko stikline vandens ir vėliau didina dozę. Geria prieš valgį, tarp chemoterapijų. | Respondentė (79 m.) vartoja ugniažolės užpilą su degtine nuo vėžio. |