LIETUVOS SVEIKATOS MOKSLŲ UNIVERSITETAS

MEDICINOS AKADEMIJA

FARMACIJOS FAKULTETAS

VAISTŲ TECHNOLOGIJOS IR SOCIALINĖS FARMACIJOS KATEDRA

**Inga Šimkutė**

**NATŪRALIŲJŲ VAISTINGŲJŲ MEDŽIAGŲ, NAUDOTŲ PLUNGĖS RAJONE 2009 – 2010 M., ETNOFARMACINIS TYRIMAS**

**Magistro baigiamasis darbas**

Darbo vadovas

Dr. T. Mekas

KAUNAS, 2011

LIETUVOS SVEIKATOS MOKSLŲ UNIVERSITETAS

MEDICINOS AKADEMIJA

FARMACIJOS FAKULTETAS

VAISTŲ TECHNOLOGIJOS IR SOCIALINĖS FARMACIJOS KATEDRA

**TVIRTINU:**

**NATŪRALIŲJŲ VAISTINGŲJŲ MEDŽIAGŲ, NAUDOTŲ PLUNGĖS RAJONE 2009 – 2010 M., ETNOFARMACINIS TYRIMAS**

**Magistro baigiamasis darbas**

Darbo vadovas Recenzentas Darbą atliko

Dr. T. Mekas Dr. Z. Kalvėnienė Magistrantė

Data Data Inga Šimkutė

Data

KAUNAS, 2011

# TURINYS

[TURINYS 3](#_Toc295334643)

[SANTRAUKA 4](#_Toc295334644)

[SUMMARY 6](#_Toc295334645)

[ĮVADAS 8](#_Toc295334646)

[1. LITERATŪROS APŽVALGA 10](#_Toc295334647)

[2. TYRIMO METODIKA 13](#_Toc295334648)

[3.TIRIAMŲ VIETOVIŲ APRAŠYMAS IR RESPONDENTŲ DEMOGRAFINIAI DUOMENYS……………………………………………………………………………………….15](#_Toc295334649)

[4. AUGALINĖS KILMĖS MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS TIRIAMOSE ŽEM. KALVARIJOS IR TVERŲ APYLINKĖSE 19](#_Toc295334650)

[4.1. Vaistinių augalų šeimų paplitimas 19](#_Toc295334651)

[4.2. Populiariausi vaistiniai augalai 22](#_Toc295334652)

[4.3. Vaistinių augalinių žaliavų paruošimo būdai 25](#_Toc295334653)

[4.4. Žem. Kalvarijoje ir Tveruose gydymui vartojamos augalinės žaliavos 27](#_Toc295334654)

[5. GRYBŲ VARTOJIMAS GYDYMUI TIRTOSE ŽEM. KALVARIJOS IR TVERŲ APYLINKĖSE 29](#_Toc295334655)

[6. GYVŪNINĖS KILMĖS ŽALIAVŲ NAUDOJIMAS GYDYMO TIKSLAIS TIRTOSE APYLINKĖSE 31](#_Toc295334656)

[7. TYRIMO METU RESPONDENTŲ PATEIKTOS RECEPTŪROS 33](#_Toc295334657)

[7.1. Vienkomponentės receptūros, įvardintos Žem. Kalvarijos ir Tverų respondentų 33](#_Toc295334658)

[7.2. Daugiakomponenčių mišinių receptūros 41](#_Toc295334659)

[8. PASENUSIŲ, GYDYMUI NAUDOJAMŲ NATŪRALIŲJŲ ŽALIAVŲ SUNAIKINIMO BŪDAI 44](#_Toc295334660)

[9. IŠVADOS 45](#_Toc295334661)

[10. LITERATŪROS SĄRAŠAS 46](#_Toc295334662)

[11. PRIEDAI 48](#_Toc295334663)

# SANTRAUKA

Inga Šimkutė, magistro baigiamasis darbas/ mokslinis vadovas Dr. T. Mekas; Lietuvos sveikatos mokslų universiteto, Farmacijos fakulteto, vaistų technologijos ir socialinės farmacijos katedra. – Kaunas.

Apklausos metu tiriamose apylinkėse užfiksuotos 136 natūralios kilmės gydymui naudojamos medžiagos. Iš paminėtų medžiagų 113 buvo augalinės, 17 – gyvūninės kilmės, 4 grybų rūšys ir 2 kitos natūralios kilmės žaliavos – lininė marlė ir salietra (*sal petrae*). Respondentai įvairių susirgimų gydymui mieliau renkasi vaistinius augalus. Tarp vaistinių augalų šeimų populiariausios buvo *Asteraceae*, citavimų skaičius 63, tai Žem. Kalvarijoje sudarė 56 proc. citavimų skaičiaus, Tveruose – 44 proc.; *Lamiaceae* – citavimų skaičius abiejose tirtose apylinkėse – 44 kartai, ši šeima taip pat buvo populiaresnė Žem. Kalvarijoje – 55 proc. citavimų skaičiaus, Tveruose – 45 proc.; bei *Rosaceae* šeima – bendrai cituota 46 kartus, Tveruose ši šeima buvo cituota dažniau – 51 proc., Žem. Kalvarijoje – 49 proc. citavimų.

Iš visų cituotųjų žaliavų, daugiausia kartų respondentai paminėjo vaistinę medetką *Calendula officinalis* L. (Žem. Kalvarijoje – 54 proc. citavimų), vaistinį čiobrelį *Thymus vulgaris* L. (63 proc. citavimų skaičiaus Žem. Kalvarijoje) bei paprastąją avietę *Rubus idaeus* L., ji taip pat Žem. Kalvarijoje buvo paminėta dažniau nei Tveruose – 60 proc. citavimų skaičiaus. Paminėta 16 gyvūninės kilmės žaliavų. Daugiausia kartų minėta pilkoji rupūžė (*Bufo bufo*): Tveruose – 75 proc., Žem. Kalvarijoje – 25 proc. citavimų skaičiaus. Kiaulės organai – šlapimo pūslė, tulžies pūslė –abiejose alylinkėse cituota vienodai – po 50 procentų.

Populiariausias vaistinės augalinės žaliavos paruošimo būdas – arbatos, abiejose apylinkėse šis paruošos būdas cituotas beveik tiek pat kartų: Tveruose – 26 proc., Žem. Kalvarijoje – 25 proc. citavimų skaičiaus.

Atlikus tyrimą akivaizdu, jog tirtose Žemaitijos apylinkėse vis dar naudojamos ir kitoms kartoms perduodamos gydymo tradicijos. Tveruose 80 proc. ir Žem. Kalvarijoje 70 proc. apklaustųjų teigė, jog žinias apie gydomųjų savybių turinčias medžiagas yra gavę iš tėvų, senelių.

Daugiausia tarp respondentų buvo baigę 4 pradinės mokyklos skyrius – abiejose apylinkėse iš visų apklaustųjų po 50 proc. Tveruose 30 proc. respondentų buvo įgiję aukštąjį išsilavinimą.

Pasenusias žaliavas tyrime dalyvavę respondentai sudegina: Tveruose – 60 proc., Žem. Kalvarijoje – 50 proc. citavimų skaičiaus.

Pagrindinė vaistinė augalinė žaliava buvo įvardinti augalų žiedai, lapai. Palyginta, kurioje apylinkėje kokia žaliava labiau vartojama. Žem. Kalvarijoje dažniau (71 proc. citavimų skaičiaus) nei Tveruose (29 proc. citavimų skaičiaus) respondentai teigė vartojantys metūgius. Tveruose dažniau (77 proc. citavimų skaičiaus) nei Žem. Kalvarijoje (23 proc.) vartojamos šaknys, taip pat sėklos: Tveruose – 75 proc., Žem. Kalvarijoje – 25 proc. citavimų skaičiaus.

Paminėtos tik 4 grybų rūšys: paprastoji musmirė (*Amanita muscaria*), paprastoji poniabudė (*Phallus impudicus*), įžulnusis skylenis (*Inonotus obliquus*) bei arbatinis grybas.

# SUMMARY

During the survey in the exploratory surrounding area there were 136 health *–* giving materials of natural origin found. 113 materials from the previously mentioned were of vegetal origin, 17 were of animal origin, 4 mushroom species and 2 other raw material of natural origin, that is, linen gauze and saltpeter (*sal petrae*). The respondents more likely favor medicinal plants for the treatment of various diseases. The most popular family of medicinal plants was *Asteraceae –* the number of citation is 63. This amounted to 56 % of citation number in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija) and 44 % in Tverai. The other family of medicinal plant was *Lamiaceae* with the citation number in both exploratory surrounding areas being 44 times. This family was also more popular in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija) – 55 % of citation number and 45 % in Tverai. The third family was the so called *Rosaceae -* the common citation number being 46 times. This family was more often cited in Tverai (51 %) and 49 % left for Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija).

From all the raw materials cited pot marigold (*Calendula officinalis* L.) was the most popular among the respondents (54 % of citation number in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija)). It was followed by common thyme (*Thymus vulgaris* L.) (63 % of citation number in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija)). The third was raspberry (*Rubus idaeus* L.). It was also more often mentioned in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija) (60 % of citation number) than in Tverai. There were 16 raw materials of animal origin mentioned. The greatest popularity was given to common toad (*Bufo bufo*), the number of citation in Tverai being 75 % and 25 % in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija). The organs of pig such as urinary bladder and gall – bladder got 50 % in each of the two surrounding areas.

The most well – liked way to prepare medicinal vegetal raw material is tea. This way of preparation has similar popularity in two surrounding areas, i.e., 26 % of citation number in Tverai and 25 % in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija).

Having done the research it is obvious that the traditions of treatment are still being used and given to other generations in the exploratory surrounding areas in Žemaitija. 80 % of respondents in Tverai and 70 % of respondents in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija) stated that they received the information concerning the material having treatment characteristics from their parents and grandparents.

The most part of the respondents were those who finished 4 classes of primary school (50 % of all the respondents falling to each surrounding area). 30 % of the respondents in Tverai had a high university degree.

Old raw material is burned by the participants of the survey according to these numbers: 60 % in Tverai and 50 % in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija).

The main medicinal vegetal raw material was such as blossom and leaves of the plants. The comparison in the research indicates which raw material is more common in every surrounding area. One year plants were more favorable at Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija) (71 % of citation number) and Tverai amounted for 29 % of citation number, while the roots are more often used in Tverai (77 % of citation number) than in Žem. Kasvarija (Lower Kalvarija) (23 %). The seeds in Tverai stand for 75 % of citation number and 25 % in Žem. Kalvarija (Lower Kalvarija).

There were only 4 species of mushrooms mentioned and that is fly agaric (*Amanita muscaria*), common stinkhorn (*Phallus impudicus*), Chaga mushroom (*Inonotus obliquus*) and kombucha.

# ĮVADAS

Žmonės kaupė ir iš kartos į kartą perduodavo informaciją apie natūralias gydomųjų savybių turinčias žaliavas. Įlgą laiką gydymasis augalinės, gyvūninės bei kitos kilmės žaliavomis buvo plačiai taikomas, atrandamos naujos ar pastebimas tų pačių žaliavų kitoks ar platesnis pritaikymas gydant įvairias ligas. Šiais laikais informacija vis rečiau perduodama palikuonims ir gali visiškai išnykti. Siekiant išsaugoti sukauptas žinias daugelyje šalių yra atliekami etnofarmaciniai tyrimai. Etnofarmacinės medžiagos rinkimui Lietuvoje pritaikytos ir patvirtintos metodikos nėra.

Lietuvoje liaudies medicinos žinių apie natūraliąsias gydymui naudojamas medžiagas, jų rinkimą ir kaupimą sisteminimas ir saugojimas prasidėjo tik XIX a. pabaigoje, šiai dienai paskelbta tik keletas etnofarmacinio pobūdžio publikacijų.

Etnobotanika ir etnofarmacija yra dvi mokslo šakos, kurios tiria gydomąsias priemones ir gydymo būdus visame kultūriniame kontekste ir apima farmakognoziją, farmakologiją, vaistų technologiją, vaistų išdavimą, bioprieinamumo ir metabolizmo studijas, taip pat farmacinės praktikos ir politikos plėtojimą. [11]

Etnobiologija siekiama tirti kultūriškai pagrįstas biologijos ir aplinkosaugos žinias. Pastarajį dešimtmetį akivaizdžiai padaugėjo mokslinių tyrimų, susijusių su etnobiologija ir liaudies medicina. [44]

PSO taip pat atkreipia dėmesį, kad „netinkamai naudojami tradiciniai vaistai gali turėti neigiamą ar pavojingą sveikatai poveikį“ ir „būtini tolesni moksliniai tyrimai siekiant išsiaiškinti veiksmingumą ir saugumą“. [41]

Moksliniais įrodymais pagrįstoje medicinoje gausu gydymosi priemonių, kurios kasdien tobulėja. Tačiau reikėtų neužmiršti ir gamtos teikiamų žaliavų, kurios padeda pasveikti, reikia žinoti, ką ir kaip tinkamai paruošti bei vartoti. Gamta mums duoda ne tik augalinės, gyvūninės kilmės žaliavų, bet ir gydomųjų savybių turinčių grybų, mineralų.

Daugelyje šalių etnofarmaciniai tyrimai nebėra naujovė, Lietuvoje tokio pobūdžio tyrimų yra vos keli, tad atlikome etnofarmacinį tyrimą Plungės rajono Žem. Kalvarijos ir Tverų apylinkėse, surinkome, susisteminome bei palyginome autentišką etnofarmacinę informaciją.

**Darbo tikslas** – surinkti ir susisteminti etnofarmacinę informaciją apie Plungės rajono Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse gydymo tikslais naudojamas natūralios kilmės medžiagas.

**Darbo uždaviniai:**

1. Susisteminti Plungės rajono Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse surinktus etnofarmacinio pobūdžio duomenis.
2. Surinkti ir palyginti informaciją apie Žemaičių Kalvarijoje ir Tveruose dažniausiai gydymui vartojamas augalinės kilmės medžiagas.
3. Įvertinti ir palyginti Žemaičių Kalvarijoje ir Tveruose gydymui naudojamų grybų įvairovę.
4. Susisteminus surinktą informaciją, įvertinti ir palyginti Žem. Kalvarijoje ir Tveruose dažniausiai vartojamas gyvūninės kilmės medžiagas.
5. Nustatyti ir palyginti, kokia vaistinė augalinė žaliava dažniausiai vartojama Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse.
6. Sužinoti, kokie žaliavų paruošimo būdai dažniausiai naudojami Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse, palyginti šias apylinkes.

# LITERATŪROS APŽVALGA

Šiemet savo 150 – metį švenčia Gabrielė Petkevičaitė – Bitė, kuri prie etnofarmacijos raidos Lietuvoje prisidėjo tuo metu nemažai laiko skirdama tautosakos rinkimui. Surinktą medžiagą 1911 m. išspausdino žurnale „Živaja starina“, Peterburge, lietuvių ir rusų kalbomis – „Medžiaga lietuvių liaudies medicinai“. [19]

Verta paminėti ir kitas moteris, prisidėjusias prie etnofarmacinės informacijos rinkimo, kaupimo, publikavimo.

Etnologė M. Čilvinaitė parašė daug knygų bei straipsnių, tarp kurių nemažą dalį užima etnofarmacinio pobūdžio kūriniai: „Bobų lėkarstos“, Ringalių kaimo gyventojos Macijauskienės papasakoti vaistai; „Bobų liekarstvos“, Barboros Bagvilienės-Dauskuraitės gydymo receptai „Burtai lietui patraukti ir sustabdyti Merkinės apylinkėse“,„Perkūno kolka ir kiti gydymo būdai“. [6], [7].

Nemažą indėlį padarė N. Paražinskaitė, gyd. S. Prialgauskaitė, dr. E. Šimkūnaitė.

Taip pat nereikėtų pamiršti ir vyrų, prisidėjusių prie Lietuvoje etnofarmacinių duomenų rinkimo ir išsaugojimo. Prie etnofarmacinių duomenų išsaugojimo prisidėjo J. Basanavičius, parašydamas knygelę - „Medžiaga mūsų tautiškai vaistininkystei“[4], 1989m. Nepriklausomoje Lietuvoje V. Tiškus spausdino straipsnius apie liaudies mediciną, tokio pat pobūdžio straipsnius rašė ir J. Skliutauskas „Medicinoje“, Č. Bankauskas, J. Elisonas, A. Vilaišis, J. Šurkus.

Lietuvoje etnofarmacinio pobūdžio tyrimai nėra populiarūs, jų yra atlikta vos keli, akivaizdu, jog Lietuvoje nėra skiriama daug dėmesio vaistingųjų medžiagų sisteminimui. Vienas pirmųjų tyrimų – profesoriaus J. Muszynski’o (1884–1957) 1927 m. Vilniaus vaistažolių turguje surinkta medžiaga ir susisteminti vaistiniai augalai, vartoti gydymui. Šio tyrimo metu surinkta informacija buvo publikuojama laikraštyje „Wiadomosci farmaceutyczne“ („Farmacijos žinios“).

KMU magistrantės R. Kanapeckaitės studijų baigiamasis darbas „Etnobotaniniai – farmaciniai aspektai Lietuvių tautosakose (A. Juškos rinkinyje „Lietuviškos svotbinės dainos”)“, 2006 metai.

Ž. Petkevičiūtės magistro baigiamasis darbas „Natūraliųjų vaistingųjų medžiagų, vartotų Telšių rajono Varnių apylinkėje 2006 metais, tyrimas“, šio tyrimo rezultatai buvo lyginami su profesoriaus J. Muszynski’o 1927 m. surinktais duomenimis. Tyrimo straipsnis 2010 m. publikuotas leidinyje: „Journal of Medicinal Plants Research“.

VDU studento R. Petkevičiaus bakalauro baigiamasis darbas „Proto negalia XX – XXI a rytų Lietuva kaimo bendruomenėje“, 2009 metai.

KMU studentės U. Gudelytės 2010 metais atliktas ir aprašytas tyrimas: „Tradiciškai Lietuvoje augintų dekoratyvinių augalų etnofarmacinis tyrimas“.

2006 m. Vilniaus Universitete A. Šulskienės parašytas darbas „Augalai lietuvių liaudies medicinoje“.

Priešingai nei Lietuvoje, užsienyje atlikta nemažai etnofarmacinio pobūdžio tyrimų, jie plačiai publikuojami moksliniuose straipsniuose.

Leidžiamas žurnalas „Journal of Ethnopharmacology“[29], skirtas keitimuisi informacija apie žmonių naudojamus augalus, grybus, gyvūnus, mikroorganizmus ir mineralus bei jų biologinį ir farmakologinį poveikį remiantis principais, nustatytais įgyvendinant tarptautines konvencijas. [29]

Etnofarmaciniai tyrimai plačiai atliekami Europos šalyse, šių tyrimų seką ir rezultatus vertina keli universitetai: tai parodo etnofarmacinių tyrimų svarbą užsienio šalyse.

2004 m. pietų Italijoje, mažoje vietovėje Vidurio Luciania, buvo atliktas ir aprašytas tyrimas „Tautinės farmacijos žinios Dolomiti Lucane teritorijoje, vidurio pietų Italijoje“.Prie tyrimo prisdėjo farmacijos mokykla (School of Life Sciences), Bradfordo universitetas, Didžioji Britanija, Socialinių mokslų fakultetas, Wageningen universitetas ir tyrimų centras, Nyderlandai, Biologijos departamentas. [31]

Tais pačiais metais buvo atliktas etnofarmacinis tyrimas „Etnobotaniniai ir etnofarmaciniai tyrimai vaistinių augalų iš Chifra rajono, šiaurės rytų Etiopijoje“, šis etnofarmacinis tyrimas buvo atliktas Addis Abaebaa Universitete.

2004 m. atliktas tyrimas „Tradicinė  fitoterapija ir tarptautinė  vaistinė  tarp Turkijos migrantų, gyvenančių Kelne, Vokietijoje“. Prie tyrimo prisidėjo Nyderlandų socialinių mokslų fakultetas, Wageningen universitetas ir tyrimų centras,UK Farmacijos mokslų universitetas, Bradford, Richmond Road ir kiti Jungtinės Karalystės, Turkijos universitetai. Atlikus šį tyrimą, buvo siūlomos hipotezės apie būsimus pakeitimus, susijusius su žiniomis apie vartojamus vaistinius augalus Turkijos bendruomenėje. [29]

2011 m. leidinyje „Ethnopharmacology“ paskelbtas straipsnis „Liaudies fitoterapija pietų Italijos Amalfi Coast vietovėje“. Šis etnofarmacinis tyrimas atliktas vadovaujant Aplinkos biologijos departamentui „Roma Tre“ Italijos Universitete, Botaninių tyrimų institute Teksase, USA, Botanikos katedroje, Hawai‘i universitetas, USA. [34]

Ethnofarmakologinė apklausa apie vaistinius augalus atlikta Jordanijoje, Šiaurės Badia regione. Šiuo tyrimu stengtasi surinkti informaciją iš aborigenų beduinų Šiaurės Badia regione, Jordanijoje. [30]

Atiktas etnofarmacinis tyrimas „Medicinos augalų naudojimas estų liaudies medicinoje: istorinis palyginimas tarp 1888 m. ir 1994 m.“. Šio darbo tikslas – palyginti skirtingų rūšių panaudojimą (įvertinant žmogaus jautrumą augalams), pasitelkiant 1888–1994 m. surinktus istorinius duomenis. [33]

„Atrinktų augalų, naudojamų vėžiui gydyti majų tradicinėje medicinoje“. Norint ištirti augalus, naudojamus majų tradicinėje medicinoje vėžiui gydyti. Buvo naudojama majų etnobotanikos literatūra ir stengtasi įvertinti organinių ekstraktų, taikomų in vitro citotoksinį veikimą. Atliekant šį tyrimą, atranka buvo pagrįsta majų etnobotanikos pateikta informacija, kuri skiriasi nuo literatūros šaltinių. [32]

Trumpai apžvelgiant užsienio literatūrą, galime paminėti knygą „Fundamentals of Pharmacognosy and phytotherapy“. [11] Ji suskirstyta į dvi dalis, pirmojoje – poskyris, kuriame aprašomos etnobotanikos ir etnofarmacijos mokslo šakos.

Verta paminėti Gary J. Martin knygą „Ethnobotany a methods manual“ 2004 m. [8], kuri yra svarbi kaip vadovas norintiesiems atlikti etnobotaninį tyrimą.

# TYRIMO METODIKA

Etnofarmaciniams tyrimams Lietuvoje parengtos metodikos nėra, todėl atliekant tyrimą, ruošiantis apklausai buvo vadovaujamasi bendraisiais metodologijos principais [13], parengta dviejų dalių anketa (1 priedas). Šis etnofarmacinis tyrimas yra kokybinio pobūdžio.

Atliekant tyrimą, remiantis parengta anketa, buvo atliekami tiesioginiai - giluminiai interviu. Pasirinkus tokio pobūdžio interviu galima gauti daugiau ir kokybiškesnės informacijos iš respondentų.

Apibendrinus metodinių tyrimų nurodymus, išskirti pagrindiniai darbo etapai:

* apklausos anketos sudarymas;
* tiriamų vietovių respondentų apklausa, siekiant išsiaiškinti, kokias vaistines augalinės, gyvūninės kilmės žaliavas, grybus bei mineralus jie renka ir naudoja gydymo tikslais;
* minėtų žaliavų identifikavimas remiantis literatūra: „Spalvotas augalų atlasas“ („Cvetovoi atlas rastenij“), 1990 m. [22], K. K. Vilkonio atlasas „Lietuvos žaliasis rūbas“, 2001 m. [27], O. Ragažinskienės ir kt. „Vaistinių augalų enciklopedija“,2005 m. [20].
* liaudiškų pavadinimų atitikmenų nustatymas pagal žodynus: „Lietuviškas botanikos žodynas“, 1938 m. [15], „Lietuvių kalbos žodynas“, 1986 – 2002 [16]. Augalų rūšių bei šeimų lotyniški pavadinimai – iš „Botanikos vardų žodyno“, 1998 m. [12].

Didžioji dalis apklaustųjų buvo vyresnio amžiaus žmonės, ūkininkai ir namų šeimininkės.  Pagal parengtas anketas rinkome informaciją, skaitmeninėmis technologijomis fiksavome surinktas žaliavas. Respondentai pateikė duomenis apie etninius augalų pavadinimus, jų paruošos būdus, naudojamas augalų ar gyvūnų dalis, grybus, mineralus, jų taikymą gydymo tikslais.  Dalis augalų, kurių pavadinimų respondentai nežinojo, buvo nustatomi pagal išvaizdos, augimo vietos apibūdinimus naudojant rašytinius šaltinius apie Lietuvos augmeniją.

Apklausiant stengtasi surinkti vaizdinę medžiagą apie tai, kaip respondentai augina, renka vaistines žaliavas, kur ir kokiomis sąlygomis jos džiovinamos, laikomos. Apklausos atliktos Plungės rajono Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse.

Pagal iš anksto parengtą anketą apklausta 20 žmonių (17 moterų ir 3 vyrai), kurių amžiaus vidurkis – 74 metai. Renkantis respondentus buvo atliekama kvotinė atranka remiantis žinoma visumos struktūra pagal tam tikrus požymius, šiuo atveju – amžių. Etnofarmaciniam tyrimui reikalinga informacija, kuri yra išlikusi iš senesnių laikų, tad renkantis tiriamąją imtį, atrankos požymis buvo respondentų amžius. Taip pat naudotas ir kitas atrankos metodas – „Sniego gniūžtės“. Remiantis šiuo metodu, apklausos pabaigoje buvo prašoma respondento rekomenduoti kitą mūsų pasirinktai amžiaus grupei tinkamą asmenį.

Apklausos metu siekta sužinoti, kokias natūralios kilmės medžiagas tiriamų Žemaitijos apylinkių gyventojai augina ir kokias renka iš natūralių augimviečių. Taip pat buvo fiksuotos ir gyvūninės kilmės žaliavos, naudojamos gydyti.

Tyrimo atlikimo sėkmei garantuoti, tikintis respondentų atvirumo ir pasitikėjimo, atliekant tyrimą Žemaitijos rajone į pagalbą pasikviestas Tverų seniūnas A. Zalepūga, Žem. Kalvarijos bendrijos „Gardai“ pirmininkas B. Kleinauskas bei vietinė gyventoja A. Taujenienė, atlikusi vedlės funkciją. Bendravimą palengvino ir tai, kad apklausa atlikta žemaičių tarme.

Gauti apklausos duomenys apdoroti statistiškai naudojant programą „Microsoft Excel“.

**REZULTATAI**

# TIRIAMŲ VIETOVIŲ APRAŠYMAS IR RESPONDENTŲ DEMOGRAFINIAI DUOMENYS

Šio darbo autentiška informacija surinkta Plungės rajono Žemaičių Kalvarijos ir Tverų apylinkėse. Tyrimui naudotų vietovių žemėlapiuose pažymėtos vietos, kuriose gyvena apklaustieji respondentai (1 ir 2 pav.). Šio darbo informacija buvo pradėta rinkti 2009 metų rudenį. Pas respondentus buvo sugrįžtama pakartotiniam interviu, todėl tyrimas užtruko gana ilgai, bet buvo gauta daugiau etnofarmacinės informacijos, nes pasirinkti respondentai turėjo laiko prisiminti tai, ko nepaminėjo.

Viena iš tiriamųjų vietovių – Žem. Kalvarija – yra nacionalinio parko teritorijoje. Nacionalinis parkas yra Lietuvos šiaurės vakaruose, 45 km į rytus nuo Baltijos jūros. Čia gyvena žemaičiai – lietuvių etninė grupė, kalbanti žemaičių tarme. [2]

Žemaitijos parke, priešingai nei kitose Lietuvos dalyse, vyrauja savitas mikroklimatas: dažni lietūs, rūkai bei ūkanos, ilgesnė bei storesnė sniego danga, vėlesni pavasariai ir vasaros.

Reljefo mozaikiškumas suformavo įvairų dirvožemį. Vyrauja velėniniai-jauriniai, pelkiniai, velėniniai-jauriniai-glėjiški dirvožemiai, nuo kurių priklauso ir vietinės augalijos, grybijos bei gyvūnijos įvairovė. [28]

Žemaitijos nacionaliniame parke botanikai aprašė 625 vietinės kilmės, 138 svetimžemių augalų bei 196 samanų rūšis. Iš jų į dabartinės Raudonosios knygos sąrašus įrašytos 38 aukštesniųjų augalų, 19 samanų ir 1 dumblių rūšis. [28]

Grybų paplitimas parke glaudžiai susijęs su miškais. Palyginti su kitais ekotopais, jų rūšinė įvairovė didžiausia. [28]

Žemaitijos nacionalinio parko teritorija užima 20 tūkst. hektarų. Didžioji parko dalis yra Plungės rajone, mažesnė – Skuodo rajone. Miškai dengia 9 tūkst. ha. Ariamos žemės parke – apie 6 tūkst. ha. Ji nėra derlinga, dirvos akmenuotos, reljefas kalvotas. Ariamasis sluoksnis rūgštokas, nemažai jaurinių pelkinių dirvožemių. Žemės blogesnės nei vidutiniškai Plungės rajone.

Vandenys užima apie 1,9 tūkst.ha, yra 26 ežerai ir ežerėliai.

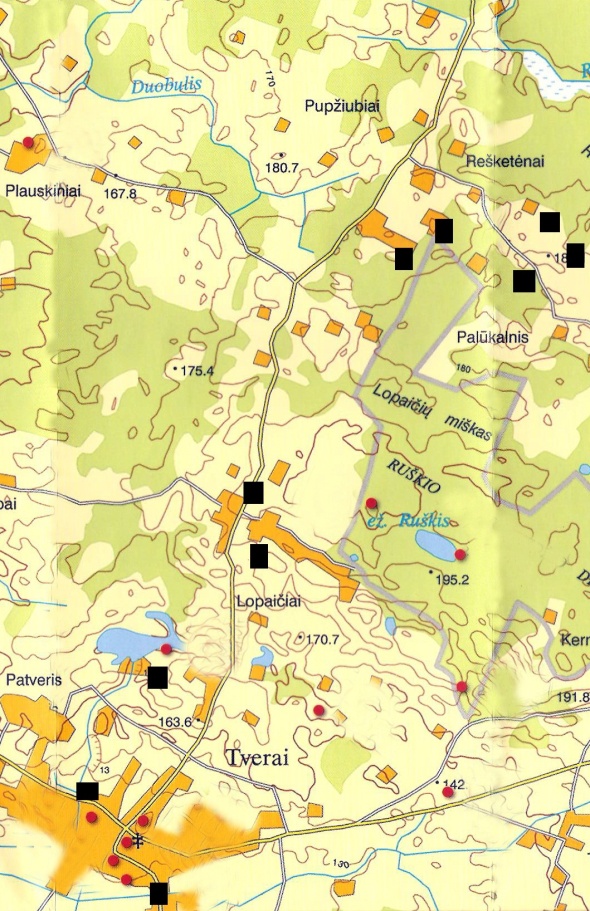
Pagrindinę hidrografinio tinklo dalį sudaro Platelių ežerynas, Babrungo ir Varduvos upės. Parko teritorijoje yra 65 upeliai. Be miškų, ariamos žemės, vandenų, visa kita teritorijos dalis yra pievos, ganyklos, pelkės. [2]

„Neįžengiami pušynai, eglynai, beržynai, ąžuolynai nuo amžių amžių suaugę niūksojo ir visi vienu viena giria buvo“, – taip apie Žemaitijos senąsias girias rašė Simonas Daukantas.

Tverų girininkijoje yra 2600 ha miškų, 395 hektaruose driekiasi Ruškio kraštovaizdžio draustinis. [5]

Atliktas tyrimas skirtingose apylinkėse, kuriose gyventojų skaičius – panašus: pagal 2001 m. duomenis Žemaičių Kalvarijoje gyvena 798, Tverų apylinkėse – 680 gyventojų. [28] [29]

Tverai – vienintelis Rietavo savivaldybės miestelis, antroji pagal dydį savivaldybės gyvenvietė, įsikūrusi žemaičių aukštumos pažemėjime. Miestelio pakraščiu teka Aitra. Tverai yra pačiame seniūnijos centre, labai svarbių kelių sankryžoje. Čia susibėga keliai iš Rietavo, Laukuvos, Varnių, Žarėnų. Nuo Tverų iki Plungės yra 42 km, iki Telšių – 34 km, iki Rietavo – 17 km, iki Varnių – 16 km, iki Klaipėdos uostamiesčio – apie 70, o iki Žemaičių plento – 10 kilometrų.



***1 pav. Tverų žemėlapis\****

\* Kvadratais pažymėtos interviu vietos

Žemaičių Kalvarija – miestelis [Plungės rajone](http://lt.wikipedia.org/wiki/Plung%C4%97s_rajonas), prie kelio [Plungė](http://lt.wikipedia.org/wiki/Plung%C4%97) – [Seda](http://lt.wikipedia.org/wiki/Seda), [Žemaitijos nacionalinio parko](http://lt.wikipedia.org/wiki/%C5%BDemaitijos_NP) teritorijoje.  Pro miestelį teka [Varduva](http://lt.wikipedia.org/wiki/Varduva), į kurią įteka [Cedronas](http://lt.wikipedia.org/w/index.php?title=Cedronas&action=edit&redlink=1) (anksčiau vadintas Pagardeniu). [Seniūnijos](http://lt.wikipedia.org/wiki/%C5%BDemai%C4%8Di%C5%B3_Kalvarijos_seni%C5%ABnija) centras, Žemaičių Kalvarijos seniūnaitija.



***2 pav. Žemaičių Kalvarijos žemėlapis\****

\* Kvadratais pažymėtos interviu vietos

Tobulėjant informacijos sklaidos technologijoms, vis mažiau žmonių linkę atkreipti dėmesį į senolių turimą informaciją. Net 40 proc. apklaustųjų Žem. Kalvarijos ir 30 proc. Tverų apylinkės gyventojų, paklausti, iš kur gauna informaciją apie naudojamų žaliavų teikiamą naudą, atsakė, jog informacijos ieško internete, knygose, žurnaluose, kitur. 80 proc. Žem. Kalvarijos ir 70 proc. Tverų apylinkių gyventojų remiasi žiniomis, gautomis iš tėvų, senelių. (Respondentai atsakydami į šį klausimą galėjo pasirinkti kelis atsakymų variantus). Gauti duomenys pavaizduoti 3 pav.

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

Kalbinant žmones buvo svarbu sužinoti ne tik tai, iš kur respondentai gavo informacijos apie vaistinguosius augalus, gydomųjų savybių turinčius grybus, gyvūninės kilmės žaliavas bei mineralus, bet ir tai, ar vyresnio amžiaus respondentai yra įgiję išsilavinimą. Gauti duomenys pateikti 4 pav.

***4 pav. Respondentų išsilavinimas***

Iš gautųjų duomenų matome, kad po 50 proc. pasirinktos amžiaus grupės respondentų abiejose tiriamose apylinkėse yra baigę 4 pradinės mokyklos skyrius. Tveruose aukštąjį išsilavinimą įgijusiųjų respondentų buvo net 30 proc., tuo tarpu Žem. Kalvarijoje – tik 10 procentų.

# 4. AUGALINĖS KILMĖS MEDŽIAGŲ VARTOJIMAS TIRIAMOSE ŽEM. KALVARIJOS IR TVERŲ APYLINKĖSE

Interviu metu respondentai iš viso paminėjo 136 augalinės, gyvūninės kilmės medžiagas, grybus bei mineralus, naudojamus gydymo tikslais. 84 proc. citavimų skaičiaus – augalinės kilmės žaliavos: vaistinė medetka, vaistinis čiobrelis, paprastasis jūrsvogūnis, miškinė gudobelė, medėjantysis alavijas, kvapioji palergonija, rausvažiedė ežiuolė, rūgtis takažolė ir kt.; 12 proc. citavimų skaičiaus – gyvūninės kilmės žaliava: medus, vištų kiaušinių lukštai, zuikio taukai, avies taukai, kiaulės šlapimo pūslė, kiaulės tulžis, vištų skilveliai ir kt.; 3 proc. – grybai: paprastoji poniabudė, raudonoji musmirė, įžulnusis skylenis, „arbatinis grybas“; 1 proc. citavimų skaičiaus –kitos kilmės žaliavos: salietra, lininė marlė. (2 priedas)



***1 nuotrauka.******Aleksandra Taujenienė (Žem. Kalvarija, gim. 1926 m.) su surinkta žaliava – kmynais (Carum carvi L.)***

## 4.1. Vaistinių augalų šeimų paplitimas

Vaistiniai augalai – tai augalai, kurių atitinkamų dozių preparatais gydoma žmogaus ar gyvulio kuris nors organas, sistema ar visas organizmas. Jie vartojami ne tik gydymui, bet ir profilaktikai. [21]

Senajame pasaulyje buvo vartojama apie 2500 augalų rūšių, dabar Žemės rutulyje žinoma apie 12 000, Lietuvoje – 800 vaistinių augalų rūšių. [21]

Sistemindami apklausos metu surinktus duomenis sužinojome, kokios augalų šeimos vyrauja tiriamose apylinkėse, palyginome jų populiarumą.

Iš gautų duomenų pastebėjome, kad populiariausios šeimos yra šios: *Asteraceae,* bendras citavimų skaičius yra 63 kartai, *Rosaceae* – cituota 46 kartus, *Laminaceae* – cituota 45 kartus, *Ericaceae* – cituota 24 kartus, *Apiaceae* – cituota 20 kartų, *Betulaceae* – cituota 15 kartų, *Tiliaceae* – cituota 13 kartų, *Alliaceae* – cituota 13 kartų, *Brassicaceae* –cituota 11 kartų, *Urticaceae* –cituota 10 kartų, *Hippocastanaceae* – cituota 10 kartų. Viso apklausos metu iš respondentų išvardintų augalinių medžiagų buvo paminėtos 56 skirtingos šeimos.

Išvardintų augalų šeimų spektras labai platus, tad analizuojant toliau buvo atsirinktos populiariausios šeimos, kurių citavimo skaičius – 5 ir daugiau. Surinkus duomenis, kad būtų galima juos aiškiau pavaizduoti grafiškai, citavimų skaičių išreiškėme procentais. Grafiškai pavaizduoti duomenys pateikti 5 pav.

Iš žemiau pateiktos diagramos (5 pav.) nesunku palyginti, kur kokia šeima yra populiaresnė. Kaip matome, labiausiai skiriasi *Saxifragaceae* šeimos augalų populiarumas:Žem. Kalvarijoje – 80 proc., o Tveruose – tik 20 proc. citavimų skaičiaus; *Clusiaceae* šeimos augalai populiaresni Tveruose – 71 proc. citavimų skaičiaus, o Žem. Kalvarijoje daug mažiau apklaustųjų vartoja šios šeimos atstovus – 29 proc. citavimų skaičiaus. Toks pat, tik atvirkštinis, citavimų skaičius pastebimas *Cupressaceae* šeimos augalinių žaliavų vartojime: dažniau šios šeimos atstovus gydymo tikslais teigė vartojantys Žem. Kalvarijoje gyvenantys respondentai. *Menyanthaceae* šeimos augalus abiejose apylinkėse respondentai paminėjo vienodu dažnumu.

***5 pav. Dažniausiai cituotos vaistinių augalų šeimos, kurių augalai vartojami gydymo tikslais tirtose Žem. Kalvarijos ir Tverų apylinkėse***

## 4.2. Populiariausi vaistiniai augalai



***2 nuotrauka. A. Danilevičienės (Žem. Kalvarija, gim. 1936 m.) surinktos vaistinės medetkos (Calendula officinalis L.), žemuogės (Fragaria vesca L.), pakalnučių (Convallaria majalis L.) žiedai, lapai, žolė***

Daugumą gydymo tikslais naudojamų augalinių medžiagų apklaustieji įvardino visiems žinomais pavadinimais, bet iki šių dienų yra išlikusių ir tarpusavyje bendraujant vartojamų žemaičių tarmės pavadinimų: *mostarda* – garstytis (O. D. Virketienė, Žem. Kalvarija, gim. 1940 m.), *kvynas* – kmynas (A. Taujenienė, Žem. Kalvarija, gim. 1926 m.), *krivoninka* – kraujažolė (A. Taujenienė, Žem. Kalvarija), *gajus* – alijošius (E. Gudeliauskienė, Tverai, gim. 1941 m.), *nagatka* – medetka (A. Taujenienė, Žem. Kalvarija), *notryna* – didžioji dilgėlė (V. Balandienė, Žem. Kalvarija, gim. 1942 m.), *šomka* – dirvinė mėta (A. Danilevičienė, Žem. Kalvarija, gim. 1936 m.), *vėžiauninkai* – rūgtis gyvatžolė (V. Balandienė, Žem. Kalvarija).

Siekdami paminėtų augalų pavadinimų tikslumo, sugrįžome pas respondentus augalų žydėjimo metu ir paprašėme, kad parodytų augalus, kuriuos įvardytus žemaičių tarme buvo sunku atskirti. Dauguma augalų pakartotinio interviu metu buvo atpažinti. Jei respondentai negalėjo parodyti minėto augalo ir įvardyti tikslaus jo pavadinimo, paprašėme papasakoti, kaip tas augalas atrodo, ir nustatėme pavadinimą naudodamiesi atlasais: „Spalvotas augalų atlasas“ (1990 m.) [22], K. K. Vilkonio „Lietuvos žaliasis rūbas“ (2001 m.) [27], O. Ragažinskienės ir kt. „Vaistinių augalų enciklopedija“ (2005 m.). [20]

Susisteminę ir įvertinę gautus duomenis, pamatėme, kurios augalų šeimos yra populiariausios abiejose apylinkėse. Aptariant dažniausiai paminėtų šeimų atstovus išskyrėme dažniausiai vartojamus *Asteraceae* šeimos augalus (šeima cituota 63 kartus). Tenka paminėti, kad vaistinė medetka *Calendula officinalis* L., kaip šios šeimos atstovė, buvo populiariausia tarp apklaustųjų (Žem. Kalvarijoje – 54 proc. citavimų, Tveruose – 46 proc. citavimų skaičiaus). Vartojami šios žaliavos žiedynai, mokslinėje medicinoje žinomi kaip kaupiantys lipofilinius triterpeno alkoholius, turinčius priešuždegiminį poveikį. Vaistinės medetkos žaliavoje esantys karotenoidai skatina žaizdų gijimą, o eterinis aliejus turi antibakterinį ir priešgrybelinį veikimą. Tirtų apylinkių apklaustieji respondentai teigė, kad šios žaliavos vartojamos išoriškai (žaizdoms plauti), o siekiant pagerinti kepenų veiklą, gydyti reumatą vartojama vaistinės medetkos žiedynų arbata.

Antroje vietoje pagal dažnumą (46 citavimai) buvo paminėta *Rosaceae* šeima. Šios šeimos atstovas – paprastoji avietė *Rubus idaeus* L. (Žem. Kalvarijoje – 60 proc., Tveruose – 40 proc. citavimų). Aviečių uogose yra sacharidų, organinių rūgščių, eterinio aliejaus, rauginių medžiagų. Tradicinėje medicinoje aviečių lapai, uogos, stiebai vartojami kaip prakaito ir šlapimo išsiskyrimą skatinančios, karščiavimą ir skausmą mažinančios, antibakterinį, priešuždegiminį poveikį turinčios žaliavos. Šią žaliavą tyrime dayvavę respondentai vartoja peršalę, esant aukštai kūno temperatūrai, kaip prakaitavimą skatinančią priemonę, nuoviru skalauja skaudančią gerklę, geria arbatas esant viršutinių kvėpavimo takų uždegimui, kosint.

Populiarumu nedaug atsilieka *Lamiaceae* šeimos augalai (45 citavimai). Dažniausiai minėtas šios šeimos atstovas – vaistinis čiobrelis *Thymus vulgaris* L. (Žem. Kalvarijoje – 63 proc., Tveruose – 37 proc. citavimų), tradicinėje medicinoje žinomas kaip timolį kaupiantis augalas, lengvinantis atsikosėjimą ir turintis antiseptinį poveikį. Vaistinio čiobrelio žaliavoje esantis timolis ir karvalolis lemia spazmolitinį veikimą. Pasak Žemaitijos gyventojų, jie šios šeimos žaliavas naudoja atsikosėjimui gerinti (*Thymus vulgaris* L.), kaip šlapimą varančią priemonę, tinka galvos skausmui malšinti (*Ocimum basilicum* L.).

6 pav. pateikti dažniausiai paminėti vaistiniai augalai, kuriuos respondentai naudoja gydymui įvairiomis formomis, naudodami jas pavienes ar darydami mišinius atsižvelgdami į reikiamą terapinį poveikį.

Iš žemiau pateiktos diagramos (6 pav.) matome, kad *Citrus limon* (L.) Burm.f., *Allium sativum* L., *Urtica dioica* L., *Artemisia absinthium* L., *Menyanthes trifoliata* L. ir *Vaccinium myrtillus* L. abiejų apylinkių respondentai citavo vienodu dažnumu. Žem. Kalvarijoje dažniau paminėti buvo *Ribes nigrum* L. – 80 proc. citavimų skaičiaus, Tveruose ši žaliava cituota tik 20 proc. kartų. Vaistinės žaliavos *Juniperus communis* L. ir *Taraxacum officinale* F.H. Lingg. Žem. Kalvarijoje cituota 71 proc., o Tveruose – 29 proc. kartų. Atvirkštinis populiarumas pasireiškė *Hypericum perforatum* L. augalinės žaliavos: šią žaliavą dažniau citavo Tveruose apklausti respondentai – 71 proc. sitavimų skaičiaus.

***6 pav. Populiariausi tiriamų apylinkių vaistiniai augalai, naudojami gydymo tikslais***

## 4.3. Vaistinių augalinių žaliavų paruošimo būdai



***3 nuotrauka. V. Balandienės (Žem. Kalvarija, gim. 1942 m.) pagaminta kiaulpienių žiedų (Taraxacum officinale F. H. Lingg.) užpiltinė degtine.***

Dauguma respondentų teigia žiną, jog siekiant išsaugoti vaistingųjų augalų teikiamą naudą juos reikia tinkamu laiku surinkti, reikiamomis sąlygomis džiovinti (saugant nuo tiesioginių saulės spindulių, vėsioje vietoje, apsaugant nuo drėgmės poveikio). Svarbus ne tik pats paruošimas naudoti, bet ir naudingųjų žaliavų laikymas, sukauptų žaliavų atsargų kasmetinis atnaujinimas šviežiomis.

Žinoma, kad iš gamtos gautos žaliavos turi būti vartojamos saikingai, nes jos gali ne tik pagelbėti, bet ir pakenkti.

Hipokratas rašė: „Visas išspaustas ir tekančias iš augalų sultis reikia laikyti stikliniuose induose, visus lapus, žiedus ir šakniastiebius – naujuose, gerai uždarytuose moliniuose induose, kad neišsikvėptų vėdinimo veikiama vaisto jėga, tarsi patekusi į būseną, panašią į žmogaus alpimą“. [14]

Apklausę respondentus išgirdome įvairių augalinės žaliavos vartojimo būdų, naudojant jas neapdorotas. Buvo paminėtas paprasčiausias ir greičiausias vartojimo būdas – nudilginimas: pasak V. Juknienės iš Tverų (gim. 1949 m.), dilgėlės naudojamos nudilginimams, siekiant panaikinti sąnarių skausmą.

Respondentai pasakojo, kaip ruošia žaliavas vartojimui.

Vienas sudėtingesnių – tepalų gamyba: E. Šimkevičienė iš Tverų (gim. 1936 m.) kaulažolę sumaišo su taukais, pagamintą tepalą tepa ant skaudamų sąnarių, juos apriša.

Ilgiau trunka aliejų ruošimas. Morkų aliejus: „pritarkoutė su bolvėnė tarka trėlėtrėnė morkų, 3 dėdelės saujas medetkų žeidų ir posė litra nerafinouta aliejaus (bet ne sėmenų aliejaus). Įdietė į vondens vuonelė ir pakaitintė 1,5 – 2 val. Vykst pasterizavėms, ka ataušt nusunktė. Gertė nu skrondė lėgų, gal išangė pateptė“ (respondentė duodavo po valgomąjį šaukštą šio aliejaus sergančiajam tiesiosios žarnos vėžiu). Šį morkų aliejaus receptą pateikė V. Balandienė iš Žem. Kalvarijos (gim. 1942 m.).

Apklausos metu buvo paminėta įvairių būdų, kaip ruošti žaliavas. Gauti duomenys apie augalinės žaliavos paruošos būdus pavaizduoti 7 pav.

***7 pav. Žaliavų paruošimo būdai***

Akivaizdu, jog tiek Žem. Kalvarijoje, tiek Tveruose dažniausiai iš augalinės žaliavos gaminamos arbatos, todėl galime daryti prielaidą, kad taip yra todėl, jog tai – vienas paprasčiausių ir greičiausiai paruošiamų vaistinių formų. Tveruose arbatų ruošimas yra populiaresnis (26 proc. citavimų skaičiaus), Žem. Kalvarijoje jis skiriasi tik vienu procentu (25 proc.). Matome, jog kai kurie paruošimo būdai nenaudojami vienoje iš tiriamų apylinkių, pavyzdžiui, Tveruose naudojamas nudilginimas (2 proc. citavimų skaičiaus) nebuvo paminėtas Žem. Kalvarijoje. Taip pat matome, jog Žem. Kalvarijoje iš augalinių žaliavų respondentai gamina aliejines paruošas (3 proc. citavimų skaičiaus), ko visiškai nedaro Tverų apylinkės apklaustieji. Iš gautų duomenų matome, jog abiejose apylinkėse procentaliai mažai skiriasi nuoviro ir užpilo degtine ruošiamų paruošų būdai. Žem. Kalvarijoje nuoviro paruošimo būdas cituotas 14 proc., Tveruose – 16 proc. Žem. Kalvarijoje net 19 proc. apklaustųjų teigė naudojantys degtinę ruošdami augalinę žaliavą vartojimui, Tverų apylinkėje taip žaliavą ruošia kiek mažiau – 16 proc. – respondentų.

## 4.4. Žem. Kalvarijoje ir Tveruose gydymui vartojamos augalinės žaliavos



***4 nuotrauka. V. Paliuokienė (Tverai, gim. 1950 m.) renka didžiosios varnalėšos (Arctium lappa L.) šaknis***

Veikliosios medžiagos kaupiasi visame augale arba tik atskirose jo dalyse, o kitose dalyse tų medžiagų yra labai mažai arba visai nėra. Vaistinei žaliavai tinkamiausios daugiausiai veikliųjų medžiagų sukaupiančios augalų dalys. Žaliava taip pat renkama tokiu metu, kai augaluose veikliųjų medžiagų būna gausiausia. [10]

Respondentai teigia žiną, jog labai svarbu ruošiant augalinių žaliavų paruošas atkreipti dėmesį į vartojamą augalo dalį, nes tik tada bus gautas didžiausias gydomasis efektas, kurio tikimasi.

Pastebėjome tendenciją, jog abiejose tirtose Žemaitijos apylinkėse dažniausiai naudojami augalų žiedai, lapai – šias augalų dalis minėjo visi respondentai. Atliekant tyrimą nustatėme, kurioje apylinkėje iš pasirinktųjų naudojama augalinės žaliavos dalis yra populiaresnė.

Susisteminus gautus duomenis pastebėjome, kad Žem. Kalvarijoje, lyginant su Tverais, dažniau naudojami metūgiai (citavimų – 71 proc.), kitos augalų dalys: šakniastiebiai (citavimų – 64 proc.), šaknys (citavimų – 77 proc.), sėklos (citavimų – 75 proc.), žievė (citavimų – 71 proc.). Galime teigti, jog Tverų apylinkės gyventojai plačiau išnaudoja gamtos teikiamas augalų gydomąsias galias. Gauti duomenys pavaizduoti 8 pav.

***8 pav. Gydymui naudojama augalo dalis***

# 5. GRYBŲ VARTOJIMAS GYDYMUI TIRTOSE ŽEM. KALVARIJOS IR TVERŲ APYLINKĖSE



***5 nuotrauka. Z. Volkova (Žem. Kalvarija, gim.1945 m.) „žemės taukų“ (Phallus impudicus L.) užpiltinė degtine.***

Grybų gydomosios savybės yra žinomos nuo seno. Jau XVI a. apie tai rašyta įvairiuose medicinos leidiniuose. [18]

Šiuo metu tiriamos grybuose esančios vaistingosios medžiagos, kurios plačiai taikomos gydymui. Pavyzdžiui, iš pelėsinių grybų gautas penicilinas, biomicilinas ir kt. [28]

Sudarant anketą įtraukti klausimai apie grybų naudojimą, jų gydomąsias savybes, kaip respodentai ruošia grybus gydymui. Pasirinktose vietovėse gydymas grybais nėra populiarus. Atlikę tyrimą pastebėjome, jog Žem. Kalvarijos ir Tverų apylinkėse vartojami 4 rūšių grybai: paprastoji musmirė (*Amanita muscaria*), paprastoji poniabudė (*Phallus impudicus*), respondentų dar vadinama *žemės taukais*, „arbatinis grybas“ bei įžulnusis skylenis (*Inonotus abliquus* Pil.), bendrinėje kalboje vadinamas „juoduoju beržo grybu“.

Dauguma apklaustųjų teigė žiną paprastąją musmirę, bet tik dalis ją vartoja gydymo tikslais ir tik labai retai. Vartojantys musmirių spiritines ištraukas tiki, jog jos padeda išgyti nuo vėžio. Z. Volkova iš Žem. Kalvarijos (gim. 1945 m.) teigė vartojusi paprastosios musmirės užpiltinės degtine nuo vėžio: 6 musmirės užpiltos degtine, kad degtinės virš žaliavos būtų 6 cm, gerti nenupylus po 1 šaukštą per dieną. Respondentė tvirtina, kad būtent ši paruoša padėjo jai pasveikti.

Literatūros šaltiniuose rašoma, jog gydymui buvo vartojama poniabudė (*Phallus impudicus*). Jaunas grybas būna kiaušinio pavidalo, padengtas balta tampria plėvele, po kuria yra žalsva, gleivėta masė, liaudies vadinama „žemės taukais“. Ši masė, užpilta degtine, vartojama trynimams – reumatui bei žaizdoms gydyti. [35]

Respondentai daug dažniau minėjo poniabudę nei paprastąją musmirę. Visi apklaustieji vieningai poniabudę vadino „žemės taukais“. Z. Volkova iš Žem. Kalvarijos (gim. 1945 m.) sakė, jog naudoja „žemės taukus“ įtrynimams, taip pat teigė, jog ši užpiltinė, geriama mažomis dozėmis, padeda išgydyti „reumatą“. Tą patį gydymo metodą teigė naudojanti ir V. Paluokienė iš Tverų (gim. 1950 m.), o O. D. Virketienė iš Žem. Kalvarijos (gim. 1940 m.) teigė, jog šio grybo paruošos naudojant degtinę tinkamos sumušimams gydyti.

„Arbatinis grybas“ – jo kūną sudaro mieliagrybių ir acto rūgšties bakterijų kolonija. Mieliagrybiai būdami apatinėje gniužulo dalyje, perdirba tirpale esantį cukrų į etilo alkoholį ir anglies dioksidą. Dėl grybo gyvybinės veiklos saldžiame arbatos antpile yra etilo alkoholio, acto, gliukono, citrinos, rūgštynių ir pirovynuoginės rūgščių, fermentų, vitaminų C, P, B, kofeino, rauginių dažinių ir antibiotikams būdingą poveikį turinčių medžiagų. [35]

Iš visų apklaustųjų tik viena Žem. Kalvarijos gyventoja V. Balandienė (gim. 1942 m.) teigė, jog pati augina arbatinį grybą ir jį prižiūri: kas 4–5 dienas „maitina“ jį juodąja arbata su cukrumi. Šį grybą respondentė vartoja skrandžio rūgštingumui mažinti.

Įžulniojo skylenio, „juodojo beržo grybo“ (*Inonotus abliquus*), vartojimas taip pat nėra dažnas – jį paminėjo tik viena respondentė Z. Varkalienė, gyvenanti Žem. Kalvarijoje (gim. 1930 m.). Moteris teigė, jog šį grybą, užpylus su vandeniu ir palaikius savaitę, reikia vartoti vėžio gydymui.

# 6. GYVŪNINĖS KILMĖS ŽALIAVŲ NAUDOJIMAS GYDYMO TIKSLAIS TIRTOSE APYLINKĖSE

Rengdami anketą įtraukėme klausimų apie gyvūninės kilmės žaliavų gydomąsias savybes, ar vis dar daromos paruošos iš gyvūnų vidaus organų ar net viso gyvūno, kaip respondentai ruošia gyvūninės kilmės paruošas, kokiom ligom gydyti jas vartoja.

Apklausus respondentus tiriamose apylinkėse viso buvo paminėta 16 gyvūninės kilmės žaliavų: medus, vištų kiaušinių lukštai, pilkoji rupūžė, angis, zuikio taukai, avies taukai, kiaulės taukai, kiaulės tulžis, kiaulės šlapimo pūslė, ožkos pienas, upinis vėžys, zuikio spiros, karvės mėšlas, vištų skilveliai, žmogaus šlapimas, skruzdžių rūgštis.

Susisteminus gautus duomesnis, rezultatai patvirtino, kad dar daromos tokios paruošos kaip *krupio* (pilkosios rupūžės) užpiltinės degtine, kiaulės šlapimo pūslės nuovirai (kiaulės pūslės nuovirą gerti nuo pūslės uždegimo siūlo V. Balandienė iš Žem. Kalvarijos, gim. 1942 m.): ši gyvūninės kilmės žaliava bei kiaulės tulžis vienodai cituota tiek Žem. Kalvarijoje, tiek Tveruose – po 50 proc. Tymų (liaudiškai – *blusinių*) gydymo būdą paminėjo A. Danilevičienė iš Žem. Kalvarijos (gim. 1936 m.) – tai avių spiros, užpiltos saldintu pienu.

Visas kitas gyvūnines žaliavas citavimo skaičiumi aplenkė pilkoji rupūžė (*Bufo bufo)* – ją vartoja 75 proc. Tverų apylinkėje apklaustų respondenų, akivaizdžiai mažiau, tik 25 proc., Žem. Kalvarijos respondentų. Žem. Kalvarijos gyventoja O. D. Virketienė (gim. 1940 m.) degtine užpila *krupį* (pilkąją rupūžę), šią užpiltinę vartoja anginai, skarlatinai gydyti. 9 pav. pateikti gauti duomenys, kurie atrinkti pagal citavimų skaičių (mažiausias citavimų skaičius yra 5).

***9 pav. Dažniausiai cituotos gyvūninės kilmės žaliavos***

E. Šimkevičienė iš Tverų (gim 1936 m.) sako, jog jau nuo senų laikų rupūžės gydomąją galią naudoja kokliušui gydyti: pradurtą rupūžę pakišdavo palėpėje, kai sudžiūdavo, ją sudegindavo ir pamirkydavo *tūtį* (čiulptuką) į pelenus, duodavo vaikams čiulpti, kai užsikosėdavo. Vanda Paliuokienė (gimusi 1950 m.) iš Tverų teigia gerklės skausmą gydanti džiovintos rupūžės užpilais degtine. Džiovintą kiaulės šlapimo pūslės nuovirą geria gydydama pūslės ligas. V. Balandienė iš Žem. Kalvarijos (gim. 1942 m.) rekomenduoja šiuo būdu pūslės uždegimą gydytis neščiosioms, esą tai nekenkia vaisiui. Iš visų apklaustųjų V. Paliuokienė iš Tverų vienintelė vartoja iškeptus ir sudžiovintus vištų skilvelius, kuriuos susmulkinusi sumaišo su vandeniu ir geria nuo skrandžio ligų. Gal ne visiems priimtinas sąnarių skausmą mažinantis būdas – dar šilto karvės mėšlo dėjimas ant skaudančių sąnarių.

E. Gudeliauskienė (gim. 1941 m.) iš Tverų kiaulės tulžį naudoja sunkiai gyjančioms žaizdoms užpilti: respondentė teigė, kad žaizdos akimirksniu užgyja. Būtina atkreipti dėmesį į tai, jog, norint naudoti tulžį, ji turi būti paimta iš sveikos kiaulės. Tulžį reikia gerti po kelis lašelius per dieną skrandžio žaizdoms gydyti, teigė V. Balandienė iš Žem. Kalvarijos (gim. 1942 m.).

Viena populiariausių ir nereikalaujanti didelių pastangų gaminant – vištų kiaušinių lukštų paruoša (sumalti ir citrinos sultimis užpilti kiaušinių lukštai): respondentai teigė, jog šis natūralus kalcio šaltinis yra nepakeičiamas, neprilygstantis vaistinėse esantiems, reikia tik netingėti.

E. Šimkevičienė iš Tverų (gim. 1936 m.) nuo sąnarių skausmo, įtrynimams, naudoja angies užpilą degtine.

# 7. TYRIMO METU RESPONDENTŲ PATEIKTOS RECEPTŪROS

## 7.1. Vienkomponentės receptūros, įvardintos Žem. Kalvarijos ir Tverų respondentų

Atlikdami apklausas iš respondentų gavome daug ir įvairių augalinės ir gyvūninės kilmės žaliavų receptų bei informacijos apie grybų, mineralų panaudojimą įvairioms ligoms gydyti. Išgirdome daug nuomonių apie receptus, kuriuose yra viena žaliava, ir kelių žaliavų mišinius. V. Balandienė iš Žem. Kalvarijos (gim. 1942 m.) yra kategoriškai prieš mišinius, kuriuose yra daugiau nei trys medžiagos. Pasak jos, tada žaliavos pradeda tarpusavyje sąveikauti ir galime pasiekti ne gydantį efektą, bet, priešingai, prisišaukti ligą. Iš užpildytų anketų išrinkome respondentų įvardintas vienkomponentes receptūras ir suskirstėme jas pagal ligas.

***1 lentelė. Vienkomponentės receptūros virškinamojo trakto ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Kartusis kietis – Metylis (*Artemisia absinthium* L.) – pilvo skausmams (O. D. Virketienė, gim. 1940 m.).  Kartusis kietis (*Artemisia absinthium* L.) – žarnyno veiklai gerinti, esant viduriavimui (V. Balandienė, gim. 1942 m.). | Kartusis kietis – Metylis (*Artemisia absinthium* L.) – virškinimui gerinti. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| Paprastasis kmynas (*Carum carvi* L.) – pilvo skausmams. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Paprastasis kmynas (*Carum carvi* L.) – pilvo skausmui, viduriavimui. (L. Jurkaitis gim. 1926 m.).  Paprastasis kmynas (*Carum carvi* L.) – apetitui skatinti. (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Trilapis puplaiškis (*Menyanthes trifoliata* L.) – esant skrandžio funkcijos sutrikimams. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Trilapis puplaiškis (*Menyanthes trifoliata* L.) – apetitui gerinti (V. Bižauskas gim. 1961 m.).  Trilapis puplaiškis (*Menyanthes trifoliata* L.) – esant virškinimo trakto ir žarnyno veiklos sutrikimams. (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum* L.) –kirminams išvaryti. (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Valgomasis česnakas (*Allium sativum* L.) – pagerinti apetitui. (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Paprastoji bitkrėslė (*Tanacetum vulgare* L.) – kirminams varyti. (Z. Volkova gim. 1945 m.). | Paprastasis ąžuolas (*Quercus robur* L.) – vidurių veiklai gerinti. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| Naminė slyva (*Punus domestica* L.) – esant užkietėjusiems viduriams. (V. Balandienė gim. 1942 m.). | Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica* L.) – esant dažnam viduriavimui. (A. Urbonienė 1930 m.). |
| Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.) – virškinimo veiklai gerinti. (Z. Volkova gim. 1945 m.). | Paprastasis putinas (*Viburnum opulus* L.) – viduriavimui gydyti. (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |
| Arbatinis grybas – skrandžio rūgštingumui mažinti. (V. Balandienė gim. 1942 m.). | Karpotasis beržas (*Betula pendula* ROTH) – pumpurai (pumpurus, užpylusi su degtine ir palaikiusi 2–3 savaites, geria kiekvieną rytą po gurkšnį prieš valgį), skrandžio rūgštingumui mažinti. (V. Juknienė gim. 1949 m.). |
| Bičių pikis (*Pix liquide*) – užpilamas degtine – skrandžio negalavimams šalinti. | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

\* Pilkame fone – abiejose apylinkėse paminėtos žaliavos, skirtos virškinamojo trakto ligoms gydyti

Lygindami virškinimo trakto ligoms gydyti naudojamų augalų įvairovę, pastebėjome, jog dalis paminėtų augalų: kartusis kietis (*Artemisia absinthium* L.), kmynai (*Carum carvi* L.), puplaiškis (*Menyanthes trifoliata* L.), česnakas (*Allium sativum* L.) turi tendenciją kartotis, bet daugumos augalų naudojimas abiejose apylinkėse skiriasi. Žem. Kalvarijoje žarnyno veiklai gerinti ir vidurių veiklai reguliuoti naudoja slyvas (*Prunus domestica* L.), kiaulpienes (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.), bitkrėslę (*Tanacetum vulgare* L.), esant tom pačiom virškinimo problemom Tverų apylinkės gyventojai naudoja ąžuolo (*Quercus robur* L.), dilgėlės (*Urtica dioica* L.), putino (*Viburnum opulus* L.) paruošas.

***2 lentelė. Vienkomponentės receptūros inkstų, šlapimo takų ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Rūgtis takažolė (*Polygonum aviculare* L.) – šlapinimosi funkcijai reguliuoti. (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Rūgtis takažolė (*Polygonum aviculare* L.) – gerina inkstų veiklą (V. Paliuokienė, gim. 1950 m.). |
| Karpotasis beržas (*Betula pendula* ROTH) – varo šlapimą. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Karpotasis beržas (*Betula pendula*. ROTH) – skatina šlapimo išskyrimą, inkstų ligoms gydyti (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Paprastasis apynys (*Humulus lupulus* L.) – išvaro šlapimą su akmenukais. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Pievinė vingiorykštė (*Filipendula vulgaris* Moench.) – varo šlapimą. (V. Bižauskas gim. 1961 m.). |
| Paprastasis kadagys (*Juniperus communis* L.) – varo šlapimą. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Paprastoji žemuogė (*Fragaria vesca* L.) – esant šlapimo pūslės akmenligei. (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Dirvinis asiūklis (*Equisetum arvense* L.) – esant pūslės uždegimui. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Kvapusis bazilikas (*Ocimum basilicum* L.) – varo šlapimą. (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Paprastasis erškėtis (*Rosa canina* L.) – inkstų veiklai gerinti. (J. Kunsmunienė gim. 1938 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Sėjamoji petražolė (*Petroselinum sativum* L.) – pūslės veiklai gerinti. (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Kiaulės šlapimo pūslės (*Vesica apri*) nuoviras – esant pūslės uždegimui (V. Balandienė, gim. 1942 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

\* Pilkame fone – abiejose apylinkėse paminėtos žaliavos inkstų, šlapimo takų ligoms gydyti

Pastebima tendencija, jog rūgties takažolės (*Polygonum aviculare* L.) ir karpotojo beržo (*Betula pendula* ROTH) žaliavas respondentai žino, gamina pagal žinomus receptus ir vartoja abiejose apylinkėse. Žem. Kalvarijoje buvo paminėta daugiau augalinės kilmės medžiagų, vartojamų inkstų bei šlapimo takų ligoms gydyti: paprastasis apynys (*Humulus lupulus* L.), paprastasis kadagys (*Juniperus communis* L.), dirvinis asiūklis (*Equisetum arvense* L.), paprastasis erškėtis (*Rosa canina* L.), sėjamoji petražolė (*Petroselinum sativum* L.), buvo paminėta ir gyvūninės kilmės – kiaulės šlapimo pūslės – žaliava, kurios nuovirą respondentė vartoja esant pūslės uždegimui. Pastebėjome, jog Tverų apylinkės respondentai inkstų ir šlapimo takų ligoms gydyti nevartoja gyvūninės kilmės medžiagų.

***3 lentelė. Vienkomponentės receptūros kvėpavimo takų ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Ankstyvasis šalpusnis (*Tussilago farfara* L.) – plaučių ligoms. (J. Danelevičius gim. 1931 m.). | Ankstyvasis šalpusnis (*Tussilago farfara* L.) – plaučių ligoms. (L. Jurkaitis gim. 1926 m.). |
| Siauralapis gyslotis (*Plantago lanceolata* L.) – esant kosuliui, organizmui stiprinti. (Z. Varkalienė gim. 1930 m.). | Siauralapis gyslotis (*Plantago lanceolata* L.) – esant kosuliui. (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |
| Mažalapė liepa (*Tilia cordata* Mill) – gripui. (J. Kunsmunienė gim. 1938 m.). | Mažalapė liepa (*Tilia cordata* Mill) – sergant plaučių ligomis. (l. Jurkaitis gim. 1926 m.). |
| Žmogaus šlapimas (*Urina*) – nuo plaučių uždegimo. (J. Danilevičius gim.1931 m.). | Žmogaus šlapimas (*Urina*) – traukti per nosį sergant sinusitu (išeina pūliai). (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |
| Raudonasis burokėlis (*Beta vulgaris convar*.) – sultimis skalauti skaudančią gerklę. (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Didžioji nasturtė (*Tropaeolum majus* L.) – esant kosuliui, plaučių ligoms. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| Paprastoji žemuogė (*Fragaria vesca* L.) – esant kosuliui. (D. Ramonienė gim.1922 m.). | Lauramedis (*Laurus* L.) – esant gripui, kosuliui. (V. Juknienė gim. 1949 m.). |
| Paprastasis apynys (*Humulus lupulus* L.) – kvėpavimo takų ligoms gydyti (Z. Volkova, gim. 1945 m.). | Vingiorykštinė kraujažolė (*Achillea filipendulina* Lam.) – peršalus. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| Rausvažiedė ežiuolė (*Echinaceae purpurea* L.) – imunitetui stiprinti. (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Paprastasis erškėtis (*Rosa canina* L.) – stiprina organizmą. (S. Šimkūnienė gim. 1944 m.). |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum* L.) – gripui gydyti (A. Taujenienė, gim. 1926 m.). | Didysis debesylas (*Inula helenium* L.) – sergant plaučių ligomis. (V. Paliuokienė gim.1950 m.). |
| Kadagio ar gintaro smilkalai vartojami smilkyti gripo epidemijos metu (V. Balandienė gim. 1942 m.). | Ožkos pienas (*Lac caprina*) – stiprina organizmą. (L. Jurkaitis gim. 1926 m.). |
| Krupis (pilkoji rupūžė) (*Bufo bufo*) – užpiltinė degtine, vartoja anginai, skarlatinai gydyti. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Paprastoji avietė (*Rubus idaeus* L.) – kosint, esant viršutinių kvėpavimo takų uždegimui. (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Valgomasis svogūnas (*Allium cepa)* – vartojamos sultys, po arbatinį šaukštą 3–4 kartus per dieną, esant įkyriam kosuliui. (A. Danelevičienė gim. 1936 m.). | Obuolių actas – kosuliui malšinti – skalavimai su 1 šaukštu obuolių acto ir 0,5 stiklinės šilto vandens. (A. Norvaišienė gim. 1926 m.). |
| Kalninė pušis (*Pinus mugo* Turra) – šviežūs pušų spygliai labai padeda gydant gripą: juos reikia užpilti karštu vandeniu, kai nusistovi, nukošti, gerti pasiskaninus medumi. (D. Ramonienė gim. 1922 m.). | Pilkoji rupūžė (*Bufo bufo*) – sudžiovinta rupūžė ir užpilta degtine naudojama gerklės ligoms gydyti (V. Paliuokienė, gim. 1950 m.). |
| Paprastasis patinas (*Viburnum opulus* L.) – uogos su cukrumi – bronchitui gydyti. Išspaudža putino uogų sultis, į pusę litro išspaudų reikia dėti 1 kg cukraus ir vartoti po arbatinį šaukštelį 3 kartus per dieną. (Z. Varkalienė gim. 1930 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

\* Pilkame fone – abiejose apylinkėse paminėtos žaliavos kvėpavimo takų ligoms gydyti

Kvėpavimo takų ligoms gydyti pateikta didžiausia vienkomponenčių receptų įvairovė. Galime daryti prielaidą, jog pasirinktose apylinkėse dažniausiai respondentus kamuoja kvėpavimo takų ligos, dėl to respondentai labiau domisi gamtos teikiamomis gydymosi priemonėmis būtent šiai ligai gydyti, neapsiriboja vienos ar kelių natūraliųjų medžiagų gydomosiomis galiomis, nes ir kvėpavimo takų ligos būna įvairių atmainų, todėl jei viena žaliava nepadeda, padės kita.

Tarp paminėtų žaliavų ankstyvasis šalpusnis (*Tussilago farfara* L.), siauralapis gyslotis (*Plantago lanceolata* L.), mažalapė liepa (*Tilia cordata* Mill) yra vartojami abiejose apylinkėse, tai gali sąlygoti šių žaliavų paplitimas. Taip pat abiejų apylinkių respondentai minėjo ir ne augalinės kilmės žaliavą, kuri, pasak apklaustųjų, labai veiksminga esant plaučių uždegimui ar sinusitui, tai – žmogaus šlapimas (*Urina*). Pasak E. Gudeliauskienės iš Tverų (gim. 1941 m.) reikia šlapimą traukti per nosį ir kvėpavimo takai išsivalys, išeinant pūlingoms išskyroms per nosį.

***4 lentelė. Vienkomponentės receptūros kepenų ir tulžies ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.) – kepenų veiklai gerinti. (Z. Volkova gim. 1945 m.). | Paprastoji morka (*Daucus carota* L.) – sultys valo kepenis. (V. Juknienė gim. 1949 m.). |
| Kiaulės tulžis (*Fel porci*) – kepenų veiklai gerinti, „užpilas su šnapše“. (O. D. Virketienė, gim. 1940 m.). | Baltijinė rasakila (*Alchemilla Baltica* Sam.) – kepenų veiklai gerinti. (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |

Kepenų bei tulžies funkcijoms reguliuoti nebuvo įvardinta daug receptų, kuriuose yra tik viena veikimą sąlygojanti medžiaga. Tenka pastebėti, jog tirtų apylinkių gyventojai nėra linkę kepenų ir tulžies ligas gydyti naudodami iš gamtos gautas natūralias medžiagas. Tveruose paminėti tik du receptai – paprastosios morkos (*Daucus carota* L.) ir baltijinės rasakilos (*Alchemilla Baltica* Sam.). Žem. Kalvarijoje – tik vienas receptas, kuriam naudojama kiaulpienė (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.).

***5 lentelė. Vienkomponentės receptūros reumatinėms ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Sėjamoji petražolė (*Petroselinum sativum* L.) (sultys) – esant druskų sankaupoms sąnariuose (A. Taujenienė, gim. 1926 m.). | Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica* L.) (nudilginimai) – esant sąnarių skausmams. (V. Juknienė gim. 1949 m.). |
| Ropė (*Brassica rapa* L.) (sultys) – esant druskų sankaupoms sąnariuose (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Paprastoji vandens lelija (*Nymphaea alba* L.) – lapų kompresai nuo sąnarių skausmų. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| Pilkoji rupūžė (*Bufo bufo*) – užpiltinė degtine naudojama skaudamiems sąnariams įtrinti. (O. D. Virketienė gim. 1940 m.). | Karvės mėšlas (*Stercus vaccarum*) – esant sąnarių skausmui. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| Paprastoji poniabudė (*Phallus impudicus*) – užpilta degtine naudojama įtrynimams ir šią užpiltinę, pasak respondentės, galima gerti mažomis dozėmis gydant reumatą. (Z. Volkova gim. 1945 m.). | Paprastoji žemuogė (*Fragaria vesca* L.) – esant reumatui. (A. Urbonienė gim, 1930 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Karpotasis beržas (*Betula pendula* ROTH) – esant reumatui. (A. Urobonienė gim. 1930 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Didžiosios varnalėšos (*Arctium lappa* L.) šaknys –trynimams esant sąnarių skausmui. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Kiaulės tulžis (*Fel porci*) – skaudamų sąnarių trynimams. „Naudojama užpiltinė su šnapše“ (V. Paliuokienė, gim. 1950 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Jūros svogūnas, užpiltas degtine – trynimams esant sąnarių skausmui. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |

Reumatinėms ligoms gydyti naudojamų vienkomponenčių receptų pasikartojimo tirtose apylinkėse nepastebėjome. Didesnę įvairovę pateikė Tveruose apklausti repondentai. Šios apylinkės gyventojai minėjo ne tik augalines medžiagas, bet ir kiek neįprastą būdą sąnarių skausmui malšinti: pasak V. Paliuokienės iš Tverų (gim. 1950 m.), labai efektyvu ir gana greitai mažina skausmą dar šilto karvės mėšlo dėjimas ant skaudamų sąnarių. Žem. Kalvarijoje reumatinėms ligoms gydyti iš vienkomponenčių recerptų pateikė ropės (*Brassica rapa* L.) ar sėjamosios petražolės (*Petroselinum sativum* L.) sultis.

***6 lentelė. Vienkomponentės receptūros odos ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Triskiautis lakišius (*Bidens tripartita* L.) – nuoviras nuo alergijos. (D. Ramonienė gim. 1922 m.). | Triskiautis lakišius (*Bidens tripartita* L.) – nuo alergijos. (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum* L.) – karpoms naikinti. (D. Ramonienė gim. 1922 m.). | Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.) – karpoms naikinti. ( A. Norvaišienė gim. 1926 m.). |
| Skruzdėlių rūgštis (*Formica*) – karpoms gydyti: įmesti skarelę į skruzdėlyną ir po kurio laiko ja užrišti ant karpos. (O. D. Virketienė gim.1940 m.). | Karpotasis beržas (*Betula pendula* ROTH) (lapų arbata) –išbėrimams gydyti (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Zuikio taukai (*Pinguedo leporis*) – skauduliams gydyti. (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Kvapioji tuopa (*Populus suaveolens* Fisch.) – tuopos pumpurų užpiltinės degtine žaizdoms gydyti. (E. Šimkevičienė gim. 1936 m.). |

\* Pilkame fone – abiejose apylinkėse paminėtos žaliavos odos ligoms gydyti

Sistemindami gautus duomenis išskyrėme odos ligas, kurių gydymui respondentai žino nedaug priemonių. Kaip pastebėjome, Žem. Kalvarijoje gyventojai žino keletą būdų, kaip naikinti karpas. Vieni jų nereikalauja daug laiko (sutarkuoto česnako dėjimas ant karpos), kiti atrodo gana keisti (skarelės, palaikytos skruzdelyne, rišimas ant karpų), bet, kaip teigė respondentai, tikrai veiksmingi. Abiejose tirtose apylinkėse respondentai naudoja triskiautį lakišių (*Bidens tripartita* L.) alergijai gydyti.

***7 lentelė. Vienkomponentės receptūros žaizdoms, įkandimams ir kitoms traumoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Kiaulės tulžis (*Fel porci*) – greitina žaizdų gijimą. (V. Balandienė gim. 1942 m.). | Kiaulės tulžis (*Fel porci*) – žaizdai užpilti. (E. Gudeliauskienė gim. 1941m.). |
| Zuikio taukai (*Pinguedo leporis*) – rakščiai ištraukti (O. D.Virketienė gim. 1940 m.). | Siauralapis gyslotis (*Plantago lanceolata* L.) – dedamas ant žaizdos, veikia kaip antibiotikas (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Vaistinė medetka (Calendula officinalis L.) – žaizdoms. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Rūgtis takažolė (*Polygonum aviculare* L.) – žaizdoms gydyti. (V. Paliuokienė gim. 1950 m.). |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | Medėjantysis alavijas (*Aloe arborescens* L.) – sultis tepti ant žaizdos. (E. Gudeliauskienė gim. 1941 m.). |

\* Pilkame fone – abiejose apylinkėse paminėtos žaliavos žaizdoms, traumoms, įkandimams gydyti

Respondentai, paklausti, kokias natūraliąsias medžiagas naudoja sunkiai gyjančioms žaizdoms gydyti, vieningai atsakė, jog pats geriausias ir greičiausias būdas – sveikos kiaulės tulžis.

Tveruose buvo paminėta nemažai kitų gamtos teikiamų žaliavų, bet šios kiek lėčiau gydo žaizdas. E. Gudeliauskienė (gim. 1941 m.) teigė, jog siauralapis gyslotis (*Plantago lanceolata* L.) „turi antibiotikams būdingą poveikį“.

***8 lentelė. Vienkomponentės receptūros onkologinėms ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Didžioji ugniažolė (*Chelidonium majus* L.) – nuo vėžio (Z. Volkova gim. 1945 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Įžulnusis skylenis (*Inonotus abliquus*) – užpilas vandeniu palaikomas 1 savaitę – nuo vėžio. (Z. Varkalienė gim. 1930 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Paprastoji musmirė (*Amanita rubescens*) – respondentė teigė, jog ji pati išbandžiusi paprastosios musmirės užpiltinę su degtine gydydamasi onkologinę ligą. Ruošimas: 6 musmires užpilti degtine, kad degtinės būtų 6 cm virš žaliavos ir vartoti po 1 šaukštą per dieną. (Z. Volkova, gim. 1945 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

Žem. Kalvarijos respondentai įvardijo tris žaliavas onkologinėms ligoms gydyti: moterys teigė, kad šios žaliavos padėjo jų vyrams pasveikti užklupus vėžiui.

***9 lentelė. Vienkomponentės receptūros širdies ir kraujagyslių ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica* L.) – vatrojama po 30 g trauktinės kraujotakai gerinti, anemijai gydyti (V. Balandienė gim. 1942 m.). | Didžioji dilgėlė (*Urtica dioica* L.) – geriamos arbatos kraujui valyti. (V. Juknienė gim. 1949 m.). |
| Valgomasis česnakas (*Allium sativum* L.) – sklerozei gydyti (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | Valgomasis česnakas (*Allium sativum* L.) – aterosklerozės profilaktikai (A. Urbonienė gim. 1930 m.). |
| Vaistinis valerijonas (*Valeriana officinalis* L.) – širdžiai, nervams. (Z. Volkova gim. 1945 m.). | Paprastoji kiaulpienė (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.) – skystina kraują. (E. Gudeliauskienė gim.1941 m.). |
| Miškinė gudobelė (*Crataegus rhipidophylla* L.) – širdžiai. (Z. Volkova gim.1945 m.). | Paprastasis raudonėlis (*Origanum vulgare* L.) – kraujo ligoms. (L. Jurkaitis gim. 1926 m.). |
| Paprastoji sukatžolė (*Leonurus cardiaca* L.) – širdies ligoms. (Z. Volkova gim. 1945 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Paprastojo kadagio (*Juniperus communis* L.) šaknų antpilas – valo organizmą, skaido kraują. (J. Kunsmunienė gim. 1938 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Baltijinė rasakila (*Alchemilla Baltica* Sam.) – širdžiai. (J. Kunsmunienė gim. 1938 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |
| Paprastasis erškėtis (*Rosa canina* L.), pumpurai – širdžiai. (J. Kunsmunienė gim. 1938 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

\* Pilkame fone – abiejose apylinkėse paminėtos žaliavos širdies ir kraujagyslių ligoms gydyti

Širdies ir kraujagyslių ligoms gydyti abiejų apylinkių respondentai teigė vartojantys didžiąją dilgėlę (*Urtica dioica* L.) bei valgomąjį česnaką (*Allium sativum* L.). Žem. Kalvarijos respondentai pateikė didesnę žaliavų įvairovę: buvo paminėti vaistinis valerijonas (*Valeriana officinalis* L.), miškinė gudobelė (*Crataegus rhipidophylla* L.), paprastoji sukatžolė (*Leonurus cardiaca* L.), paprastasis kadagys (*Juniperus communis* L), baltijinė rasakila (*Alchemilla Baltica* Sam.), paprastasis erškėtis (*Rosa canina* L.).

***10 lentelė. Vienkomponentės receptūros nervų ligoms gydyti***

|  |  |
| --- | --- |
| **Žem. Kalvarijoje** | **Tveruose** |
| Paprastasis apynys (*Humulus lupulus* L.) – esant nemigai apynių užpilą vartoti po valgomąjį šaukštą 4 kartus per dieną. Galima miegoti ant apynių spurgų prikimštos pagalvės (A. Taujenienė gim. 1926 m.). | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

## 7.2. Daugiakomponenčių mišinių receptūros

**1. Mišiniai virškinamojo trakto ligoms gydyti**

Išsivysčiusiose Vakarų šalyse senėjant visuomenei, su amžiumi susijusios ligos tampa vis sunkesne našta. Dėl amžiaus atsiranda įvairių fiziologinių ir virškinamojo trakto pakitimų – burnos, ryklės, stemplės, skrandžio pokyčių, padidinančių stemplės ir skrandžio ligų tikimybę. [38]

Žem. Kalvarijoje buvo paminėti šie receptai virškinamojo trakto ligoms gydyti:

- Morkų aliejus: morkos, medetkų žiedai, nerafinuotas aliejus. Geriamas esant skrandžio ligoms (V. Balandienė, gim. 1942 m.).

- Užkietėjus viduriams ruošiamos arbatos iš kiaulpienės, šermukšnio uogų, medetkos, šaltekšnio žievės ir kraujažolės mišinio (D. Ramonienė, gim. 1922 m.).

- Obuolių actas – „nuplautus vuobolios sutarkoujem su buruokų tarka, neišiemus jokių šerdžių (tūris bėškė daugiau nei pose trelėtrėnė), dedam 100 g cokraus, užpėlam vondens, įdedam bėškė meilių, dounas plotą. Raugėnam 10 deinų dažna pamaišont, išsunktė. I susidariusė skystė, maždaug 1 l, dedam 100 g cokraus, raugėnam 3 mėn. (Kol palėikt skaidrus).“ Vartojamas nuo skrandžio ligų, naudoja gaminant salotas. (J. Kunsmunienė, gim. 1938 m.)

- Padidėjus skrandžio sulčių rūgštingumui – stiklinėje bulvių sulčių ištirpinti šaukštą medaus. Gerti po trečdalį stiklinės 2–3 kartus per dieną, maždaug valandą prieš valgį. Tęsti maždaug 10 dienų. (A. Taujenienė, gim. 1926 m.)

 Pasirinkta respondentų imtis – senyvo amžiaus žmonės, kurių kasdienybe jau tapęs padidėjęs skrandžio rūgštingumas, pablogėjęs virškinimas ir kitos, su virškinimo traktu susijusios, problemos, tad ne nuostabu, jog respondentai žino daug ir įvairių vaistų negalavimams pašalinti.

Tveruose nebuvo paminėta daugiakomponenčių mišinių, gaminamų iš natūralių medžiagų, virškinamojo trakto ligoms gydyti.

**2. Mišiniai kvėpavimo takų ligoms gydyti**

Kvėpavimo takų ligoms gydyti buvo paminėta ne tik daugiausia vienkomponenčų paruošų, bet, kaip pastebėta susisteminus duomenis, daugiakomponenčių mišinių gausa išsiskiria iš kitoms ligoms gydyti ruošiamų paruošų.

Žem. Kalvarijoje buvo paminėti šie receptai kvėpavimo takų ligoms gydyti:

- Kiaulpienių šaknys ir erškėtrožių uogos sumalamos, sumaišomos lygiomis dalimis, užpilamos karštu vandeniu ir pavirinamos. Nusunkus gerti kai yra alerginė sloga, vartoti, kol praeis, maždaug 2 mėn. (D. Ramonienė, gim. 1922 m.)

- Gripui gydyti V. Balandienė (gim. 1942 m.) siūlo pasigaminti tokį mišinį: 200 g svogūno, citrina (sutarkuota su žievele), 100 g medaus, viską gerai ištrinti, įdėti lazdyno riešutų, sumaltų kavamale, dar dedamas išspaustas česnakas. Tepti ant batono ir valgyti. Respondentė teigė, jog jos anūkai šį mišinį labai mėgsta, priešingai nei kitus, į kurių sudėtį įeina česnakai.

- Gripui esant reikia valgyti česnaką su medumi, užgeriant vandeniu. (D. Ramonienė gim. 1922 m.) .

Tveruose paminėti receptai kvėpavimo takų ligoms gydyti:

- Alijošiaus, kamfaro ir medaus mišinys, vartojamas po stiklinę, stiprina organizmą (V. Juknienė, gim. 1949 m.). Taip pat ši respondentė imunitetui stiprinti pataria valgyti kiekvieną rytą šitokį mišinį: citrina su žievele, medus, česnakas. Vietoj citrinos galima vartoti ir spanguoles.

- Pušų metūgių arbata su medumi – sergant pleuritu. (E. Šimkevičienė, gim. 1936 m.)

- Kūdikiui sergant kokliušu – sudžiovinta rupūžė sudeginama ir čiulptuką pamirkius į medų, merkti į rupūžės pelenus – duoti kūdikiui. (E. Šimkevičienė, gim. 1936 m.)

- Šiltą žmogaus šlapimą su medumi gerti sergant plaučių ligomis. Po stiklinę per dieną. (V. Paliuokienė, gim. 1950 m.)

**3. Mišiniai reumatinėms ligoms gydyti**

Pastebėta, jog daugelis, vardydami paruošas, naudojamas sąnarių ligoms gydyti, paminėjo kaštonų vaisius.

Žem. Kalvarijoje buvo paminėti šie receptai reumatinėms ligoms gydyti:

- Druskoms iš sąnarių pašalinti: pora šaukštelių obuolių acto, toks pats kiekis medaus, viską ištirpiname stiklinėje šilto vandens, gerti prieš valgį. (J. Kunsmunienė, gim. 1938 m.)

Tverų apylinkės respondentai pateikė šiuos daugiakomponenčių mišinių receptus:

- Kaulažolė su taukais – tepa ir apriša skaudamus sąnarius. (E. Šimkevičienė, gim.1936 m.)

- Medetkos žole, sutrynta su taukais, gydo reumatą. (E. Šimkevičienė, gim. 1936 m.)

**4. Mišiniai odos ligoms gydyti**

Žem. Kalvarijoje buvo paminėtas tik vienas mišinys odos ligai – rožei – gydyti: vilkdalgis, eglės sakai, vyšnių sakai („vilkdalgio negalima liesti, o tai nebemačys“). Naudojami atitinkami burtai (O. D. Virketienė, gim. 1940 m.).

Tveruose pateiktas kitoks mišinys rožei gydyti: rožažolė (vaistinė juozažolė), viržiai, šermukšnių žiedai, plaskanės (vyriškos kanapės), geltonieji dobilėliai, krivauninkai (miškinė sidabražolė) – išvirti, įdėti medaus ir, jei stipri rožė, maždaug 700 g išgerti. Jei uždegimas silpnas, gerti po 500 ml ir šiltai gulėti (E. Šimkevičienė, gim. 1936 m.).

Pastebėta, jog tiriamose apylinkėse paminėtos paruošos odos ligai – rožei – gydyti skiriasi. Paminėtose paruošose neatsikartoja nei viena sudedamoji dalis.

**5. Mišiniai inkstų ir šlapimo takų ligoms gydyti**

Šlapimo ligomis sergant – juodųjų serbentų lapus, dilgelės šaknis ir takažolę (lygiomis dalimis) užpilti verdančiu vandeniu, nukošti, vartoti po puse stiklinės prieš valgį. (A. Taujenienė, gim. 1926 m.)

# 8. PASENUSIŲ, GYDYMUI NAUDOJAMŲ NATŪRALIŲJŲ ŽALIAVŲ SUNAIKINIMO BŪDAI

Apklausos metu buvo siekta išsiaiškinti, ką respondentai daro su pasenusiomis žaliavomis. Rezultatai pavaizduoti 10 pav.

***10 pav.******Pasenusių gydymui naudojamų natūraliųjų žaliavų sunaikinimo būdai***

Iš gautų duomenų matome, kad populiariausias pasenusių gydymui naudojamų žaliavų sunaikinimo būdas Žem. Kalvarijoje ir Tveruose – vaistinių žaliavų sudeginimas. Apie respondentus, naudojančius šį naikinimo būdą, galime pasakyti tai, jog degindami, o ne išmesdami surinktas, jau pasenusias žaliavas, jie parodo pagarbą vaistinei žaliavai. Tverų apylinkėje šis naikinimo būdas yra dažnesnis (60 proc. citavimų skaičiaus) nei Žem. Kalvarijoje (50 proc citavimų skaičiaus). Atliekant apklausą sužinota, kad 10 proc. respondentų vartoja net ir pasenusias žaliavas.

# 9. IŠVADOS

1. Susisteminus duomenis įvertinome, jog Plungės rajone pasirinktose apylinkėse vyrauja tendencija gydytis augalinės kilmės medžiagomis (84 proc.), gyvūninės kilmės medžiagos nėra taip plačiai vartojamos (11 proc.).
2. Tyrimo rezultatai parodė, kad dažniausiai gydymui tirtose apylinkėse vartojamos šios augalinės kilmės medžiagos: vaistinė medetka *Calendula officinalis* L. (Žem. Kalvarijoje – 54 proc., Tveruose – 46 proc. citavimų skaičiaus), vaistinis čiobrelis *Thymus vulgaris* L. (Žem. Kalvarijoje 63 proc., Tveruose – 37 proc. citavimų skaičiaus) bei paprastoji avietė *Rubus idaeus* L. (Žem. Kalvarijoje – 60 proc., Tveruose – 40 proc. citavimų skaičiaus).
3. Nustatėme, jog pagrindinės augalinės žaliavos yra žiedai ir lapai, juos paminėjo 100 proc. visų respondentų. Metūgiai dažniau naudojami Žem. Kalvarijoje – 71 proc. citavimų skaičiaus; Tveruose – 29 proc.; Tveruose šaknų žaliava cituota 77 proc., Žem. Kalvarijoje – 23 proc.; sėklos Tveruose sudaro 75 proc., Žem. Kalvarijoje – 25 proc. citavimų skaičiaus.
4. Susisteminus gautus duomenis, nustatyta, jog grybų gydomųjų savybių panaudojimas nėra dažnas – paminėtos tik 4 grybų rūšys. Dažniau grybų paruošas gydymui vartoja Žem. Kalvarijos gyventojai.
5. Nustatėme ir palyginome, jog iš gyvūninės kilmės medžiagų, naudojamų Žem. Kalvarijos ir Tverų apylinkėse, daugiausia kartų paminėta pilkoji rupūžė (*Bufo bufo*): Tveruose – 75 proc., Žem. Kalvarijoje – 25 proc. citavimų skaičiaus. Tyrimo rezultatai parodė, kad kiaulės organai – pūslė, tulžies pūslė – abiejose apylinkėse cituota vienodai – po 50 proc.
6. Nustatėme, jog abiejose apylinkėse dažniausia vartojamas paruošimo būdas yra arbatos (Žem. Kalvarijoje – 25 proc., Tveruose – 26 proc. citavimų skaičiaus).

# 10. LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Astrauskas V, Biziulevičius S, Pavilonis S, Vaitilavičius A, Vileišis A. Medicinos terminų žodynas. Vilnius: Mokslas; 1980.
2. Aukštaitis J. Lietuvos nacionaliniai parkai. 1996; Vilnius p. 129, 128.
3. Basanavičius J. Medžiaga mūsų tautiškai vaistininkystei. 1989.
4. Basanavičius J. Medžiaga mūsų tautiškai vaistininkystei; 1989 m.[G]
5. Bunka E. Takas per Rietavo miškų urėdiją. 2006; Kaunas.
6. Čilvinaitė M. Bobų liekarstvos. Gimtasis kraštas. 1935; Nr. 2(6),P. 316-317 [VV]
7. Čilvinaitė M. Perkūno kolka//Gimtasis kraštas. 1937, Nr. 1(13),-P.84-85
8. Gary J Martin Ethnobotany: A Methods Manual. 2004. p. 23.
9. Gudienė V. Farmacijos istorijos ištakos. - mokomoji knyga. 2003.
10. Gudžinskas Z, Balvočiūtė J. Lietuvos vaistiniai augalai. Pažįstami, bet nežinomi, kūno sveikatai, sielos džiaugsmui. Kaunas: Šviesa; 2008.
11. Heinrich M, Barnes J, Gibbons S, Williamsom EM. Fundamentals of Pharmacognosy and Phytotherapy. Churchill Livingstone; 2004. p. 32, 34, 144, 48.
12. Jankevičienė R. Botanikos vardų žodynas; Vilnius: Botanikos instituto leidykla; 1998.
13. Kardelis K. Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai. Kaunas: Judex, 2002.
14. Korsunas V. Augalai ir sveikata. Vilnius; 1991. p. 6, 118.
15. Lietuviškas botanikos žodynas. Sudarė Vailionis L. I dalis. Kaunas: Varpas; 1938.
16. Lietuvių kalbos žodynas. Vilnius: Mintis; 1968 – 2002.
17. Luobikienė I. Sociologinių tyrimų metodika. Mokomoji knyga. Kaunas; 2010 p. 44, 33.
18. Mazelaitis J, Urbonas V. Lietuvos grybai. 1980. p. 62.
19. Petkevič G. Materialy po narodnoj medicine litovcev. Peterburg; Živaja starina; 1911 m. [BC]
20. Ragažinskienė O, Rimkienė S, Sasnauskas V. Vaistinių augalų enciklopedija. Kaunas: Lututė, 2005.
21. Smailiukas D, Lekavičius A, Butkus V, Jaskonis J. Lietuvos naudingieji augalai. Vilnius; l992. p. 4, 22.
22. Spalvotas augalų atlasas Cvetovoi atlas rastenij. 1990m.
23. Svirskis A, Vilkonis K.K. Augalų sistematika ir ekologijos pagrindai. 2008. p. 12,16.
24. Tiškus V. Mūsų liaudies medicina//Medicina; 1931, Nr.6,-P. 412-418 XXX
25. Tiškus V. Mūsų liaudies medicina//Medicina; 1931,Nr.7,-P. 476-479 XXXX
26. Trimakas R**. Lietuvių liaudies medicina: etnografiniai ir folkloristiniai aspektai. XIX amžiaus pabaiga - XX amžiaus pirmoji pusė. VU. 2008.**
27. Vilkonis K.K. Lietuvos žaliasis rūbas. Kaunas; 2001. p. 5.
28. Žemaitijos nacionalinis parkas. p. 6, 21,22.
29. Journal of Ethnopharmacology. [interaktyvus]. Etnobiologijos ir etnomedicinos žurnalas. (International Society for Ethnopharmacology). Prieiga per internetą: < <http://www.ethnopharmacology.org> >
30. Ethnopharmacological survey of medicinal herbs in Jordan, the Northern Badia region. Iš Journal of Ethnopharmacology. 2011 02-16 [žiūrėta 2011 04-20]. Prieiga per internetą: < <http://www.citeulike.org> >
31. Andrea Pieroni, Cassandra L. Quave, Rocco Franco Santoro. Folk pharmaceutical knowledge in the territory of the Dolomiti Lucane, inland southern Italy. Iš Journal of Ethnopharmacology. Nr. 95. 2004 [interaktyvus]. [žiūrėta 2011 04-20]. Prieiga per internetą: < <http://www.stregheria.com/Italian-Folk-Herbs.pdf> >
32. Screening of plants used in Mayan traditional medicine to treat cancer-like symptoms.Iš Journal of Ethnopharmacology. 2011 balandis [interaktyvus]. [žiūrėta 2011 04-20] Prieiga per internetą: < <http://www.citeulike.org/article/9177552> >
33. Change in medical plant use in Estonian ethnomedicine: a historical comparison between 1888 and 1994. Iš Journal of Ethnopharmacology.2011 04-02 [interaktyvus]. [žiūrėta 2011 04-20]. Prieiga per internetą: < <http://www.citeulike.org/article/8984234> >
34. Folk phytotherapy of the Amalfi Coast (Campania, Southern Italy) Iš Journal of Ethnopharmacology. Nr. 135. [Interaktyvus]. 2011, gegužė [žiūrėta 201104-20]. Prieiga per internetą: < <http://www.sciencedirect.com>>.
35. http://lt.wikipedia.org [interaktyvus] [žiūrėta 2011 01-26]
36. <http://www.mtp.lt> [interaktyvus] [žiūrėta 2011 02-14]
37. [www.straipsniai.lt](http://www.straipsniai.lt) [interaktyvus] [žiūrėta 2011 02-17]
38. <http://www.zemaiciukalvarija.lt> [interaktyvus] [žiūrėta 2011 03-15]
39. <http://www.tverai.lt> [interaktyvus] [žiūrėta 2011 03-05]
40. http://www.wattpad.com [interaktyvus] [žiūrėta 2011 03-16]
41. <http://www.docstoc.com> – [interaktyvus] [žiūrėta 2011 03-20]
42. <http://www.vejozoles.lt> [interaktyvus] [žiūrėta 2011 04-03]
43. <http://www.medicine.lt> [interaktyvus] [žiūrėta 2011 04-03]
44. <http://www.springerlink.com> [interaktyvus] [žiūrėta 2011 04-17]

11. PRIEDAI

1. **Priedas. Respondentų apklausos anketa**

ETNOBOTANINĖS-FARMACINĖS APKLAUSOS ANKETA.

1. Respondento vardas............................................................,

pavardė.......................................................,

amžius

2. Išsilavinimas:

Pradinis

Pagrindinis

Aukštesnysis

Aukštasis

3.Gyvenamoji vieta:

Didmiestyje

Rajono cenre

Kaime

4. Kokius vaistinguosius augalus auginate?..................................................................................................

5. Kokius vaistinguosius augalus renkate?....................................................................................................

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

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

1. Kaip ir kur laikote sudžiovintus vaistinguosius augalus?...............................................................................

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

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

7. Kiek šiuo metu turite surinktų vaistingųjų žaliavų ?

8. Kiek šiuo metu turite vartojimui paruoštų priemonių?

9. Ką darote su „pasenusiomis“ žaliavomis?:

Sudeginate

Išmetate

Užkasate žemėje

Suvartojate ir pasenusias

Kita................................

10. Iš ko išmokote gydytis vaistažolėmis? :

Reklamos

Šeimos gydytojo, vaistininko

Knygų, žurnalų, laikraščių, interneto, radijo, televizijos

Pakuotėse esančių informacinių lapelių

Tėvų, senelių, kaimynų

Kita..........................................................

11. Ar gydymosi vaistažolėmis patirtį perduotate kitiems asmenims? 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 juos vartojate? |  |  |  |  |
| Mišiniai (užrašyti mišinių sudėtį ir gamybos būdus) |  |  |  |  |

**2 priedas. Respondentų išvardytos natūraliosios medžiagos**

**Augalinės kilmės medžiagos**

1. Agurkas paprastasis (*Cucumis sativus* L.)
2. Ajeras balinis (*Acorus calamus* L.)
3. Alavijas medėjantysis (*Aloe arborescens* L.)
4. Apynys paprastasis (*Humulus lupulus* L.)
5. Asiūklis dirvinis (*Equisetum arvense* L.)
6. Auksinis ūsas
7. Avietė paprastoji (*Rubus idaeus* L.)
8. Ąžuolas paprastasis (*Quercus robur* L.)
9. Balanda gelsvoji (*Chenopodium acerifolium* L.)
10. Bazilikas kvapusis (*Ocimum basilicum* L.)
11. Beržas karpotasis (*Betula pendula* ROTH)
12. Bijūnas vaistinis (*Paeonia officinalis* L.)
13. Bitkrėslė paprastoji (*Tanacetum vulgare* L.)
14. Bobramunis dirvinis (*Anthemis arvensis* L.)
15. Brankė (nuo naminukės atskirta..)
16. Bruknė (*Vaccinium vitis-idaea* L.)
17. Bulvė (*Solanum tuberosum* L.)
18. Burokėlis raudonasis (*Beta vulgaris* convar.)
19. Citrinmedis (*Citrus limon* ( L. ) Burm.f.)
20. Česnakas valgomasis (*Allium sativum* L.)
21. Čiobrelis vaistinis (*Thymus vulgaris* L.)
22. Debesylas didysis (*Inula helenium* L.)
23. Dilgelė didžioji (*Urtica dioica* L.)
24. Dobilas gelsvasis (*Trifolium* *ochroleucon* Huds)
25. Dobilas rausvasis (*Trifolium hybridum* L.)
26. Eglė paprastoji (*Picea abies* (L.)H.Karst.)
27. Erškėtis paprastasis (*Rosa canina* L.)
28. Eukaliptas citrininis (*Eucalyptus citroidora* Hook)
29. Ežiuolė rausvažiedė (*Echinaceae purpurea* L.)
30. Garstyčia baltoji (*Sinapsis alba* L.)
31. Garšva paprastoji (*Aegopadium podagraria* L.)
32. Gyslotis siauralapis (*Plantago lanceolata* L.)
33. Gyvatžolė rūgtis (*Polygonum bistorta*)
34. Gluosnis baltasis (*Salix alba* L.)
35. Gudobelė miškinė (*Crataegus rhipidophylla* L.)
36. Ieva paprastoji (*Padus avium* Mill.)
37. Ilgauodegė
38. Indijos svogūnas
39. Jazminas plačialapis (*Philadelphus latifolius* Schrad. ex DC.)
40. Jonažolė paprastoji (*Hypericum perforatum* L.)
41. Jūrsalotė plačioji (*Ulva lactuca* L.)
42. Jūrsvogūnis paprastasis (*Urginea maritima* (L.) Baker)
43. Kadagys paprastasis (*Juniperus communis* L.)
44. Kalendra blakinė (*Coriandrum sativum* L.)
45. Kanapė (*Cannabis*)
46. Kaštonas paprastasis (*Aesculus hippocastanum* L.)
47. Kiaulpienė paprastoji (*Taraxacum officinale* F.H. Lingg.)
48. Kietis kartusis (*Artemisia absinthium* L.) (L.) Schott)
49. Klevas paprastasis (*Acer platanoides* L.)
50. Kmynas paprastasis (*Carum carvi* L.)
51. Kopūstas lapinis (*Brassica oleraceae* convar. acephala (DC.) Alef)
52. Krapas paprastasis (*Anethum graveolens* L.)
53. Kraujažolė vingiorykštinė (*Achillea filipendulina* Lam.)
54. Krienas valgomasis (*Armoracia rusticana* P.)
55. Lakišius triskiautis (*Bidens tripartita* L.)
56. Lauramedis (*Laurus* L.)
57. Liepa mažalapė (*Tilia cordata* Mill)
58. Mairūnas kvapusis (*Majorana hortensis* Moench.)
59. Medetka vaistinė (*Calendula officinalis* L.)
60. Melisa vaistinė (*Melissa officinalis* L.)
61. Mėlynė (*Vaccinium myrtillus* L.)
62. Mėta dirvinė (*Mentha arvensis* L.)
63. Morka paprastoji (*Daucus carota* L.)
64. Nakviša dvimetė (*Oenothera biennis* L.)
65. Nasturtė didžioji (*Tropaeolum majus* L.)
66. Našlaitė trispalvė (*Viola tricolor* L.)
67. Notrelė baltažiedė notrelė (*Lamium album* L.)
68. Obelis (Malus)
69. Pakalnutė paprastoji (*Convallaria majalis* L.)
70. Palergonija kvapioji (*Pelargonium odoratissimum*)
71. Pastarnokas paprastasis (*Pastinaca sativa* L.)
72. Petražolė sėjamoji (*Petroselinum sativum* L.)
73. Pipirmėtė (*Mentha piperita* L.)
74. Pupelė daržinė (*Phaseolus vulgaris* L.)
75. Pušis kalninė (*Pinus mugo* Turra)
76. Putinas paprastasis (*Viburnum opulus* L.)
77. Ramunė vaistinė (*Matricaria recutita* L.)
78. Rasakila baltijinė (*Alchemilla Baltica* Sam.)
79. Raudonėlis paprastasis (*Origanum vulgare* L.)
80. Ridikas juodasis
81. Ropė (*Brassica rapa* L.)
82. Rožažolė juozažolė
83. Runkelis paprastasis runkelis (*Beta vulgaris*)
84. Rūta žalioji (*Ruta graveolens* L.)
85. Salieras valgomasis (*Apium graveolens*)
86. Serbentai juodieji (*Ribes nigrum* L.)
87. Sidabražolė miškinė (*Potentilla erecta* L. Raeusch)
88. Slyva naminė (*Prunus domestica* L.)
89. Spanguolė paprastoji (*Oxycoccus palustris* Pers.)
90. Sukatžolė paprastoji (*Leonurus cardiaca* L.)
91. Svogūnas valgomasis (*Allium cepa*)
92. Šalavijas vaistinis (*Salvia officinalis* L.)
93. Šalmėtė (*Mentha spicata* L.)
94. Šalpusnis ankstyvasis (*Tussilago farfara* L.)
95. Šaltalankis dygiuotasis (*Hippophae rhamnoides* L.)
96. Šarkakojis pataisas (*Lycopodium clavatum* L.)
97. Šeivamedis juodauogis (*Sambucus nigra* L.)
98. Šermukšnis paprastasis (*Sorbus aucuparia* L.)
99. Šilokas aitrusis (*Sedum acre* L.)
100. Takažolė rūgtis (*Polygonum aviculare* L.)
101. Taukė vaistinė (*Symphytum officinale* L.)
102. Trilapis puplaiškis (*Menyanthes trifoliata* L.)
103. Tuopa kvapioji (*Populus suaveolens*Fisch.)
104. Ugniažolė didžioji (*Chelidonium majus* L.)
105. Valerijonas vaistinis (*Valeriana officinalis* L.)
106. Vandens lelija paprastoji (*Nymphaea alba* L.)
107. Varnalėša didžioji (*Arctium lappa* L.)
108. Varpūtis paprastasis (*Elytrigia repens* L.)
109. Veronika dirvinė (*Veronica arvensis* L.)
110. Vilkdalgis geltonasis (*Iris pseudacorus* L.)
111. Vingiorykštė pievinė (*Filipendula vulgaris* Moench.)
112. Viržis šilinis (*Clluna vulgaris* (L.) Hull)
113. Žemuogė paprastoji (*Fragaria vesca* L.)

**Grybai**

1. Arbatinis grybas
2. Musmirė paprastoji (*Amanita muscaria* )
3. Poniabudė paprastoji (*Phallus impudicus*)
4. Skylenis įžulnusis (*Inonotus obliquus* Pil.)

**Gyvūninės kilmės medžiagos**

1. Angis (*Viper*)
2. Avies taukai (*Sebum ovis*)
3. Bičių pikis (*Pix liquide*)
4. Karvės išmatos (*Stercus vaccarum*)
5. Kiaulės šlapimo pūslė (*Vesica apri*)
6. Kiaulės taukai (*Pinguedo porci*)
7. Kiaulės tulžis (*Fel porci*)
8. Medus (*Mel comunis*)
9. Ožkos pienas (*Lac caprina*)
10. Rupūžė (*Bufo*)
11. Skruzdelių rūgštis (*Formica*)
12. Upinis vėžys (*Testatestudinis*)
13. Vištų kiaušiniai (*Ovum gallinaceum*)
14. Vištų skilveliai (*Gallus*)
15. Zuikio spiros (*Stercus leporis*)
16. Zuikio taukai (*Pinguedo leporis*)
17. Žmogaus šlapimas (*Urina*)

**Kitos**

1. Lininė marlė 2. Salietra (*sal petrae*)