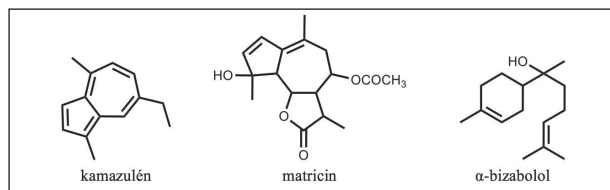


A kamilla

CSUPOR DEZSŐ-KOVÁCS BERNADETT

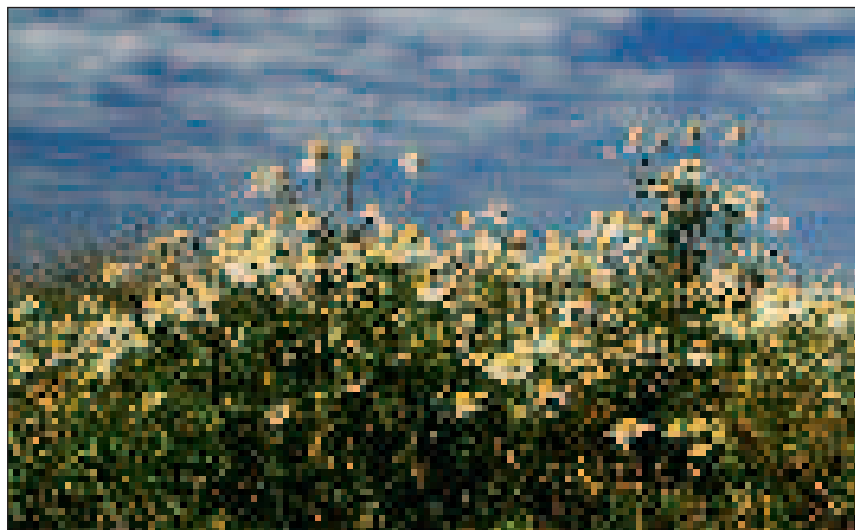


és gombaellenes) hatása, amelyet kivonataival és illóolajával is kimutattak, szeszkviterpénjeinek tulajdonítható.

A kamilla bőrpanaszokat enyhítő (hámosító, gyulladáscsökkentő), szájnyálkahártya-gyulladást mérséklő hatását számos vizsgálatban igazolták. A hatásosság referencia-gyógyszerekkel (pl. szteroidtartalmú kenőcs) összehasonlítva is igazolható volt. Bár hazánkban

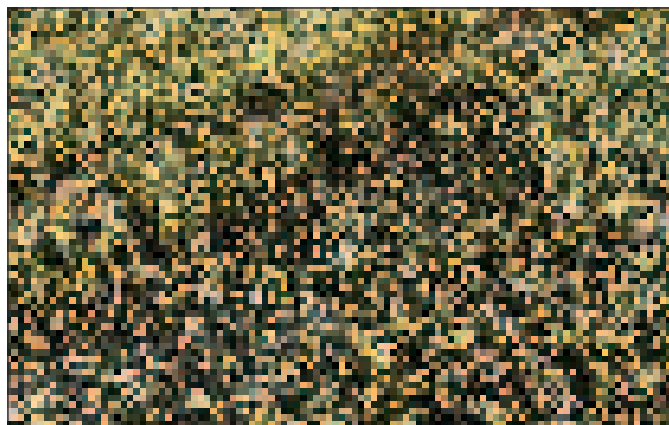
dó hatását klinikai vizsgálatban is megfigyelték (az ezért felelős hatóanyagok nem ismertek). A népi gyógyászatban közismert, emésztési panaszokat enyhítő hatását (görcsoldó, hasmenést mérséklő) is megfigyelték modern vizsgálatban.

A népi orvoslásban a kamillát általában teaként alkalmazzák. Mivel a vizes kivonat nagy mennyiségben tartalmaz a hatásban szerepet játszó anyagot, a kamillatea belsőleg és külsőleg is megalapozottan használható. A teát forrázással kell készíteni (azaz forró vízzel leönteni és pár perc múlva szűrni), ugyanis a főzés a hatóanyagok bomlását és az illóolaj elpárolgását eredményezi. Bár az illóolaj nem elegyedik a vízzel, a növényből kioldódó felületaktív anyagok jelenléte miatt a kamillatea illóolajat is tartalmaz. Egy csésze tea 1–2 kávéskanál virágzathból készíthető. Az orvosi székfű nagyon biztonságos gyógynövény, helyi alkalmazás során nem okoz bőrirritációt. A kamillának tulajdonított allergiás esetek zöméről később kiderült, hogy valószínűleg a szennyezésként jelen lévő vagy tévesen kamillaként azonosított nehézszagú pipitér okozta a panaszokat. Ezért is nagyon fontos, hogy még ebből az ártalmatlan, de hasznos gyógynövényből is megbízható, jó minőségű alapanyagból készítsük el a teánkat.



A kamilla hazánkban sokfelé megtalálható, vad állományából napjainkban is nagymennyiségben gyűjtik (Kalotás Zsolt felvételei)

Egyes vegyületek citotoxikus hatásúak daganatsejteken, de ilyen aktivitást csak *in vitro* körülmények között mutattak ki. A növény kivonata állatkísérletben oldotta a bélgörcsöket, és bélnyálkahártya-védő hatását is leírták. Gyulladáscsökkentő hatásáért az azulén (a kamazulén és rokon vegyületei), a poliszacharidok és a flavonoidok felelősek. A hatás gyulladásmediáló citokinek (IL-1, 6, 8) termelődésének gátlásával, valamint a gyulladás kialakulásában szerepet játszó enzimek (ciklooxygenáz-1 és -2) bénításával magyarázható. Mindezt elsősorban a szeszkviterpének aktivitása okozza.



Az „alföldi kamillavirágzat” 2012-ben felkerült a védett eredetű európai uniós termékek listájára

ilyen célra nem alkalmazzák, Európa déli országaiban és Angliában a kamilla nyugtató hatása elismert. Szorongásol-

A Magyar Gyógyszerész-tudományi Társaság Gyógynövény Szakosztályának célja, hogy tevékenységével hozzájáruljon a gyógynövények szakszerű alkalmazásának terjedéséhez. Ennek jegyében indította útjára 2013-ban az Év gyógynövénye kezdeményezést. Az Év gyógynövényének megválasztásával évről évre újabb gyógynövényre irányul a figyelem, és a kiválasztott növényvel kapcsolatos ismeretek, a hatásával, alkalmazásával összefüggő fontosabb ismeretek az érdeklődők széles köréhez juthatnak el. Az Év Gyógynövénye programról és a kamilláról bővebb információ a <http://evgyogynovenye.hu/> oldalon található.