

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ
ΚΡΗΤΗΣ
ΣΧΟΛΗ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΓΕΩΠΟΝΙΑΣ & ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ
ΤΡΟΦΙΜΩΝ
ΤΜΗΜΑ ΤΕΧΝΟΛΟΓΩΝ
ΓΕΩΠΟΝΩΝ



TECHNOLOGICAL
EDUCATIONAL
INSTITUTE *of* CRETE
SCHOOL *of* AGRICULTURE
FOOD AND NUTRITION
DEPARTMENT *of* AGRICULTURE

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΔΙΑΤΡΙΒΗ

**«ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΚΑΙ ΦΑΡΜΑΚΑΥΤΙΚΑ ΦΥΤΑ ΤΗΣ ΣΑΜΟΥ ΚΑΙ οι
ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΤΟΥΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ »**

ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ ΖΟΥΡΝΑΤΖΗΣ

ΕΠΙΒΛΕΠΩΝ: Δρ. ΒΡΑΧΝΑΚΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ

ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2019

ΚΑΘΗΓΗΤΕΣ ΤΡΙΜΕΛΟΥΣ ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ

ΒΡΑΧΝΑΚΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ

ΔΡΑΓΑΣΑΚΗ ΜΑΓΔΑΛΗΝΗ

ΒΟΓΙΑΤΖΑΚΗ ΑΝΤΩΝΙΑ

**ΤΟ ΕΡΓΟ ΑΥΤΟ ΥΛΟΠΟΙΗΘΗΚΕ ΣΤΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ
ΦΥΤΩΝ ΤΟΥ ΤΜΗΜΑΤΟΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΩΝ ΓΕΩΠΟΝΩΝ,
ΤΗΣ ΣΧΟΛΗΣ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΓΕΩΠΟΝΙΑΣ ΤΟΥ ΤΕΙ ΚΡΗΤΗΣ**

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Η παρούσα διατριβή ξεκίνησε και ολοκληρώθηκε στο εργαστήριο Αρωματικών και Φαρμακευτικών φυτών του τμήματος Τεχνολόγων Γεωπόνων της Σχολής Τεχνολογίας Γεωπονίας & Τεχνολογίας Τροφίμων. Αυτή τη στιγμή που το έργο έχει ολοκληρωθεί, θα ήθελα να ευχαριστήσω τον καθηγητή Θεόδωρο Βραχνάκη για την ευκαιρία που μου έδωσε να εργαστώ στο εργαστήριό του και να προσπαθήσω να φέρω σε πέρας ένα, όπως αποδείχθηκε, ένα δύσκολο έργο.

Επίσης θα ήθελα να ευχαριστήσω τους κατοίκους της Σάμου για τις πληροφορίες που μοιράστηκαν μαζί μου. Γνώσεις που έχουν από τη ζωή στο νησί όλα αυτά τα χρόνια αλλά και γνώσεις από το παρελθόν, για την χρήση των αυτοφυών φυτών του νησιού. Η υποστήριξη που μου προσέφεραν ήταν πολύτιμη.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ	VI
ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ	VII
ΠΕΡΙΛΗΨΗ	X
1 ΚΕΦΑΛΑΙΟ	1
1.1 ΣΚΟΠΟΣ ΤΗΣ ΕΡΕΥΝΑΣ	1
1.2 ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΜΟ	2
1.3 ΚΛΙΜΑΤΙΚΕΣ ΣΥΝΘΗΚΕΣ	3
1.4 ΜΕΘΟΔΟΣ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟΥ	7
2 ΚΕΦΑΛΑΙΟ	9
2.1 ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ	9
2.2 ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΚΑΙ ΣΧΟΛΙΑΣΜΟΣ	10
3 ΚΕΦΑΛΑΙΟ	44
3.1 ΠΕΡΙΓΡΑΦΗ ΤΩΝ ΕΙΔΩΝ	44
3.1.1 <i>AGROPYRON REPENS</i>	44
3.1.2 <i>Cupressus sempervirens</i>	46
3.1.3 <i>Ecballium elaterium</i>	47
3.1.4 <i>Equisetum arvense</i>	48
3.1.5 <i>Eucalyptus camaldulensis</i>	49
3.1.6 <i>Hypericum perforatum</i>	50
3.1.7 <i>Juniperus macrocarpa</i>	52
3.1.8 <i>Laurus nobilis</i>	53
3.1.9 <i>Matricaria chamomilla</i>	54
3.1.10 <i>Melissa officinalis</i>	56
3.1.11 <i>Mentha pulegium</i>	57
3.1.12 <i>Myrtus communis</i>	58
3.1.13 <i>Origanum majorana</i>	59
3.1.14 <i>Origanum onites</i>	60
3.1.15 <i>Pelargonium roseum</i>	62
3.1.16 <i>Pinus brutia</i>	63
3.1.17 <i>Rosmarinus officinalis</i>	64
3.1.18 <i>Ruta chalepensis</i>	65
3.1.19 <i>Salvia fruticosa</i>	66
3.1.20 <i>Sideritis curvidens</i>	68
3.1.21 <i>Thymus boeoticus</i>	69
3.1.22 <i>Tilia tomentosa</i>	70

3.1.23	<i>Valeriana angustifolia</i>	71
3.1.24	<i>Vervena officinalis</i>	72
3.1.25	<i>Vitex agnus castus</i>	73
4	ΣΥΖΗΤΗΣΗ	75
	ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	77

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η Σάμος είναι ελληνικό νησί του ανατολικού Αιγαίου, κοντά στα παράλια της Μικράς Ασίας. Η αυτοφυής χλωρίδα της Σάμου περιλαμβάνει περίπου 1250 είδη. Επίσης 360 των ειδών της χλωρίδας οφείλουν την παρουσία τους στο νησί, στις δραστηριότητες του ανθρώπου και περίπου 15% στη φυσική διασπορά που γίνεται με τα πουλιά, τα θαλάσσια ρεύματα και τον άνεμο. Στην Ελλάδα οι φυτικοί πόροι περιλαμβάνουν περισσότερα από 6000 αυτοφυή taxa (φυτικά είδη και υποείδη). Αν συγκρίνουμε το νησί της Σάμου με την Κρήτη που είναι το μεγαλύτερο νησί της Ελλάδας, στην Κρήτη έχουν βρεθεί 1825 είδη και υποείδη φυτών. Με βάση τους αριθμούς των ειδών που έχουν καταγραφεί ανάμεσα στα δυο νησιά συμπεραίνουμε ότι ο αριθμός των ειδών είναι σημαντικός σχετικά με τη μικρή έκταση του νησιού της Σάμου. Το 28.5% της όλης έκτασης, καλύπτεται από δάση πεύκης τις ορεινές περιοχές κυρίως στο βορείου τμήμα και λιγότερο στο νότιο τμήμα του νησιού. (<https://www.samosin.gr/el/flora-of-samos-gr/>).

Από την αρχαιότητα είναι εκπληκτική η σχέση που είχε ο άνθρωπος με τα βότανα. Μεγάλη πλειονότητα των φυτών θεωρούνταν ιερά και σε πάρα πολλά δίνονταν έως και μαγικές ιδιότητες. Τα φαρμακευτικά φυτά είναι τα αρχαιότερα θεραπευτικά μέσα που ανακάλυψε ο άνθρωπος για τη θεραπεία του και την ανακούφιση του από τους πόνους. Έτσι η ανακάλυψη και η αναγνώριση των θεραπευτικών φυτών από τον άνθρωπο θεωρείται η αρχαιότερη συστηματική δραστηριότητα του στο παγκόσμιο πολιτισμό.

Ως αρωματικά αναφέρονται τα φυτά που χρησιμοποιούνται στη γευστική βελτίωση των τροφών (μαγειρική, ζαχαροπλαστική, βιομηχανία τροφίμων και ποτών), στην κοσμετολογία (σαπούνια, αρώματα, καλλυντικά), για παρασκευή ευφραντικών αφεψημάτων. Και κύριο χαρακτηριστικό τους είναι το ευχάριστο άρωμα και η γεύση.

Όλα τα αρωματικά φυτά είναι και φαρμακευτικά φυτά. Στα περισσότερα η φαρμακευτική τους χρήση προηγήθηκε της αρωματικής. Μερικά φαρμακευτικά δεν είναι και αρωματικά όπως π.χ βαλσαμόχορτο, δακτυλίδα κ.ά.

Η παρούσα διατριβή έχει ως αντικείμενο την έρευνα των φυτών της Σάμου που χρησιμοποιούνται σαν αρωματικά-φαρμακευτικά φυτά. Στόχος είναι η μελέτη των ειδών της νήσου με σκοπό την αξιοποίηση και διαφύλαξη τους από τους ντόπιους. Για την

μελέτη αυτή ακολουθήθηκε η διαδικασία συγκεκριμένων ερωτήσεων από διάφορα μέρη της Σάμου, από ενήλικες ανθρώπους και των δυο φύλων οι όποιοι είναι κυρίως κάτοικοι ορεινών περιοχών που έχουν ενασχόληση με τη γη.

1 ΚΕΦΑΛΑΙΟ

1.1 Σκοπός της έρευνας

Η Σάμος λόγω των εδαφοκλιματικών συνθηκών έχει μια από τις πλουσιότερες χλωρίδες της Ελλάδος ιδίως το κομμάτι που αφορά τα αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά. Αν και η Σάμος εξαιτίας των συνθηκών που επικρατούν σε αυτή, θα μπορούσε να είναι μια από τις σημαντικότερες περιοχές σε παραγωγή και εξαγωγή αρωματικών και φαρμακευτικών φυτών στην Ελλάδα, κάτι το οποίο δεν ισχύει και εισάγουμε μεγάλες ποσότητες βοτάνων από το εξωτερικό, αλλά και αιθέρια έλαια, χάνοντας πολύτιμο μέρος συναλλάγματος. Παράλληλα, αρκετοί ερασιτέχνες συγκεντρώνουν ποσότητες βοτάνων και τα διαθέτουν στο εμπόριο ως κατάλληλα για την θεραπεία διαφόρων παθήσεων, η συλλογή συνήθως σε αυτές τις περιπτώσεις είναι ληστρική, με αποτέλεσμα την μείωση πολλών φυτικών ειδών, την εξάλειψή τους σε διάφορες περιοχές έως και την εξαφάνισή τους.

Σκοπός της εργασίας είναι η καταγραφή, η περιγραφή και οι θεραπευτικές ιδιότητες των βοτάνων και μια αναδρομή στο παρελθόν προσπαθώντας να κατανοήσουμε την σημαντικότητα των βοτάνων τα προηγούμενα χρόνια και την συσχέτιση του σημερινού ανθρώπου με αυτά.

Μέσα από πίνακες και διαγράμματα αλλά και των σχολιασμό αυτών που παρατίθενται παρακάτω, μπορούμε να διαπιστώσουμε τις πολλαπλές χρήσεις των βοτάνων καθώς και το εύρος χρήσης από τους κατοίκους της περιοχής, βγάζοντας χρήσιμα συμπεράσματα για τα αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά.

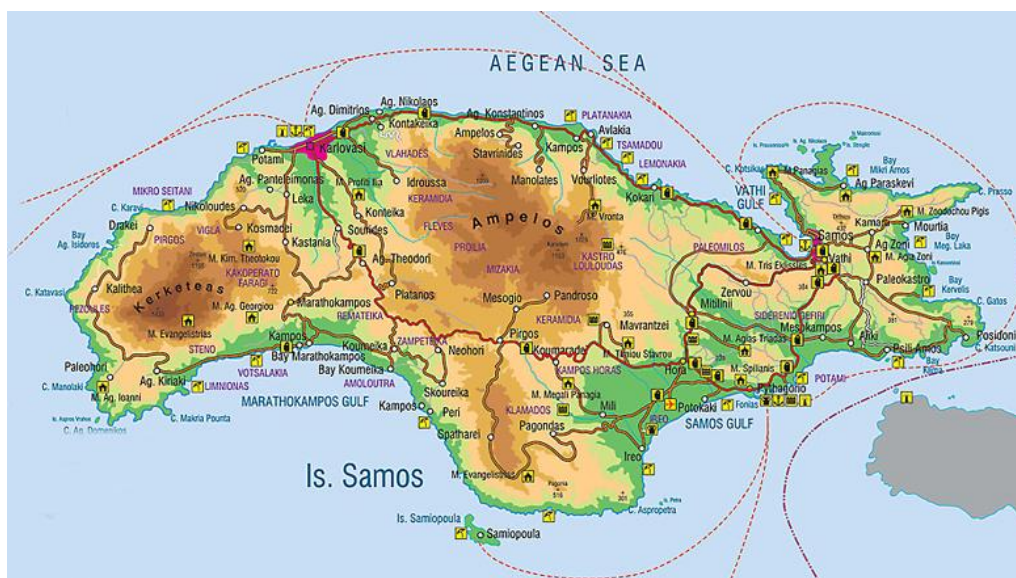
1.2 ΓΕΝΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΑΜΟ



Εικόνα 1: Χάρτης της νήσου Σάμου από δορυφόρο.

Στα ανατολικά του νησιού βρίσκεται η Μικρά Ασία που χωρίζονται με το στενό της Μυκάλης το λεγόμενο «επταστάδιο» (εικόνα 1) του οποίου το ελάχιστο πλάτος είναι λιγότερο από ένα ναυτικό μίλι. Η Σάμος είναι από τα μεγαλύτερα ελληνικά νησιά, το όγδοο σε μέγεθος με έκταση περισσότερο από 447 τετραγωνικά χιλιόμετρα και πληθυσμό 32.974 κατοίκους. Το μήκος της ξεπερνά τα 44 χιλιόμετρα και το πλάτος της φτάνει σχεδόν τα 20 χιλιόμετρα. Έχει μήκος ακτών περίπου 86 χιλιόμετρα. Η ορεινή Σάμος διαθέτει δυο βουνά, τον άγριο βραχώδη και επιβλητικό Κέρκη με ύψος 1444 μέτρα και την καταπράσινη και πιο ήρεμη σε εμφάνιση κατάφυτη Άμπελο, ή όπως την λένε οι ντόπιοι ο Καρβούνης με ύψος 1160 μέτρα. (εικόνα 2)

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό



Εικόνα 2: Στο χάρτη απεικονίζονται τα βουνά Κέρκης και Άμπελος

Το νησί είναι γνωστό για την οργιώδη βλάστηση, το βοτανολογικό τμήμα του μουσείου Φυσικής Ιστορίας που διαθέτει η Σάμος έχει μέχρι τώρα μια συλλογή περίπου 3000 δειγμάτων της χλωρίδας της Σάμου και του Αιγαίου. Επίσης είναι γνωστό και για τις προσωπικότητες που παρείχε στην ελληνική ιστορία, όπως τον μαθηματικό Πυθαγόρα, τον φιλόσοφο Επίκουρο, τον αστρονόμο Αρίσταρχο που φέρεται να σχεδίασε τον πρώτο ηλιοκεντρικό χάρτη και άλλους. Το Ηραίο έχει ανακηρυχθεί Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO.

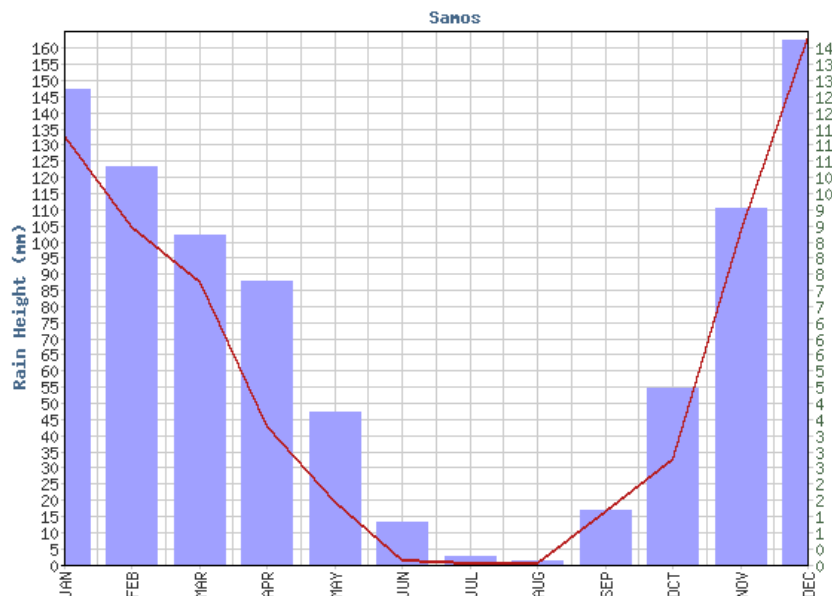
1.3 Κλιματικές συνθήκες

Στην αρχαιότητα η Σάμος ονομαζόταν «Υδρήλη», λόγω των πηγών της. Μελάμφυλλος, Μελάνθεμος, Φυλλίς και Ανθέμις, για την πλούσια και ξεχωριστή χλωρίδα. Πιθανότατα τα περισσότερα από αυτά τα ονόματα να ήταν επίθετα, αφού παράλληλα το όνομα Σάμος εμφανίζεται στις αρχαίες πηγές και μάλλον προέρχεται από μια αρχαία ρίζα (sama) που σημαίνει τόπος με ψηλά βουνά. Παρά την ύπαρξη των βουνών υπάρχει ήπιος κλίμα.

Πίνακας1: τιμές μέσης μηνιαίας βροχόπτωσης στη Σάμο το έτος 2017.

(http://www.hnms.gr/emv/el/climatology/climatology_city?perifereia=North%20Aegean&poli=Samos)

	ΜΕΣΗ ΜΗΝΙΑΙΑ ΒΡΟΧΟΠΤΩΣΗ
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ	133,1
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ	104,7
ΜΑΡΤΙΟΣ	87,9
ΑΠΡΙΛΙΟΣ	43,2
ΜΑΙΟΣ	19,5
ΙΟΥΝΙΟΣ	1,8
ΙΟΥΛΙΟΣ	0,5
ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ	0,7
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ	16,9
ΟΚΤΟΜΒΡΙΟΣ	32,8
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ	103,9
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ	164,0



<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Διάγραμμα 1: Διάγραμμα μηνιαίας βροχόπτωσης στη Ν. Σάμο το έτος 2017.

(http://www.hnms.gr/emy/el/climatology/climatology_city?perifereia=North%20Aegean&poli=Samos)

Η μέγιστη μηνιαία τιμή της βροχόπτωσης στη Σάμο φτάνει μόλις τα 133.1 mm. (διαγ.1) Ενώ το σύνολο ετήσιας βροχόπτωσης είναι στα 600mm.

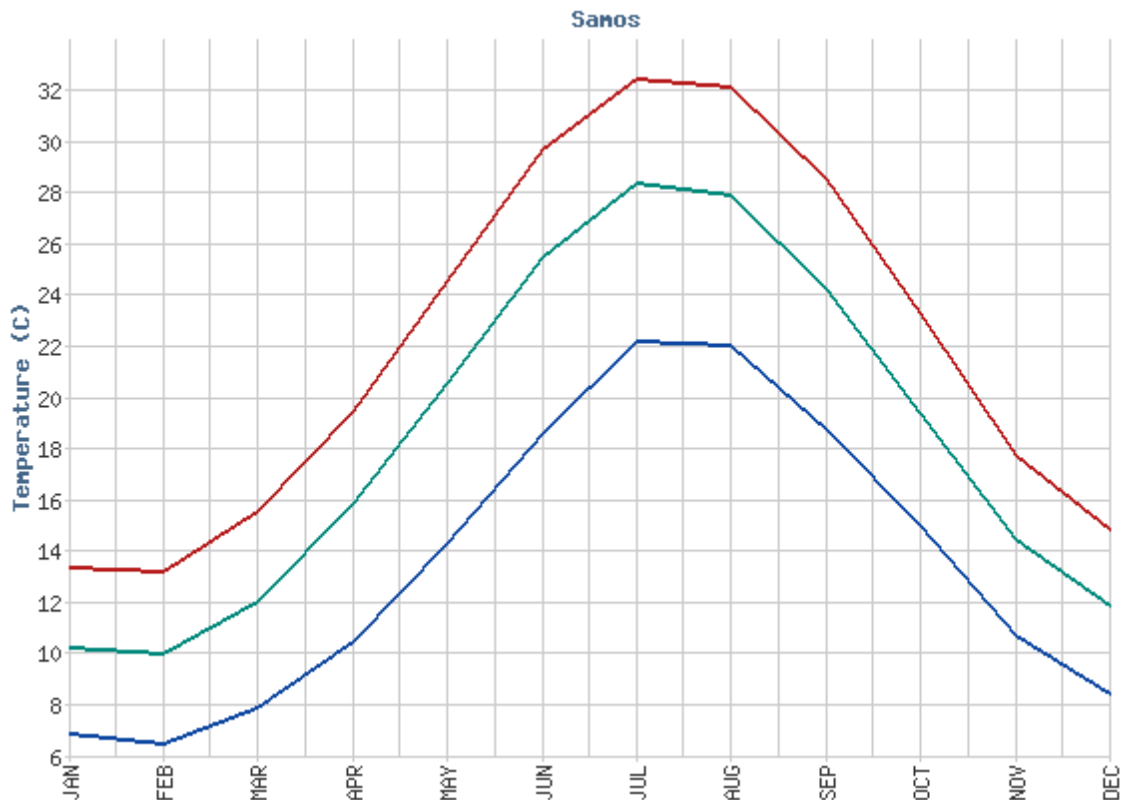
Η υγρή περίοδος του έτους είναι Νοέμβριος – Μάρτιος ενώ κατά τους καλοκαιρινούς μήνες δεν παρατηρείται καθόλου βροχή. (διαγρ.1)

Ο Δεκέμβριος είναι ο πιο βροχερός μήνας και ακολουθούν ο Ιανουάριος και ο Φεβρουάριος. (διαγ.1)

Πίνακας 2: Μηνιαία μέτρηση ελάχιστης, μέσης και μέγιστης θερμοκρασίας στη Ν. Σάμο το έτος 2017.

(http://www.hnms.gr/emy/el/climatology/climatology_city?perifereia=North%20Aegean&poli=Samos)

	ΕΛΑΧΙΣΤΗ ΜΗΝΙΑΙΑ ΘΕΡΜ.	ΜΕΣΗ ΜΗΝΙΑΙΑ ΘΕΡΜ.	ΜΕΓΙΣΤΗ ΜΗΝΙΑΙΑ ΘΕΡΜ.
ΙΑΝΟΥΑΡΙΟΣ	6,9	10,3	13,4
ΦΕΒΡΟΥΑΡΙΟΣ	6,5	10	13,2
ΜΑΡΤΙΟΣ	7,9	12,1	15,6
ΑΠΡΙΛΙΟΣ	10,5	15,9	19,5
ΜΑΙΟΣ	14,3	20,6	24,6
ΙΟΥΝΙΟΣ	18,6	25,5	29,7
ΙΟΥΛΙΟΣ	22,2	28,4	32,5
ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ	22,1	27,9	32,2
ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ	18,8	24,3	28,6
ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ	15	19,4	23,3
ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ	10,7	14,5	17,8
ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΣ	8,5	11,9	14,9



Διάγραμμα 2: Διάγραμμα μέσης, ελάχιστης και μέγιστης θερμοκρασίας στη Ν. Σάμο. (http://www.hnms.gr/emv/el/climatology/climatology_city?perifereia=North%20Aegean&poli=Samos)

Η θερμοκρασία στη Σάμο δεν έχει ακραίες τιμές και κυμαίνεται από 6 °C (στους μήνες Ιανουάριο – Φεβρουάριο) έως 32 °C τους μήνες Ιούλιο – Αύγουστο. (διαγ.2). Η μέση μηνιαία τιμή πέφτει γύρω στους 10 °C μόνο με 3 μήνες το χρόνο (Δεκέμβριο, Ιανουάριο, Φεβρουάριο) ενώ για πάνω από 5 μήνες είναι υψηλότερη από 19 °C.

1.4 Μέθοδος ερωτηματολογίου

Η εργασία εξολοκλήρου πραγματοποιήθηκε στο νησί της Σάμου. Η επαφή με τους κατοίκους γινόταν συνήθως τις απογευματινές ώρες καθώς κατά την διάρκεια της έρευνας, (καλοκαίρι) το πρωί ο κόσμος απασχολείται κατά κύριο λόγο με τη γεωργία. Έτσι λοιπόν σε ένα ιδιαίτερα ευχάριστο κλίμα, οι άνθρωποι μπορούσαν να μεταφέρουν τις γνώσεις τους χωρίς να απασχολούνται από κάτι άλλο.

Για τη λήψη του δείγματος χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος του ερωτηματολογίου λαμβάνοντας δείγμα από τα χωριά του νησιού. Ένα δείγμα 200 κατοίκων του νησιού επιλέχθηκε τυχαία και ήταν διαφόρων ηλικιών. Τα χωριά που επέλεξα για να επισκεφτώ είναι τα εξής: Κοντακαίικα, Κοσμαδαίοι, Μαραθόκαμπος, Σπαθαραίοι, Κουμαραδαίοι, Πυθαγόρειο, Βαθύ, Κοκκάρι, Βουρλιώτες, Δρακαίοι Υδρούσα, Πλάτανος. (εικόνα 3). Ο μέσος όρος ηλικίας ήταν 55 ετών. Οι ερωτήσεις που έγιναν στους κατοίκους του νησιού, ήταν σχετικές με την δράση (χρήση) τους, την συγκεκριμένη πάθηση που θεραπεύουν, την συλλογή,(τόπο και τρόπο) αποξήρανση, συντήρηση, αποθήκευση, προέλευση (αυτοφυή ή εισαγόμενα) των βοτάνων που χρησιμοποιούν. Επίσης αναφέρθηκαν ήθη, έθιμα και λαϊκές παραδόσεις που συνδέονται με τα χρησιμοποιούμενα αρωματικά-φαρμακευτικά φυτά.



Εικόνα 3: Χωριά που επισκέφτηκα (μωβ κουκίδα).

2 ΚΕΦΑΛΑΙΟ

2.1 ΤΟ ΕΡΩΤΗΜΑΤΟΛΟΓΙΟ

Το ερωτηματολόγιο είναι το βασικό μέσο επικοινωνίας ανάμεσα στον συνεντευκτή και στον ερωτώμενο.

Το ερωτηματολόγιο συντάχθηκε με τέτοιο τρόπο, ώστε οι ερωτήσεις να είναι κατανοητές και να απαιτείται όσο το δυνατόν λιγότερος χρόνος για τη συμπλήρωση του. Περιλαμβάνει ερωτήσεις οι οποίες με τις απαντήσεις τους εξασφαλίζουν την ασφαλέστερη εξαγωγή συμπερασμάτων γύρω από την αξία, χρήση των φαρμακευτικών -αρωματικών φυτών την συλλογή, αποξήρανση και διατήρηση των βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής όπου πραγματοποιήθηκε η έρευνα.

Πιο αναλυτικά το ερωτηματολόγιο περιλαμβάνει τις παρακάτω ερωτήσεις:

1. Φαρμακευτικά και αρωματικά φυτά που γνωρίζετε;
2. Ποιο βότανο χρησιμοποιείτε ;
3. Πως μάθατε για την χρήση των βοτάνων;
4. Υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο μέρος που τα αποθηκεύετε;
5. Ποια είναι η προέλευση των βοτάνων που χρησιμοποιείτε ;
6. Ποια είναι η προέλευση των βοτάνων που χρησιμοποιείτε (συλλογή, αγορά, καλλιέργεια);

Ηλικία:

Επάγγελμα:

2.2 Αποτελέσματα και σχολιασμός

Ερώτημα 1^ο: Φαρμακευτικά φυτά που γνωρίζετε;

Πίνακας 1.		
	Συχνότητα απαντήσεων	Ποσοστό%
Αγριάδα	38	22,78
Αλισφακιά	80	51,28
Αχιλλέα	2	1,28
Αψιθιά	27	17,30
Άνθη λεμονιάς	3	1,92
Άνθη πορτοκαλιάς	4	2,56
Αφιόνι	9	5,76
Αλόη	16	10,25
Αμπελοκλάδι	5	3,20
Αμπέλι	1	0,64
Αγριμόνιο	2	1,28
Απήγανος	39	0,25
Ασπρόχορτο	25	16,02
Αγγελική	4	2,56
Αγκινάρα	1	0,64
Αλθαία	2	1,28

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Αμαμελίδα	1	0,64
Άνηθος	4	2,56
Αριά	2	1,28
Βαλεριάνα	6	3,84
Βασιλικός	13	8,33
Βάλσαμο	16	10,25
Βάτος	2	1,28
Βήχιο	2	1,28
Γεροντάκι	5	3,20
Γλυκόριζα	5	3,20
Γιασεμί	1	0,64
Γεντιανή	2	1,28
Γαρύφαλλο	6	3,84
Γαϊδουράγκαθο	8	5,12
Γλυκάνισο	3	1,92
Γιάτρισσα	1	0,64
Γκι	1	0,64
Δεντρολίβανο	50	32,05
Δάφνη	26	16,66
Δίκταμο	4	2,56
Δυόσμος	32	20,02
Δεσποινόβωτο	10	6,41
Ελιά	16	10,38

Ευκάλυπτος	33	21,15
Εκουιζέτο	35	22,43
Ευπατόριο	1	0,64
Εχινάκεια	1	0,64
Θυμάρι	18	11,53
Θρούμπι	12	7,69
Κερασιά	7	4,48
Κονιζάρι	27	17,30
Κισσός	3	1,92
Καρυδιά	11	7,05
Κουμαριά	6	3,84
Κάνναβη	1	0,64
Κουρακοχόρτι	2	1,28
Κάππαρη	9	5,70
Καλαμπόκι	6	3,84
Καλοκρασάς	6	3,84
Κύμινο	2	1,28
Κέδρος	1	0,64
Κρεμμύδι	26	16,60
Κυπαρίσσι	28	17,90
Κανέλλα	3	1,92
Καγιέν	1	0,64
Καλέντουλα	3	1,92

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

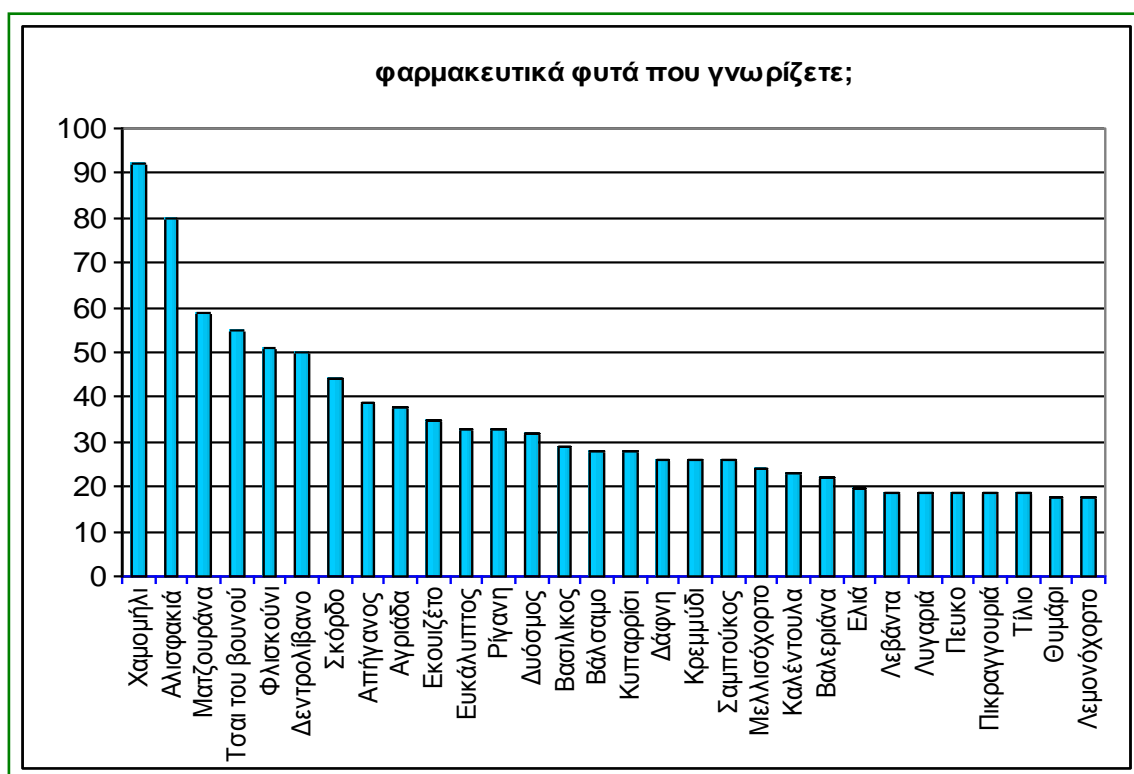
Καρότο	1	0,64
Κόλιανδρο	3	1,92
Κώνιο	1	0,64
Λάπαθο	11	7,05
Λουΐζα	4	2,56
Λυγαριά	4	2,56
Λεβάντα	17	10,89
Λεμονόχορτο	15	9,61
Λάχανο	3	1,92
Λινάρι	3	1,92
Μέντα	17	10,89
Μακρομαλλούσα	3	1,92
Αρμπαρόριζα(Γεράνι)	2	1,28
Μανδραγόρας	1	0,64
Μυρτιά	3	1,92
Μαστίχα	4	2,56
Μάραθος	17	10,89
Μόσχος	3	1,92
Μολόχα	13	8,33
Μαντζουράνα	59	37,82
Μελλισόχορτο	24	15,38
Μαλαλεύκα	1	0,64
Μουρτζιά	2	1,28

Μύρο	1	0,64
Μέλεγκας	2	1,28
Οβριά	4	2,56
Πικραγουριά	19	12,17
Περδικούλι	3	1,92
Πλάτανος	3	1,92
Πεντάνευρο	3	1,92
Παπαρούνα	2	1,28
Πεύκο	19	12,17
Ρίγανη	33	21,15
Ροδιά	8	5,12
Ρολογιά	7	4,48
Σκόρδο	44	28,20
Σινάπι	4	2,56
Συκιά	3	1,92
Σανταλόξυλο	1	0,64
Σχοίνος	6	3,84
Σαμπούκος	26	16,66
Σαλέπι	1	0,64
Σέλινο	10	6,41
Σογκός	2	1,28
Τίλιο	19	12,17
Τριβόλι	1	0,64

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Τρέβλα	2	1,28
Τριαντάφυλλο	6	3,84
Τσουκνίδα	29	18,58
Ταραξάκο	5	3,20
Τσαι του βουνού	55	35,25
Τζίντζερ	2	1,28
Ύσσωπος	2	1,28
Φλόμος	1	0,64
Φλισκούνι	51	32,69
Φυτιλάκι	1	0,64
Χαμομήλι	92	58,97

Πίνακας 1. Στον Πίνακα παρουσιάζεται το ποσοστό δείγματος γνώσης των φαρμακευτικών φυτών από τους κατοίκους της περιοχής .



Διάγραμμα 1. τα πιο διαδεδομένα φαρμακευτικά φυτά στο νησί της Σάμου.

Στο Διάγραμμα 1 φαίνονται τα φαρμακευτικά φυτά τα οποία είναι τα δημοφιλέστερα φυτά στο νησί της Σάμου. Παρατηρείται ότι το χαμομήλι δόθηκε σχεδόν από τους μισούς ερωτηθέντες και ακολουθεί η αλισφακιά το γνωστό φασκόμηλο το οποίο χρησιμοποιείται ευρέως για πλήθος περιπτώσεων όπως και η μαντζουράνα το τσάι του βουνού, το φλισκούνη και το δεντρολίβανο. Στην συνέχεια έχουμε φυτά κυρίως αρωματικά που ο κόσμος γνωρίζει τις φαρμακευτικές τους ιδιότητες το σκόρδο, η ρίγανη και το κρεμμύδι. Στα δημοφιλέστερα φυτά επίσης ανήκει και ο απήγανος ένα φυτό που πρέπει να χρησιμοποιείται με ιδιαίτερη προσοχή.

Ερώτημα 1⁰: Αρωματικά φυτά που γνωρίζετε;

ΠΙΝΑΚΑΣ 2		
ΑΠΑΝΤΗΣΗ	ΣΥΧΝΟΤΗΤΑ ΑΠΑΝΤΗΣΕΩΝ	ΠΟΣΟΣΤΟ%
ΑΛΙΣΦΑΚΙΑ	90	57,69
ΑΨΙΘΙΑ	3	1,92
ΆΝΘΗ ΛΕΜΟΝΙΑΣ	3	1,92
ΆΝΘΗ ΠΟΡΤΟΚΑΛΙΑΣ	3	1,92
ΑΛΟΗ	1	0,64
ΑΠΗΓΑΝΟΣ	11	7,05
ΑΓΓΕΛΙΚΗ	1	0,64
ΑΓΙΟΚΛΗΜΑ	2	1,28

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

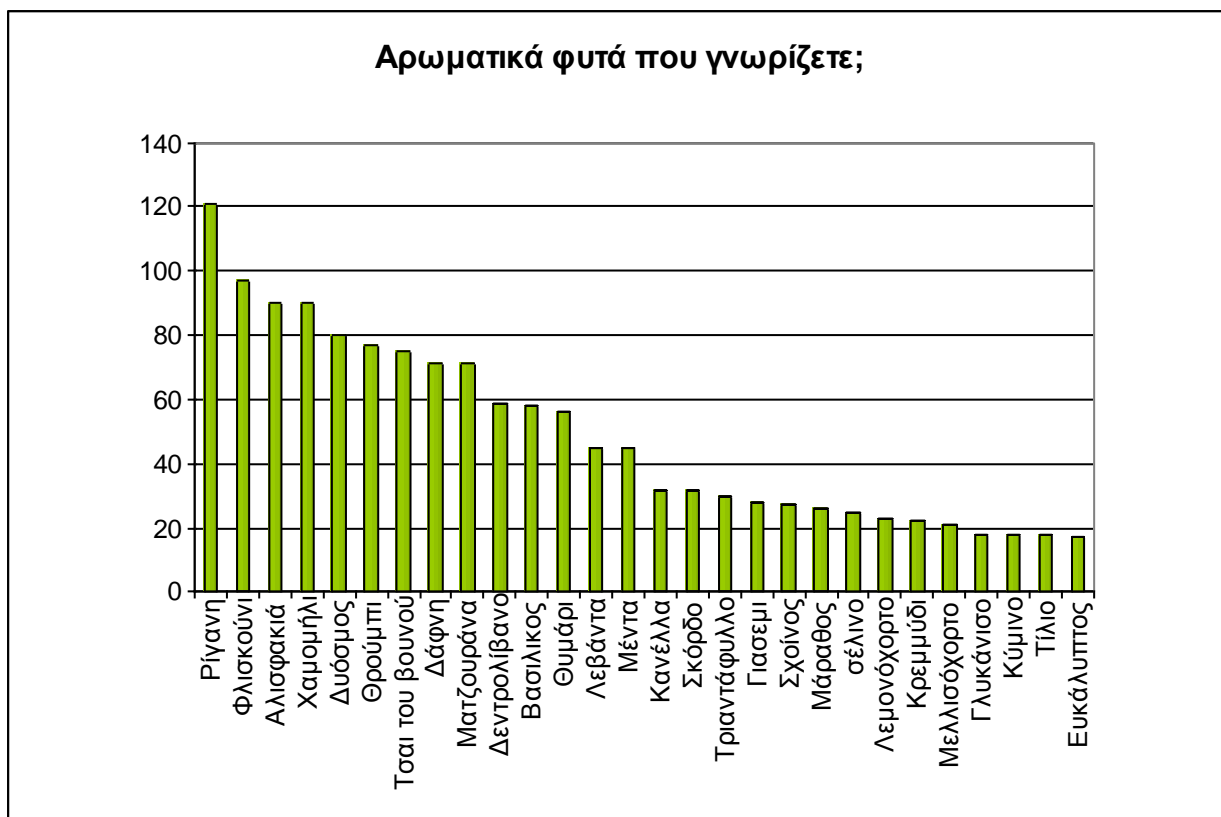
ΆΝΗΘΟΣ	9	5,76
ΒΑΛΕΡΙΑΝΑ	8	5,12
ΒΑΣΙΛΙΚΟΣ	58	37,17
ΒΑΛΣΑΜΟ	1	0,64
ΓΛΥΚΟΡΙΖΑ	5	3,20
ΓΙΑΣΕΜΙ	28	17,94
ΓΑΡΥΦΑΛΛΟ	15	96,15
ΓΛΥΚΑΝΙΣΟ	18	11,53
ΔΕΝΤΡΟΛΙΒΑΝΟ	59	37,82
ΔΑΦΝΗ	71	43,75
ΔΙΚΤΑΜΟ	3	1,92
ΔΥΟΣΜΟΣ	80	51,28
ΕΛΙΑ	1	0,64
ΕΥΚΑΛΥΠΤΟΣ	17	10,89
ΕΣΤΡΑΓΚΟΝ	3	1,92
ΕΥΠΑΤΟΡΙΟ	1	0,64
ΘΥΜΑΡΙ	56	35,89
ΘΡΟΥΜΠΙ	77	49,35
ΚΟΝΙΖΑΡΙ	1	0,64
ΚΡΟΚΟΣ ΚΟΖΑΝΗΣ	5	3,20
ΚΑΡΥΔΙΑ	1	0,64
ΚΟΥΜΑΡΙΑ	6	3,84
ΚΑΠΠΑΡΗ	8	5,12
ΚΑΛΟΚΡΑΣΑ	1	0,64
ΚΥΜΙΝΟ	1	0,64
ΚΡΕΜΜΥΔΙ	22	14,10

ΚΥΠΑΡΙΣΣΙ	9	5,76
ΚΑΝΕΛΛΑ	32	20,51
ΚΑΓΙΕΝ	3	1,92
ΚΑΡΟΤΟ	2	1,28
ΚΟΛΙΑΝΔΡΟ	7	4,48
ΛΑΠΑΘΟ	2	1,28
ΛΟΥΙΖΑ	6	3,84
ΛΥΓΑΡΙΑ	2	1,28
ΛΕΒΑΝΤΑ	45	28,84
ΛΕΜΟΝΟΧΟΡΤΟ	23	14,74
ΛΑΧΑΝΟ	1	0,64
ΜΕΝΤΑ	45	28,84
ΑΡΜΠΑΡΟΡΙΖΑ	14	8,97
ΜΠΑΧΑΡΙ	4	2,56
ΜΥΡΤΙΑ	4	2,56
ΜΑΣΤΙΧΑ	3	1,92
ΜΑΡΑΘΟΣ	26	16,66
ΜΟΣΧΟΣ	4	2,56
ΜΑΝΤΖΟΥΡΑΝΑ	71	45,51
ΜΕΛΛΙΣΟΧΟΡΤΟ	21	13,46
ΜΟΣΧΟΚΑΡΥΔΟ	6	3,84
ΠΑΠΑΡΟΥΝΑ	2	1,28
ΠΕΥΚΟ	7	4,48
ΡΙΓΑΝΗ	121	77,56
ΡΟΔΙΑ	3	1,92
ΣΚΟΡΔΟ	32	20,51

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

ΣΙΝΑΠΙ	1	0,64
ΣΗΣΑΜΙ	1	0,64
ΣΥΚΙΑ	3	1,92
ΣΑΝΔΑΛΟΞΥΛΟ	2	1,28
ΣΧΟΙΝΟΣ	27	17,30
ΣΑΜΠΟΥΚΟΣ	5	3,20
ΣΕΛΙΝΟ	25	16,02
ΤΙΛΙΟ	18	11,53
ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟ	30	19,23
ΤΣΟΥΚΝΙΔΑ	2	1,28
ΤΑΡΑΞΑΚΟ	1	0,64
ΤΣΑΙ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ	75	48,07
ΤΖΙΝΤΖΕΡ	1	0,64
ΎΣΣΩΠΟΣ	2	1,28
ΦΛΟΜΟΣ	3	1,92
ΦΛΙΣΚΟΥΝΙ	97	62,17
ΧΑΜΟΜΗΛΙ	90	57,69

Πίνακας 2. Στον πίνακα 2 παρουσιάζεται το ποσοστό δείγματος γνώσης των αρωματικών φυτών από τους κατοίκους της περιοχής.



Διάγραμμα 2. Τα γνωστότερα αρωματικά φυτά από τους κατοίκους της περιοχής.

Στο διάγραμμα 2 σημειώνονται τα κυριότερα φυτά που γνωρίζουν οι κάτοικοι του νησιού ως αρωματικά φυτά. Παρατηρείται ότι το γνωστότερο από όλα είναι η ρίγανη καθώς χρησιμοποιείται ευρέως στην μαγειρική ως ενισχυτικό γεύσης. Στην συνέχεια ακολουθούν το φλισκούνη, η αλισφακιά, και το χαμομήλι, φυτά τα οποία υπάρχουν άφθονα στο νησί που χρησιμοποιούνται σαν ευφραντικά ροφήματα, αλλά και σαν θεραπευτικά μέσα σε περιπτώσεις κρυολογήματος. Σε μικρότερη συχνότητα αναφέρονται για ποικίλες χρήσεις ο δυόσμος, θρούμπι, τσάι του βουνού, δάφνη, μαντζουράνα και το δεντρολίβανο.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Ερώτημα 2⁰: Ποια βότανα χρησιμοποιείται;

Πίνακας 3		
Απάντηση	Συχνότητα απαντήσεων	Ποσοστό%
Ρίγανη	104	66,66
Τσάι του βουνού	95	60,89
Αλισφακιά	89	57,05
Χαμομήλι	58	37,17
Δάφνη	53	33,97
Μαντζουράνα	52	33,33
Θρούμπι	46	29,48
Δεντρολίβανο	41	26,2 8
Θυμάρι	39	25,0
Βασιλικός	29	18,58
Δυόσμος	29	18,58
Σκόρδο	25	16,02
Κανέλλα	21	13,46
Μελλισόχορτο	20	12,82
Μέντα	19	12,17
Αγριάδα	18	11,53

Λεμονόχορτο	18	11,53
Μάραθος	18	11,53
Τίλιο	15	9,61
Ευκάλυπτος	14	8,97
Λεβάντα	14	8,97
Σχοίνος	14	8,97
Σέλινο	14	8,97
Ελιά	13	8,33
Τσουκνίδα	13	8,33
Κρεμμύδι	12	7,69
Σαμπούκος	11	7,05
Ασπρόχορτο	10	6,41
Απήγανος	9	5,76
Άνηθος	8	5,12
Βαλεριάνα	8	5,12
Γαρύφαλλο	8	5,12
Κυπαρίσσι	8	5,12
Βάλσαμο	7	4,48
Γλυκάνισο	7	4,48
Εκουιζέτο	7	4,48
Κάπαρη	7	4,48
Λουίζα	7	4,48

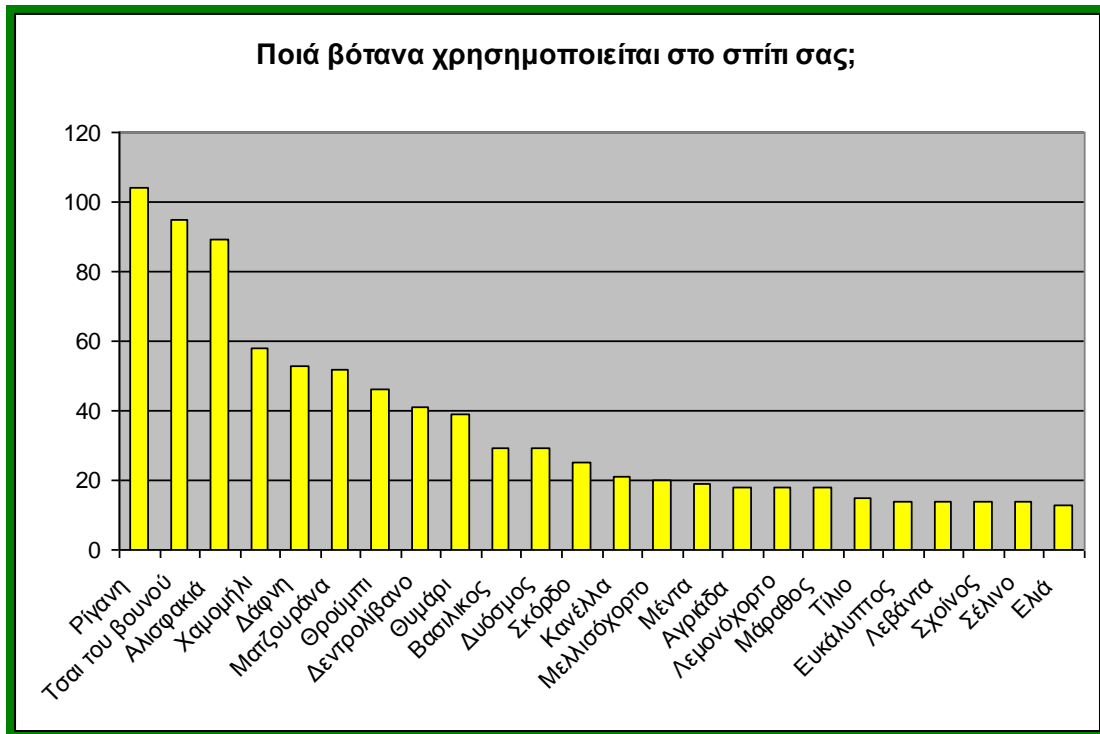
<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Κύμινο	6	3,84
Μοσχοκάρυδο	6	3,84
Καρυδιά	5	3,20
Κόλιανδρο	5	3,20
Μολόχα	5	3,20
Τριαντάφυλλο	5	3,20
Γιασεμί	4	2,56
Πικραγγουριά	4	2,56
Πεύκο	4	2,56
Αψιθιά	3	1,92
Αγγελική	3	1,92
Αμαμελίδα	3	1,92
Αριά	3	1,92
Γλυκόριζα	3	1,92
Δίκταμο	3	1,92
Εστραγκόν	3	1,92
Εχινάκεια	3	1,92
Λάπαθο	3	1,92
Αλόη	2	1,28
Γεροντάκι	2	1,28
Κονιζάρι	2	1,28
Κρόκος Κοζάνης	2	1,28

Καλοκρασιά	2	1,28
Ροδιά	2	1,28
Αχιλλέα	1	0,64
Άνθη λεμονιάς	1	0,64
Άνθη πορτοκαλιάς	1	0,64
Αλθαία	1	0,64
Βάτος	1	0,64
Βήχιο	1	0,64
Γαϊδουράγκαθο	1	0,64
Γκι	1	0,64
Δεσποινόβotano	1	0,64
Ευπατόριο	1	0,64
Κισσός	1	0,64
Κουμαριά	1	0,64

Πίνακας 3. Στον πίνακα παρουσιάζεται η συχνότητα χρήσης των βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό



Διάγραμμα 3. Ποσοστό χρήσης διαφόρων βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής.

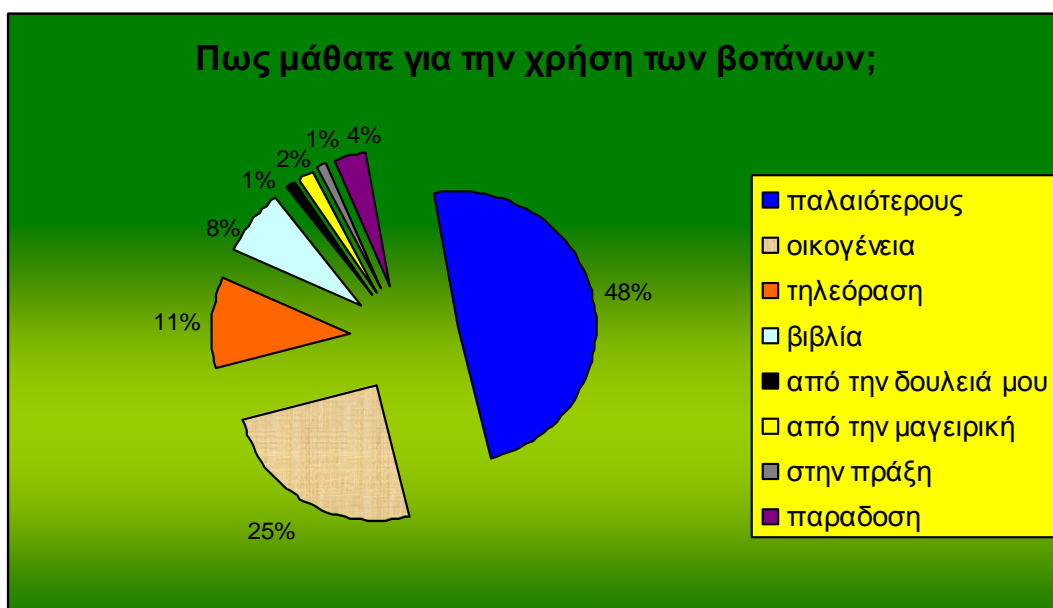
Το δημοφιλέστερο βότανο που χρησιμοποιείται στα σπίτια είναι η ρίγανη και χρησιμοποιείται όπως προαναφέραμε σαν ενισχυτικό γεύσης ακολουθεί το τσάι του βουνού, η αλισφακιά και το χαμομήλι σαν αφεψήματα κατά την χειμερινή περίοδο βλέποντας ότι οι κάτοικοι του νησιού προτιμούν τα αυτοφυή είδη.

Ερώτημα 3^ο: Πως μάθατε για την χρήση των βοτάνων;

Πίνακας 4		
Απάντηση	Συχνότητα απαντήσεων	Ποσοστό%
Παλαιότερους	81	48%
Οικογένεια	41	25%
Τηλεόραση	18	11%
Βιβλία	13	8%
από την δουλεία μου	2	1%
από την μαγειρική	3	2%
στην πράξη	2	1%
Παράδοση	6	4%

Πίνακας 4. Ποσοστό γνώσης της χρήσης των βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής Σάμου.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό



Διάγραμμα 4. πηγή γνώσης χρήσης των βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής.

Στο διάγραμμα 4 παρατηρείται ότι το μεγαλύτερο ποσοστό 48% των ερωτηθέντων έμαθε για την χρήση των βοτάνων από παλαιότερους, που αποδεικνύει, ότι οι παλαιότεροι ήξεραν και χρησιμοποιούσαν τα αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά και έτσι αποτελούν την εγκυρότερη πηγή πληροφόρησης για τους νεότερους. Ακολουθούν η οικογένεια (κυρίως τα μεγαλύτερα σε ηλικία μέλη της οικογένειας). Η τηλεόραση με 11% (αρκετά μεγάλο ποσοστό χωρίς να διευκρινίζεται η πηγή της πληροφορίας αν είναι έγκυρη ή διαφήμιση κ.α).

Ερώτημα 4⁰: Υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο μέρος που τα αποθηκεύετε;

Πίνακας 5		
Απάντηση	Συχνότητα απαντήσεων	Ποσοστό %
Γυάλινα βαζάκια	81	48%
Τάπερ πλαστικά	23	14%
Νάilon σακουλάκια	26	15%
Ντουλάπι	21	13%
Ψυγείο	1	1%
Αποθήκη κρεμασμένα	8	5%
Όχι	6	4%

Πίνακας 5. Στον Πίνακα 5 παρουσιάζεται το ποσοστό δείγματος χρησιμοποίησης ενός συγκεκριμένου χώρου ως μέσο αποθήκευσης των βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό



Διάγραμμα5. Χώροι αποθήκευσης των βοτάνων.

Στο διάγραμμα 5 παρατηρείται ότι τα γυάλινα βάζα καταλαμβάνουν το 48% των απαντήσεων πράγμα που σημαίνει πως ο κόσμος γνωρίζει ότι τα αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά πρέπει να φυλάγονται αεροστεγώς σε κατάλληλες συσκευασίες που να μην επηρεάζουν τις πολύτιμες και ευαίσθητες ουσίες που περιέχουν αυτά τα φυτά. Ακολουθούν τα πλαστικά τάπερ με ποσοστό 13% και τα νάυλον σακουλάκια με ποσοστό 15%.

Ερώτημα 5⁰: Ποια είναι η προέλευση των βοτάνων που χρησιμοποιείτε (συλλογή, αγορά, καλλιέργεια);

Πίνακας 6		
Απάντηση	Συχνότητα απαντήσεων	Ποσοστό %
Μαζεύω από τη φύση	65	37%
Αγοράζω	44	26%
Καλλιεργώ	32	19%
Μου δίνουν φίλοι	30	18%

Πίνακας 6. Στον Πίνακα 6 παρουσιάζεται ο τρόπος απόκτησης των βοτάνων από τους κατοίκους της περιοχής.

Το μεγαλύτερο ποσοστό των κατοίκων του νησιού μαζεύουν από την φύση τα βότανα εφόσον τους είναι απαραίτητα. Το 24% απάντησε ότι δεν τα αναγνωρίζει η δεν έχει χρόνο οπότε τα αγοράζει. Το 19% απάντησε ότι τα καλλιεργεί σε απλές γλάστρες, η μικρά σημεία των κήπων που υπήρχαν τα αρωματικά φυτά για τις ανάγκες του κάθε σπιτιού. Το 18% απάντησε ότι τους τα δώσανε.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Ερώτημα 6⁰ : Ποια είναι η χρήση των βοτάνων που χρησιμοποιείτε ;

Πίνακας 7	
Βότανο	Πάθηση
Αγριαγκινάρα <i>Cynara cardunculus</i>	Καλή λειτουργία καρδιάς-αίματος, Αρτηριοσκλήρωση
Αγγούρι <i>Cucumis sativus</i>	Πάθηση συκωτιού
Αγιόκλημα <i>Lonicera etrusca</i>	Άσθμα
Αγριάδα <i>Agropyron repens</i>	Πέτρες στα νεφρά, Χολή, Καθαρτικό οργανισμού, Διουρητικό, Πίεση
Αγριελιά <i>Olea europaea</i>	Κάψιμο – Δερματικά
Αλθαία <i>Althaea officinalis</i>	Στομάχι
Αλόη <i>Aloe sp.</i>	Δερματικά – Κάψιμο, Πληγή, Έκζεμα
Αμαμελίδα <i>Hamamelis virginiana</i>	Πληγές, Κάψιμο, Αιμορροΐδες
Μάραθος	Αδυνάτισμα, Πέτρες στα νεφρά

<i>Foeniculum vulgare</i>	
Αμπέλι <i>Vitis vinifera</i>	Κολλύριο ματιών, Κιρσούς ποδιών
Αμπελοκλάδι <i>Aristolochia guichardii</i>	Κολικός μωρών
Αμυγδαλιά <i>Prunus dulcis</i>	Βήχας
Απήγανος <i>Ruta chalepensis</i>	Καθαρτικό οργανισμού, Υπνωτικό, Στομαχικά, Ζάχαρο, Σκουλήκια εντέρου, Κρύωμα, Δηλητηρίαση, Καθαρτικό οργανισμού, Κακοσμία – Μασχάλες
Αρτεμισία <i>Artemisia vulgaris</i>	Ευστόμαχο, Εμμηναγωγό, Παρασιτοκτόνο, Διουρητικό
Ασπροζάκι <i>Agrimonia eupatoria</i>	Πληγές εξωτερικές
Ασπρόχορτο <i>Teucrium chamaedrys</i>	Χοληστερίνη, Ρίχνει την πίεση, Ζάχαρο
Αφιόνι <i>Papaver apulum</i>	Υπνωτικό
Αψιθιά <i>Artemisia</i>	Επουλωτικό πληγών, Αντιγριπικό

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

<i>arborescens</i>	
Βαλεριάνα <i>Valeriana calcitrapae</i>	Ηρεμιστικό – Υπνωτικό
Βάλσαμο <i>Hypericum perforatum</i>	Επουλωτικό πληγών, Έλκος στομάχου, Ισχιαλγία, Δερματικά προβλήματα
Βασιλικός <i>Ocimum basilicum</i>	Ύλιγγος, Καλή λειτουργία εγκεφάλου, Μέθη, Προστάτης, Εντομοαπωθητικό
Βατόμουρα <i>Rubus canescens</i>	Κρύωμα, Πίεση
Βήχιο <i>Tussilago farfara</i>	Βήχας
Γαϊδουράγκαθο <i>Silybum marianum</i>	Συκώτι, Ίκτερο
Γαλατσίδα <i>Euphorbia acanthothamno s</i>	Γαρδαβίτσες(εξανθήματα)
Γαρίφαλο <i>Dianthus</i>	Πονόδοντο, Ψώρα

<i>anatolicus</i>	
Γκρέιπφρουτ <i>Citrus paradise</i>	Λιποδιάλυση
Άγριο Γλυκάνισο <i>Pimpinella cretica</i>	Βήχας
Γοργογιάννης <i>Salvia verbenaca</i>	Αποστήματα
Δακτυλίτιδα <i>Digitalis cariensis</i>	Καρδιοτονωτικό
Δάφνη <i>Laurus nobilis</i>	Αρωματισμό ρούχων, Δυναμωτικό μαλλιών, Συκώτι, Αντιμικροβιακό, Βαφτικό μαλλιών
Δεντρολίβανο <i>Rosmarinus officinalis</i>	Βήχας, Δυναμωτικό μαλλιών, Κρύωμα, Ζαλάδες – Πονοκέφαλο, Πίεση, Διουρητικό, Αδυνάτισμα, Αντιγριπικό, Χοληστερίνη, Αιμορροΐδες, Αιμορροΐδες, Αποσυμφορητικό μύτης
Δυόσμος <i>Mentha spicata</i>	Χοληστερίνη, Νεφρά, Ρίχνει πίεση, Καλή λειτουργία στομάχου, Αποβάλλει τη νικοτίνη, Αντιβηχικό, Αναπνευστικό, Κρύωμα, Κακοσμία στόματος
Ελιά <i>Olea europaea</i>	Πίεση, Χοληστερίνη, Δυναμωτικό, Αντιγριπικό, Ρίχνει το ζάχαρο, Θέρμη
Ευκάλυπτος <i>Eucalyptus</i>	Δυναμωτικό μαλλιών, Αποσυμφορητικό μύτης, Φαρυγγίτιδα, Καθαρή αναπνοή, Αποχρεμπτικό, Εισπνοές, Άσθμα

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

<i>camaldulensis</i>	
Θυμάρι <i>Thymus boeoticus</i>	Βρογχικά, Βήχας, Αντιμικροβιακό, Κρύωμα, Καλύτερο ύπνο
Καλαμπόκι <i>Zea mays</i>	Πέτρες στα νεφρά
Καλέντουλα <i>Calentula officinalis</i>	Δερματικά – Κάψιμο
Κανέλλα <i>Cinnamomum zeylanicum</i>	Αϋπνία
Κάππαρη <i>Capparis spinosa</i>	Καθαρτικό οργανισμού
Καρπούζι <i>Citrullus lanatus</i>	Αρθρίτιδα, Ψαμμίαση
Καρυδιά <i>Juglans regia</i>	Δυναμωτικό μαλλιών, Σταματά τον πόνο του σκορπιού
Καστανιά <i>Castanea sativa</i>	Κοκίτη
Κένταυρος <i>Centaurea cyanus</i>	Συκώτι
Κερασιά <i>Prunus avium</i>	Νεφρά, Αρθρίτιδα

Κισσός <i>Hedera helix</i>	Κυτταρίτιδα
Κόλιανδρο <i>Coriandrum sativus</i>	Τονωτικό μνήμης, Τονωτικό νευρικού συστήματος
Κολοκύθι <i>Cucurbita pepo</i>	Προστάτης
Κονιζάρι <i>Dittrichia graveolens</i>	Στούμπηγμα, Εκδορές, Στομάχι, Κάψιμο – Δερματικό, Αντισηπτικό, Επούλωτικό, Μύκητες ποδιών, Κέντημα σκορπιού
Κοντυλόχορτο <i>Equisetum arvense</i>	Αιμορραγίες
Κουμαριά <i>Arbutus unedo</i>	Μαλακτικό στομάχου, Δυναμωτικό οργανισμού
Κουρακοχόρτι <i>Digitalis cariensis</i>	Πέτρες στα νεφρά
Κουτσουνιά <i>Cercis siliquastrum</i>	Δυσκοιλιότητα
Κρεμμύδι <i>Allium cepa</i>	Πόνους σε αυτιά, Στούμπηγμα, Έρπης, Μώλωπες
Κυδωνιά <i>Cydonia oblonga</i>	Κοκκίτη, Μήτρα (Γυναικολογικά)
Άγριο Κύμινο	Καρδιοτονωτικό

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

<i>Cuminum minutum</i>	Ευστόμαχο
Κυπαρίσσι <i>Cupressus sempervirens</i>	Επουλωτικό πληγών, Έλκος στομάχου, Αιμορροΐδες, Δυναμωτικό μαλλιών
Λάπαθο <i>Rumex pulcher</i>	Ζάχαρο, Υπόταση, Σκορβούτο
Λάχανο <i>Brassica oleracea</i>	Μυϊκούς πόνους
Αγριολεβάντα <i>Lavandula pedunculata</i>	Κατά του σκόρου, Χαλαρωτική, Αρωματισμό ρούχων, Πονοκέφαλο, Αντισκωρικό, Ξέπρησμα ποδιών, Δερματικά προβλήματα, Πίεση
Λεμονιά <i>Citrus limon</i>	Δυναμωτικό, Υπέρταση, Ρίχνει τον αιματοκρίτη, Δηλητηρίαση
Λεμονόχορτο <i>Phyla canencens</i>	Ευστόμαχο
Λεύκα <i>Populus nigra</i>	Διάρροια
Λουΐζα <i>Aloysia citrodora</i>	Αδυνάτισμα, Στομάχι
Λυγαριά <i>Vitex agnus-castus</i>	Γυναικολογικά, Σκοροκτόνο – Εντομοαπωθητικό
Μαϊντανός	Πέτρες στα νεφρά, Ουρικό οξύ, Καθαρτικό, Νεφρά, Πόνοι Περίόδου, Μνήμη, Οστεοπόρωση,

<i>Petroselinum crispum</i>	Κυστίτιδα
Μαλαλεύκα <i>Melaleuca acuminata</i>	Επουλωτικό Πληγών
Μάραθος <i>Foeniculum vulgare</i>	Στομαχικά προβλήματα σε μωρά, Πληγές, Στομαχόπονο, Νεφρά, Χοληστερίνη, Αδυνάτισμα
Μελλισόχορτο <i>Melissa officinalis</i>	Υπέρταση, Στομάχι, Πόνοι περιόδου, Πίεση στα γρήγορα
Μέντα <i>Mentha sp.</i>	Παχυσαρκία, Αφροδισιακό, Πονόλαιμο, Πίεση
Μολόχα <i>Malva sylvestris</i>	Δυσκοιλιότητα, Κάλους στα ποδιά, Ξηρό λαιμό
Μόσχος <i>Muscari kerkis</i>	Αρωματισμό ρούχων
Μουριά <i>Morus alba</i>	Πονόδοντο
Μυρτιά <i>Myrtus communis</i>	Δυναμωτικό μαλλιών
Ντομάτα <i>Solanum lycopersicum</i>	Αντιοξειδωτικό
Οβριά <i>Tamus</i>	Νεφρά

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

<i>communis</i>	
Παπαρούνα <i>Paraver rhoeas</i>	Κολπικές πλύσεις
Πεντάνευρο <i>Plantago lanceolata</i>	Χτύπημα, Πέτρες στα νεφρά
Περδικούλι <i>Parietaria judaica</i>	Ηρεμιστικό
Πεύκο <i>Pinus brutia</i>	Εισπνοές, Επουλωτικό πληγών (Αιμοστατικό), Αντισηπτικό
Πικραγγουριά <i>Ecballium elaterium</i>	Ιγμορίτιδα, Πανάδες, Άσμα
Πικροδάφνη <i>Nerium oleander</i>	Γαρδαβιτσες, Αρωματισμό ρούχων, Γυναικολογικά
Πιπεριές <i>Capsicum annuum</i>	Εντομοαπωθητικό
Πλάτανος <i>Platanus orientalis</i>	Αιμορροΐδες, Πέτρες στα νεφρά, Προστάτης
Πολύκομπο <i>Micromeria graeca</i>	Πέτρες στα νεφρά

Πορτοκαλιά <i>Citrus sinensis</i>	Ευστόμαχο, Δυναμωτικό
Ρέικι <i>Erica manipuliflora</i>	Φλεβική ανεπάρκεια, Διουρητικό, Καθαρτικό οργανισμού
Ρίγανη <i>Origanum vulgare</i> <i>Origanum onites</i>	Κυστίτιδα, Στυπτικό, Ευστόμαχο, Πονόλαιμο, Πόνους στομάχου, Σπαστική κολίτιδα
Άγρια Ροδακινιά <i>Prunus prostrate</i>	Πονόδοντο
Ροδιά <i>Punica granatum</i>	Αντισηπτικό, Αντιοξειδωτικό – Δυναμωτικό, Χωνευτικό – Δυναμωτικό
Ρολογιά <i>Passiflora caerulea</i>	Αντιγρυπικό, Αντιμυκητιακό, Επουλωτικό, Δηλητηρίαση Δυσεντερία, Άγχος & Αϋπνία
Σαμπούκος <i>Sambucus ebulus</i>	Παχύ έντερο, Έρπης, Πληγές κάψιμο, Πλύσεις ματιών, Ξεπρησμα δοντιών
Σανταλόξυλο <i>Santalum album</i>	Βήχας
Σέλινο <i>Apium</i>	Αναπλαστικό προσώπου, Ουρικό οξύ

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

<i>graveolens</i>	
Σέννα <i>Cassia angustifolia</i>	Καθαρτικό
Σησάμι <i>Sesamum indicum</i>	Δυσκοιλιότητα
Σινάπι <i>Sinapis alba</i>	Ρίχνει χοληστερίνη
Σκαρολάχανο <i>Mercurialis annus</i>	Κρύωμα
Σκόρδο <i>Allium sativum</i>	Αλωπεκίαση, Ρίχνει την πίεση, Κρύωμα
Σκορπίδι <i>Ceterach officinarum</i>	Νικοτινίαση
Σπάρτο <i>Spartium junceum</i>	Πέτρες στα νεφρά
Σχίνος <i>Pistacia atlantica</i>	Παχυσαρκία, Σύγκαμα, Δυναμωτικό μαλλιών, Στυπτικό, Πληγές
Ταραξάκο <i>Taraxacum officinale</i>	Αρθρίτιδα

Τζίντζερ <i>Zingiber officinale</i>	Καθαρτικό οργανισμού
Τίλιο <i>Tilia tomentosa</i>	Πέτρες στα νεφρά, Ηρεμιστικό, Αντιπυρετικό
Τρέβλα <i>Portulaca oleracea</i>	Κολικός Μωρών, Δυσκοιλιότητα
Τριαντάφυλλο <i>Rosa canina</i>	Ζάχαρο, Αναπλαστικό προσώπου
Τριβόλι <i>Tribulus terrestris</i>	Καθαριστικό προσώπου
Τσάι Κεϋλάνης <i>Camellia sinensis</i>	Ουρικό οξύ, Διάρροια
Τσάι του βουνού <i>Sideritis albiflora</i>	Σίδηρο, Δυσκοιλιότητα, Πονόλαιμος, Γρίπη
Τσουκνίδα <i>Urtica pilulifera</i>	Μνήμη, Πέτρες στα νεφρά, Ουρικό οξύ, Καθαρτικό οργανισμού, Χοληστερίνη, Κνησμό, Δυναμωτικό μαλλιών, Προστάτης, Χολή
Υοσκύαμος <i>Hyoscyamus niger</i>	Άφθες στο στόμα
Ύσσωπος	Πληγές

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
 – το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

<i>Hyssopus officinalis</i>	Νεφρά
Φασκόμηλο <i>Salvia fruticosa</i>	Αντιγρυπικό, Αποστειρωτικό, Ρίχνει την πίεση, Έκζεμα, Ρίχνει τον αιματοκρίτη, Γρίπη Μαλακτικό στομάχου, Αντισηπτικό, Κρύωμα, Τονωτικό
Φιδόχορτο <i>Arum maculatum</i>	Ζάχαρο
Φλισκούνη <i>Mentha pulegium</i>	Αποστειρωτικό, Πονόλαιμο, Μαλακτικό στομάχου
Φτέρη <i>Pteridium aquilinum</i>	Ουρολοίμωξη
Χαμομήλι <i>Matricaria recutita</i>	Χολαγωγό, Πόνους κοιλιάς, Πόνους στομάχου, Ηρεμιστικό, Κολικός μωρών, Καθαριστικό δέρματος, Καταπραυντικό δέρματος, Δυσκοιλιότητα, Αντιγρυπικό, Δυναμωτικό μαλλιών, Καθαρτικό πληγών, Κρύωμα, Αντισηπτικό, Πλύσεις ματιών, Αντιπυρετικό, Πίεση
Χαρουπιά <i>Ceratonia siliqua</i>	Χορήγηση σε νεφροπαθείς

3 ΚΕΦΑΛΑΙΟ

3.1 Περιγραφή των ειδών

3.1.1 *Agropyron repens*



Εικόνα 1: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Poaceae-Graminae (Αγροστώδη)

Κοινή ονομασία: Αγρόπυρον το έρπον ,Αγριάδα

*<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό*

Περιγραφή: Είναι πολυετές ποώδες φυτό με ύψος από 20 έως 70 εκατοστά. Το ρίζωμα είναι σκληρό, στολωνοφόρο και γενικά ακαθόριστο πολλές φορές που μπορεί να φτάσει σε βάθος 30-35 εκατοστά. Τα φύλλα του είναι επιμήκη, γραμμωτά, πράσινα, ελαφρώς χνουδωτά στην πάνω επιφάνεια και λεία στην κάτω επιφάνεια. Τα άνθη και οι καρποί κλείνονται σε ισόπεδη θήκη που βρίσκεται πάνω σε πολύκομπο μίσχο.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Φύεται σε όλη την Ευρώπη και είναι ιδιαίτερα γνωστή ως ζιζάνιο, παρά ως φαρμακευτικό φυτό καθώς δημιουργεί πολλά προβλήματα σε κηπευτικές καλλιέργειες.

Σάμος: Βρίσκεται σχεδόν σε όλη την Σάμο. (Davis,1984)

Χρήση: Το αφέψημα του φυτού χρησιμοποιείται για φλεγμονές των νεφρών και της ουροδόχου κύστης, για δερματικά εξανθήματα και ενοχλήσεις ρευματισμών ευρέως διαδεδομένο στην λαϊκή ιατρική όπου χρησιμοποιείται μέχρι σήμερα σε περιπτώσεις χολολιθίασης. Συγκεκριμένα χρησιμοποιείται το αφέψημα ή το έγχυμα του φυτού μαζί με μουστάκια καλαμποκιού και το εκουιζέτο.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Ριζώματα, ριζώδες μίσχοι και οι στόλωνες.

Ιστορικά στοιχεία: Παλαιότερα, αναμείγνυαν αλευροποιημένη αγριάδα με αλεύρι σίτου και κριθαριού και παρασκεύαζαν ένα είδος ψωμιού πολύ καλής ποιότητας.

3.1.2 *Cupressus sempervirens*



Εικόνα 2: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Cupressaceae

Κοινή ονομασία: Κυπαρίσσι το αειθαλές, κυπαρίσσι

Περιγραφή: Ρητινώδες δένδρο με ύψος που μπορεί να φθάσει τα 15-30 μέτρα.

Έχει απλωτά κλαδιά και πυραμοειδή κορυφή. Τα φύλλα του είναι λεπιοειδή, σκουροπράσινα. Αρσενικά άνθη μικρά, μακρουλά, κίτρινα. Θηλυκά άνθη (κώνοι) στρογγυλωπά, πράσινα, με διάρκεια ανάπτυξης δυο ετών.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Νότια Ευρώπη. (Davis, 1984)

Σάμος: Στο όρος Κάστρο και φυτεύεται στα νεκροταφεία και στις εκκλησίες.

Χρήση: Το εκχύλισμα των κώνων χρησιμοποιείται σε περίπτωση αιμορροΐδων και κισσών. Το αφέψημα από τα φύλλα και τους κώνους χρησιμοποιείται παραδοσιακά σαν τονωτικό μαλλιών ενισχύοντας την τριχοφυΐα και σταματώντας την τριχόπτωση.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: τα φύλλα και οι κώνοι του δένδρου.

Ιστορικά στοιχεία: Την Μεγάλη Παρασκευή παίρνουνε τον κώνο του κυπαρισσιού(κυπαρισσόμηλα), τον τρίβουνε και τον βάζουν στο θυμιατό μαζί με το λιβάνι και θυμιάζουνε τα σπίτια γιατί πιστεύουν ότι έτσι επιστρέφουν τα αγαπημένα τους πρόσωπα ως πνεύματα για ένα βράδυ.

3.1.3 *Ecballium elaterium*



Εικόνα 3: Ζουρνατζής 2015



Εικόνα 4: το άνθος του φυτού (Ζουρνατζής 2015)

Οικογένεια: Cucurbitaceae Κολοκυνθίδες ή Κουκουρβιτίδες

Κοινή ονομασία: Εκβάλλιο το ελατήριο Πικράγγουρο

Περιγραφή: φυτό μέχρι 1 μέτρο ύψος, ελαφρώς σαρκώδες, με πυκνές αδρές τρίχες και έρποντες, κατακείμενους βλαστούς. Φύλλα μέχρι 10 εκ., έμμισχα, καρδιοειδή, τριγωνικά, κυματώδη στις άκρες. Άνθη καμπανοειδή, κίτρινα, (εικόνα 4) τα αρσενικά μέχρι 20 χιλ. σε βότρες, τα θηλυκά απομονωμένα. Καρπός (κάψα) περίπου 5 εκ., ωοειδής – μακρουλός, πολύ τριχωτός. Στην ωρίμανση, οι καρποί διαρρηγνύονται στη παραμικρή κίνηση, εκτοξεύοντας τους σπόρους και συνάμα ένα παχύρρευστο υγρό ερεθιστικό για το δέρμα.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σε όλη την Ευρώπη (Davis, 1984)

Σάμος: Φύεται σε αγρούς και κοντά σε παραλίες σε όλο το νησί.

Χρήση: Ο καρπός και η ρίζα του φυτού σε μικρές δόσεις έχουν ισχυρές καθαρτικές ιδιότητες. Θεωρείται φάρμακο για την ιγμορίτιδα και τον ίκτερο. Το αφέννημα των καρπών του φυτού κατά την διάρκεια του βρασμού αν γίνουν εισπνοές είναι ιδιαίτερα βοηθητικό για τα ιγμόρεια. Σε μεγαλύτερη δόση το φυτό μπορεί να προκαλέσει από έντονους εμετούς έως και τον θάνατο.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Ο καρπός του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Αναφέρθηκε ότι χρησιμοποιούνταν σε πολλά χωριά της Σάμου ως καθαρτικό και κατά της υδρωπικίας. Αναφέρεται ότι ο Πυθαγόρας έδωσε σε μια κατσικά να φάει πικραγγουριά και μετά έδωσε το γάλα της σε ένα παιδί ως καθαρτικό.

3.1.4 *Equisetum arvense*



Εικόνα 5: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Equisetaceae (Ιππουρίδες-πτεριδόφυτο)

Κοινή ονομασία: Εκουιζέτο το αρουραίο, πολύκομπο, κοντυλόχορτο.

Περιγραφή: Πολυετές φυτό με όρθια στελέχη ύψους 10 έως 30 εκατοστών. Χαρακτηρίζεται από σποραγγειοφόρους άξονες, μικρής διάρκειας και σημαντικά περιβλήματα στις αρθρώσεις. Οι σπόνδυλοι των κλαδιών είναι αδύνατοι, ανοιχτοπράσινοι, με μαύρες οδοντώσεις στην κορυφή.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σε όλη την Ευρώπη. (Davis, 1984)

Σάμος: Απαντάται στο όρος Κέρκης.

Χρήση: Εξαιτίας του διοξειδίου του πυριτίου που περιέχει το αφέψημά του βοηθά στην επούλωση τραυμάτων, βοηθά σε περιπτώσεις χολολιθίασης μαζί με άλλα βότανα και

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

η τονωτική και καθαρτική του δράση το κάνουν ιδιαίτερα χρήσιμο σε περιπτώσεις ακράτειας και νυχτερινής ενούρησης. Το αφέψημα του πολύκομπου επίσης βοηθά, σε μικρό βαθμό, περιπτώσεις ρευματικών πόνων.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: οι μίσχοι του φυτού (αποξηραμένοι).

Ιστορικά στοιχεία: Το φυτό χρησιμοποιείται σαν φαρμακευτικό κατά την Ιταλική κατοχή, όπου το έπιναν οι αντάρτες πριν τις μάχες σαν αφέψημα γιατί πίστευαν ότι σε περίπτωση τραυματισμού δεν θα είχαν μεγάλη απώλεια αίματος.

3.1.5 *Eucalyptus camaldulensis*



Εικόνα 6: <http://ingolden.gr>

Οικογένεια: Myrtaceae (Μυρτίδες)

Κοινή ονομασία: Ευκάλυπτος

Περιγραφή: Είναι αειθαλές δένδρο που φτάνει έως και τα 40 μέτρα. Πολύ ανθεκτικό και ανθίζει μετά τα μέσα του Ιανουαρίου. Τα φύλλα είναι στενόμακρα, γκριζοπράσινα, αρωματικά. Τα άνθη είναι ερμαφρόδιτα (έχουν και αρσενικά και θηλυκά όργανα) και γονιμοποιούνται από τις μέλισσες. Προσαρμόζεται σε όλα τα εδάφη, προτιμά εύκρατα και ζεστά κλίματα, ηλιόλουστες θέσεις και αντέχει στην ξηρασία και στις παραθαλάσσιες περιοχές.

Σάμος: Διασκορπισμένο στο νησί.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Αυστραλία, Τασμανία, Αλγερία, Βραζιλία και όλη την Ευρώπη. (Davis,1984)

Χρήση: Τα φύλλα του ευκαλύπτου χρησιμοποιούνται για εισπνοές σε περιπτώσεις βρογχίτιδας και ιγμορίτιδας. Βράζουμε σε ένα μπουκάλι νερό και προσθέτουμε φύλλα ευκαλύπτου όπου και γίνονται οι εισπνοές. Σε περιπτώσεις κρυολογήματος, ρευματισμών και αϋπνίας βράζουμε φύλλα ευκαλύπτου και τα προσθέτουμε στην μπανιέρα κάνοντας ένα ανακουφιστικό μπάνιο.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: ώριμα φύλλα.

Ιστορικά στοιχεία: Ο ευκαλύπτος χρησιμοποιήθηκε ευρέως από τους κατοίκους του νησιού σαν αντιπυρετικό και σαν αντιγριπικό κατά την περίοδο της ιταλικής κατοχής.

3.1.6 *Hypericum perforatum*



Εικόνα 7: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Hypericaceae (Υπερικίδες)

Κοινή ονομασία: Υπερικο το διάτρητο, βάλσαμο, σπαθόχορτο, λειχνόχορτο, χελωνόχορτο, χόρτο του Αι Γιάννη.

Περιγραφή: Φυτό μέχρι 80 εκ., με πολυετείς ρίζες, λείο αλλά με δυο ανάγλυφες

*<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό*

ραβδώσεις κατά μήκος των βλαστών. Φύλλα ωοειδή μέχρι γραμμοειδή, επιφυή, με διαφανείς αδένες που μοιάζουν με τρυπίτσες που έχουν γίνει με βελόνα. Άνθη κίτρινα, με πέταλα και σέπαλα μέχρι 20 εκ., που φέρουν μαύρες στίξεις στις άκρες. Στήμονες κοντότεροι από τα πέταλα.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Ευρώπη Ασία Βόρεια Αφρική. (Davis,1984)

Σάμος: Διασκορπισμένο στο νησί.

Χρήση: Τα άνθη του φυτού χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπιση της ήπιας μορφής κατάθλιψης που οφείλεται σε συγκεκριμένες ουσίες που εμπεριέχονται στο φυτό όπως είναι η υπερικίνη και κατά δεύτερον η ψευδουπερικίνη, το βαλσαμόλαδο ή σπαθόλαδο (η ξηρή δρόγη τοποθετείται σε ελαιόλαδο για διάστημα 15 ημερών για να εκχειλιστούν οι δραστικές ουσίες),είναι ιδιαίτερα διαδεδομένο στο νησί σε περιπτώσεις πληγών και εγκαυμάτων σαν επουλωτικό και βοηθά ιδιαίτερα στο έλκος του στομάχου (κατάποση). Χρησιμοποιείται για επάλειψη εξωτερικά στο μέρος του στομάχου σε περιπτώσεις στομαχόπνου.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Οι ανθισμένες κορυφές.

Ιστορικά στοιχεία: Το υπέρικο χρησιμοποιείται πάνω από 2000 χρόνια για την επούλωση τραυμάτων.

Οι Σαμιώτες πιστεύουν ότι το βότανο προστατεύει από τα Μάγια. Λένε ότι ονόμασαν το φυτό βότανο του Προδρόμου προς τιμήν του Ιωάννη του Βαπτιστή, επειδή πίστευαν ότι το αποδέσμευε σαν αίμα στις 29 Αυγούστου ημέρα Γιορτής του Αγίου. Έτσι λοιπόν έχοντας αποκτήσει αυτή την πεποίθηση την παραμονή της γιορτής του Αγίου έκαιγαν βάλσαμο για να εξαγνίσουν τα κακά πνεύματα καθαρίσουν τον αέρα και να εξασφαλίσουν υγιείς σοδειές.

3.1.7 *Juniperus macrocarpa*



Εικόνα 8: <http://ingolden.gr>

Οικογένεια: Cupressaceae (Κυπαρισσίδες)

Κοινή ονομασία: Άρκευθος η κοινή, Αγριοκυπάρισσο.

Περιγραφή: Αειθαλές δένδρο, με ύψος από 1 έως 10 μ. Φύλλα (βελόνες) μέχρι 25 χιλ., με αγκαθωτή άκρη. Τα άνθη είναι πολύ διακριτικά, σχεδόν απαρατήρητα, με τα θηλυκά και αρσενικά όργανα σε χωριστά δένδρα. Οι καρποί (ράγες) διαμέτρου 12-15 χιλ., σκούροι καφετιοί ή μαύροι, καλυμμένοι με ένα κηρώδες επίχρισμα.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σε όλη την Ευρώπη και την Ασία. (Davis,1984)

Σάμος: Απαντάται στο βουνό Άμπελος.

Χρήση: Ο χυμός του φυτού ανακουφίζει τους πόνους των αρθρώσεων από ισχιαλγία. Οι εδάδιμοι καρποί βοηθούν σε περιπτώσεις δυσπεψίας και κατά των μολύνσεων των νεφρών και της κύστης. Το έγχυμα των καρπών χρησιμοποιείται ως διουρητικό και απολυμαντικό του ουροποιητικού συστήματος, όπως περιπτώσεις κυστίτιδας.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Όλο το υπέργειο τμήμα του φυτού και ιδιαίτερα οι ράγες.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Ιστορικά στοιχεία: Το φυτό είναι γνωστό για τις θεραπευτικές του ιδιότητες στις οποίες έδιναν ιδιαίτερη σημασία γιατί πίστευαν ότι η άρκευθος η κοινή αντιπροσώπευε το φυτό της μακροζωίας. Συγκεκριμένα πίστευαν ότι το αφένημα του έδινε τόση ζωτικότητα στον οργανισμό που παρατείνει την ζωή κάτι το οποίο δεν έχει αποδειχθεί μέχρι τις μέρες μας. Κατά τον 2^ο παγκόσμιο πόλεμο Ιταλίδες νοσοκόμες έκαigan άρκευθο για να διώξουν την ασθένεια και να καθαρίσουν την ατμόσφαιρα.

3.1.8 *Laurus nobilis*



Εικόνα 9: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Lauraceae (Δαφνίδες)

Κοινή ονομασία: Δάφνη η Ευγενής δάφνη, βάγια, δάφνη του Απόλλωνα.

Περιγραφή: Είναι αειθαλές αρωματικό δένδρο, με πολύκλαδο βαθυπράσινο λείο βλαστό ύψους 3-8 μέτρα. Φύλλα 5-10 εκ., εναλλασσόμενα, λογχοειδή, σκουρόχρωμα από κάτω, πιο ανοιχτόχρωμα από πάνω, κυματιστά στις άκρες. Άνθη δίοικα, με 4 κίτρινα πέταλα. Ο καρπός (ράγα) μαύρη, παρόμοια με μικρή ελιά.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Μικρά Ασία, μεσογειακές χώρες και Νότια Ευρώπη. Αυτοφύεται σε διάφορα μέρη της Ελλάδας και ιδίως στην Κρήτη, την Κεφαλονιά, στο Πήλιο και στο Αγίων Όρος. (Davis,1984).

Σάμος: Απαντάται σε όλο το νησί.

Χρήση: Το αφέψημα του φυτού (δαφνόφυλλων και του καρπού) είναι ανακουφιστικό σε πόνους ρευματισμών και αρθριτικών. Δρα ευεργετικά σε παθήσεις του στομάχου και τονώνει την λειτουργία της πέψης. Το δαφνέλαιο χρησιμοποιείται ευρέως για παθήσεις του τριχωτού της κεφαλής, για δυνάμωμα των μαλλιών και σαν φυσική βαφή για να σκουραίνουν τα μαλλιά, τα φύλλα του φυτού χρησιμοποιούνται και ως αρτυματικά.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Δαφνόφυλλά και ο καρπός.

Ιστορικά στοιχεία: Το θεωρούν ιερό φυτό και το έχουν ως σύμβολο προστασίας ενάντια στις δυνάμεις του κακού. Ο Πυθαγόρας την χορηγούσε ως αναλγητικό μετά τον τοκετό και σε διάφορα γυναικολογικά προβλήματα με δαφνέλαιο θεράπευε την στειρότητα.

3.1.9 *Matricaria chamomilla*



Εικόνα 10: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Compositae-Asteraceae, (Σύνθετα)

*<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό*

Κοινή ονομασία: Χαμομήλι, χαμαίμηλον το ευγενές.

Περιγραφή: Μονοετές φυτό, ύψους μέχρι 35 εκ. Έχει βλαστό λείο, πολύκλαδο, όρθιο. Τα άνθη είναι σε ακραία κεφάλια, ασπροκίτρινα.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Το χαμομήλι παράγεται στην Ουγγαρία, την Ελλάδα, την Ρωσία, Κεντρική Ευρώπη και Ασία.. (Κουτσός,2006)

Σάμος: Απαντάται σε όλο το νησί.

Χρήση: Το αφέψημά του καταναλώνεται ευρέως σαν χωνευτικό αντιπυρετικό και χαλαρωτικό. Το έγχυμα του χαμομηλιού χρησιμοποιείται για τα μαλλιά καθώς έχει την ιδιότητα να τα ξανθαίνει.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Τα κεφάλια αποξηραμένα.

Ιστορικά στοιχεία: Οι ντόπιοι μέχρι και σήμερα το θεωρούν ισχυρό αντιπυρετικό. Με καταπραυντικές ιδιότητες αλλά και ως άριστο εμμηναγωγό. Το χρησιμοποιούσαν για την αντιμετώπιση της υστερίας, της αϋπνίας, των πεπτικών διαταραχών, της κατάθλιψης και του τρομώδους παραληρήματος. Οι γιατροί τότε χορηγούσαν το χαμομήλι ως πίστευαν ότι ήταν ωφέλιμο για τους πάσχοντες από φυματίωση έτσι παρότρυναν αυτούς που έπασχαν να κάθονταν κοντά σε παρτέρια με χαμομήλι.

3.1.10 *Melissa officinalis*



Εικόνα 11: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Labiatae-Lamiaceae (Χειλανθή).

Κοινή ονομασία: Μέλισσα η φαρμακευτική μελισσόχορτο, αγριομελλισόχορτο, μελλισοβότανο.

Περιγραφή: Είναι αυτοφυές, μονοετές πόα με ήπιο άρωμα λεμονιού, με πολύκλαδους βλαστούς που φτάνει τα 1 μ. Το υπέργειο τμήμα του φυτού κατά τη διάρκεια του χειμώνα ξηραίνεται ενώ το ριζικό του σύστημα παραμένει ζωντανό. Έχει μεγάλα πράσινα φύλλα, τριχωτό, οδοντωτά και ωοειδή με ευχάριστο άρωμα λεμονιού. Τα άνθη της είναι λευκά ή ρόδινα, σε ταξιανθίες στάχυ, εμφανίζονται το καλοκαίρι και έχουν την μεγαλύτερη ποσότητα ελαίου.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Νότια Ευρώπη. (Dull,2006).

Σάμος: Διασκορπισμένο σε πολλές περιοχές.

Χρήση: Το κατάπλασμα του μελλισόχορτου χρησιμοποιείται σε πόνους των αρθρώσεων ενώ σε μορφή αλοιφής κατά της αρθρίτιδας. Το αφέψημα του μελλισόχορτου με την πολύ ευχάριστη οσμή και γεύση χρησιμοποιείται σαν καρδιοτονωτικό, χαλαρωτικό

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

του νευρικού συστήματος και βοηθά στην δυσμηγόρροια.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Τα φύλλα του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Το έδιναν οι κάτοικοι στα ζώα τους για καλύτερη πέψη.

3.1.11 *Mentha pulegium*



Εικόνα 12: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Labiatae - Lamiaceae (Χειλανθή)

Κοινή ονομασία: Φλισκούνη

Περιγραφή: Πολυετές φυτό με ποικιλία μορφών, με έμμισχα ωσειδή φύλλα, οδοντωτά και επιμήκη. Στέλεχος, όρθιο ή πλάγιο, πρασινωπό ή κοκκινωπό, χνουδωτό. Άνθη σε ακραίο, στρογγυλωπό κεφάλιο, χρώματος ερυθρού μέχρι ανοιχτού ιώδους, στις μασχάλες των φύλλων. Σχηματίζει ένα μικρό φυτό που αναδίνει έντονο άρωμα μέντας. Κατά τη διάρκεια του καλοκαιριού, οι μίσχοι αναπτύσσονται στητοί, σε ύψος 50 εκ.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Αυτοφύεται σε όλη την Ελλάδα σε υγρά μέρη και όχθες ποταμών. (Ruprecht.Dull,2006)

Σάμος: Απαντάται στα βουνά Κέρκης και Άμπελος.

Χρήση: Το αφέψημα του φυτού ανακουφίζει από τον τυμπανισμό και τον κοιλιακό κολικό που οφείλεται σε αέρια. Χαλαρώνει τους σπασμωδικούς πόνους και καταπραΰνει την ανησυχία.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Το υπέργειο τμήμα στην αρχή της άνθησης.

Ιστορικά στοιχεία: Με το φλισκούνι λέγεται ότι έφτιαχναν ένα ποτό και μπορούσαν να δουν το μέλλον.

3.1.12 *Myrtus communis*



Εικόνα 13: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Myrtaceae (Μυρτίδες)

Κοινή ονομασία: Μυρτιά, μύρτος.

Περιγραφή: Αειθαλής θάμνος μέχρι 5 μ., αδενώδης, αρωματικός. Φύλλα μέχρι 3 εκ., αντίθετα, επιφυή, ωσειδή – λογχοειδή, μυτερά, δερματώδη, με την πάνω επιφάνεια λαμπερή και την κάτω στικτή με αδένες. Άνθη μέχρι 3 εκ., μονήρη, πενταμερή, λευκά με ευχάριστη μυρωδιά, πάνω σε μεγάλο ποδίσκο. Στήμονες πολλοί και μακριοί. Στύλος τινώδης. Ράγα 7-10 χιλ., μπλε – μαύρη κατά την ωρίμανση, με τον εναπομείναντα κάλυκα προσκολλημένο σαν καπέλο.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Γεωγραφική Εξάπλωση: Ελλάδα, Κορσική, Ισπανία, Τυνησία, Μαρόκο, Ιταλία, Σερβία και Γαλλία. (Davis,1984)

Σάμος: Απαντάται στο καταπράσινο όρος Άμπελος.

Χρήση: Χρησιμοποιείται για την θεραπεία της ουλίτιδας και περιπτώσεις δερματικών παθήσεων όπως η ψώρα. Είναι ισχυρό αντισηπτικό και βοηθά ιδιαίτερα σε παθήσεις του αναπνευστικού όπως ο βήχας, το άσθμα, η βρογχίτιδα, η καταρροή και μολύνσεις αυτού. Θερμαίνει γρήγορα το σώμα και βοηθά σε ρευματισμούς, αρθρίτιδες και κρυολογήματα. Το αφέψημα του φυτού είναι ιδανικό σε περιπτώσεις αϋπνίας και αιμορροΐδων.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Καρποί και άνθη.

3.1.13 *Origanum majorana*



Εικόνα 14: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Labiatae – Lamiaceae (Χειλανθή)

Κοινή ονομασία: Μαντζουράνα Σάψυχο

Περιγραφή: Πολυετές ημιξυλώδες φυτό μέχρι 60 εκ. Βλαστός τετράγωνος, ξυλοποιημένος, πυκνά πολύκλαδος με φύλλα αντίθετα μικρά, με ελαφρύ γκριζωπό χνούδι, με γεύση καυστική και πικρή. Άνθη μικρά, 2-5 χιλ., λευκά σε επάκριους βότρες.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Αυτοφύεται μόνο στην Κύπρο. (Davis,1984)

Σάμος: Απαντάται σε όλο το νησί σαν καλλιεργούμενο φυτό.

Χρήση: Το αφέψημα της μαντζουράνας χρησιμοποιείται εξωτερικά σε κομπρέσες, σε περιπτώσεις κολικού, ρευματικών πόνων και σε πρησμένα σημεία του σώματός μας, επίσης το αφέψημα της μαντζουράνας είναι ιδιαίτερα ανακουφιστικό σε περιπτώσεις πόνων του στομάχου.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Οι ανθισμένες κορυφές και τα φύλλα του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Μια χρήση της μαντζουράνας από τους παλιούς είναι ότι κατά την διάρκεια γάμων συνήθιζαν να στεφανώνουν τους νεόνυμφους με τους βλαστούς της.

3.1.14 *Origanum onites*



Εικόνα 15: Ζουρνατζής 2015

*<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό*

Οικογένεια: Labiatae – Lamiaceae (Χειλανθή)

Κοινή ονομασία: Ορίγανον το κοινό, Ρίγανη.

Περιγραφή: Πολυετής θάμνος (φρύγανο), μέχρι 60 εκ. Φύλλα ωοειδή, ακέραια, ελαφρώς οδοντωτά, καρδιοειδή στη βάση. Ανθικά σταχίδια μέχρι 10 χιλ., πολύ πυκνά. Στεφάνη 4-5 χιλ., λευκή, με δυο χείλη.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σχεδόν σε όλη την Ευρώπη και δυτική Ασία.(Κουτσός 2006).

Σάμος: Απαντάται στα όρη Κέρκης, Καρβούνης, Άμπελος και Κάστρο.

Χρήση: Το αφέψημα της ρίγανης είναι στυπτικό έτσι βοηθάει σταματώντας σχεδόν αμέσως την ευκοιλιότητα. Είναι αντισηπτικό των εντέρων, ανακουφίζει από πονοκεφάλους και μπορεί να χρησιμοποιηθεί και σαν αντισηπτικό του στόματος, βοηθώντας σε φλεγμονές.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Το υπέργειο τμήμα του φυτού σε αποξηραμένη και νωπή μορφή.

Ιστορικά στοιχεία: Το όνομα ορίγανο προέρχεται από τις λέξεις βουνό (όρος) και γάνος (λαμπρότητα, κάλλος) δηλαδή είναι αυτό που λαμπρύνει τα βουνά. Πίστευαν ότι είναι αντίδοτο της οχιάς.

3.1.15 *Pelargonium roseum*



Εικόνα 16: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Geraniaceae (Γερανίδες)

Κοινή ονομασία: Γεράνι, Αρμπαρόριζα..

Περιγραφή: είναι ποώδες, πολυετές φυτό με τρυφερούς βλαστούς και με πολλά κλαδιά που έρπουν ή κρέμονται. Τα φύλλα είναι πράσινα, συνήθως πέντε, μακρόστενα, χνουδωτά ή κολλώδες, με εγκολπώσεις, οδοντωτά και με έντονη αρωματική ευωδιά μετά από τριβή. Τα άνθη του φέρουν 5 πέταλα που έχουν διχρωμία με συνηθέστερες αποχρώσεις το ροζ και το μωβ, περίοδος άνθισης Ιούνιος – Ιούλιος.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Γαλλία, Κορσική, Ισπανία, Τουρκία, Ιταλία, Αυστρία, Μαδαγασκάρη. (Κουτσός 2006)

Σάμος: Απαντάται σε πολλά μέρη.

Χρήση: Το φυτό χρησιμοποιείται κατά κύριο λόγο σαν διακοσμητικό για την ιδιαίτερη οσμή του για τον ίδιο λόγο χρησιμοποιείται στον αρωματισμό γλυκών του κουταλιού (κυδωνιού)

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Το υπέργειο μέρος του φυτού.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

3.1.16 *Pinus brutia*



Εικόνα17:<https://www.alamy.com/stock-photo-historical-illustration-scots-pine-pinus-sylvestris-67063291.html>

Οικογένεια: Pinaceae (Πευκίδια)

Κοινή ονομασία: Τραχεία Πεύκη, Πεύκο.

Περιγραφή: Δένδρο αειθαλές με κορμό λυγρό που ξεπερνά τα 20 μ. Φύλλα (βελόνες) λεπτά, 80 -120 χιλ., ανά δύο. Κώνοι ωοειδείς, σχεδόν επιφυείς, κάθετοι ως προς το κλαδί που τους φέρει.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Βόρεια Ευρώπη. Στην Ελλάδα το συναντούμε στα βουνά της Μακεδονίας και της Θράκης. (Davis,1984)

Σάμος: Είναι διασκορπισμένο σε όλο το νησί.

Χρήση: Βράζονται τα φύλλα του φυτού και χρησιμοποιούνται με εισπνοές σε διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, όπως θωρακικές λοιμώξεις ιγμορίτιδα, βήχας.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Οι βελόνες και ο φλοιός του δένδρου.

3.1.17 *Rosmarinus officinalis*



Εικόνα 18: Ζουρνατζής 2015



Εικόνα 19: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Labiatae – Lamiaceae (Χειλανθή)

Κοινή ονομασία: Ροσμαρίνος Φαρμακευτικός, δεντρολίβανο, λιβανόδενδρο, αρισμαρές, δυοσμαρίνι, λιβανωτίς.

Περιγραφή: Αειθαλής θάμνος μέχρι 2 μ. ύψος, αρωματικός, με κλάδους καστανωπούς. Φύλλα 1-4 εκ., αντίθετα, επιφυή, γραμμοειδή, δερματοειδή, σε σκουροπράσινο λαμπερό χρώμα στο πάνω μέρος, με λευκό στο κάτω και άκρες αναδιπλωμένες. Ταξιανθίες μικρές, καλυμμένες από αστεροειδείς τρίχες, στις μασχάλες των φύλλων. Στεφάνη 10- 12 χιλ., μπλε - λιλά ανοιχτό, σπανίως λευκή ή ρόδινη, με δυο χείλη, το πάνω δισχιδές, το κάτω τρίλοβο.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Το συναντάμε από την Ισπανία έως την Τουρκία. Φύεται περισσότερο στις μεσογειακές χώρες αλλά ιδιαίτερα στην Ν. Γαλλία και στα Δαλματικά Νησιά. (Κουτσός ,2006)

Σάμος: Απαντάται στα παράλια του νησιού.

Χρήση: Το αφέψημα του δεντρολίβανου βοηθά σε περιπτώσεις λιποθυμίας. Τα άνθη του φυτού και τα φύλλα του είναι ευεργετικά κατά του άσθματος, του κοκίτη, της

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

γρίπης και της αδυναμίας. Το πλύσιμο του τριχωτού του κεφαλιού βοηθά στην ενδυνάμωση της τρίχας. Κλωνάρια δεντρολίβανο αν προστεθούν μέσα στο κρασί γίνεται ένα ιδιαίτερα τονωτικό ρόφημα για την καρδιά. Η σκόνη των φύλλων του δεντρολίβανου θεωρείται επουλωτική σε περίπτωση πληγών. Το αφέψημα του φυτού είναι κατά του διαβήτη και τονωτικό της όρασης και της μνήμης.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Τα φύλλα οι ανθισμένες ταξιανθίες.

Ιστορικά στοιχεία: Το αρχαίο λατινικό όνομά του *rosmarinus* σημαίνει «θαλάσσια δρόσος» επειδή η ανάπτυξη του δεντρολίβανου γίνεται κοντά στην θάλασσα και τα άνθη του από μακριά μοιάζουν με δροσοσταλίδες.

3.1.18 *Ruta chalepensis*



Εικόνα 20: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Rutaceae (Ρουτίδες)

Κοινή ονομασία: Απήγανος, Βρωμοαπήγανος.

Περιγραφή: Φυτό ποώδες, πολυετές, ύψους 40 έως 60 εκατοστών με στέλεχος όρθιο διακλαδισμένο. Τα φύλλα του είναι πράσινα κυανά σύνθετα, τα φυλλάρια του είναι ωσειδή. Ταξιανθίες σε επάκριους κορύμβους. Το κεντρικό άνθος φέρει 5 σέπαλα, τα άλλα 4. Καρπός υποσφαιρική κάψα, αποτελούμενη από 4-5 τμήματα οξύληκτα, με γωνιώδεις, νεφροειδείς σπόρους.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Μεσογειακές χώρες, Βόρεια Αφρική. (Davis,1984)

Σάμος: Είναι διασκορπισμένο σε όλο το νησί.

Χρήση: Το έγχυμα του απήγανου (σε μικρές ποσότητες) χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις κισσών, φλεβίτιδας, ρευματισμών και αρθρίτιδας. Παραδοσιακά το έγχυμα και το αφέψημά του, χρησιμοποιείται σε γαργαρισμούς, αλλά και σαν σπασμολυτικό και εφιδρωτικό. Επίσης δίνεται στα ζώα για την καταστροφή των σκουληκιών του εντέρου.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Το υπέργειο τμήμα του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Οι Πυθαγόρειοι χρησιμοποιούσαν το φυτό σε περιπτώσεις υστερίας. Ο Πυθαγόρας πίστευε ότι το φυτό έχει μυστηριώδεις ιδιότητες και γι' αυτό το λόγο απαγόρευαν την χρήση στις γυναίκες, ακόμα αναφέρει ότι αρωμάτιζαν το κρασί που μοίραζαν στο λαό κατά τις συνελεύσεις για την εκλογή των Υπάτων και θεωρούσαν ότι χρησιμεύει σαν αντίδοτο σε δηλητηριάσεις.

3.1.19 *Salvia fruticosa*



Εικόνα 21: Ζουρνατζής 2015

*<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό*

Οικογένεια: Labiatae – Lamiaceae (Χειλανθή)

Κοινή ονομασία: Φασκόμηλο

Περιγραφή: Μεγάλος, φρυγανώδης αειθαλής θάμνος μέχρι 1.20 μ. ύψος, με διαπεραστικό άρωμα, ξυλώδη βάση και γκριζο πύλημα. Φύλλα μέχρι 9 εκ., έμμισχα, κυματιστά, ωοειδή, αντίθετα, πρασινογκρί, κοκκώδη και ελαφρώς ανάγλυφα στην πάνω επιφάνεια, γκριζωπά στην κάτω. Σπόνδυλοι με 2-6 άνθη στη μασχάλη μικρών βρακτίων. Στεφάνη 16-25 χιλ., μπλε – βιολετί, ρόδινη ή λευκή, με άνω χείλος ίσιο και κάτω τρίλοβο. Κάλυκας δίλοβος με 5 οδόντες, που συχνά φέρουν πορφυρές νευρώσεις. Πρόκειται για ποικιλόμορφο είδος.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Συναντάται στην Νότια Ευρώπη και τις μεσογειακές χώρες. (Κουτσός,2006)

Σάμος: Απαντάται σε όλα τα βουνά.

Χρήση: Χρησιμοποιήστε το φασκόμηλο με την μορφή αφεψήματος εγχύματος εκχυλίσματος και βάμματος σε περιπτώσεις νευρικών διαταραχών ιλίγγων ενώ είναι αποτελεσματικό σε περιπτώσεις έντονης εφίδρωσης. Κάνοντας γαργάρες βοηθά τον ερεθισμένο λαιμό και είναι ιδιαίτερα ευεργετικό κατά των στοματίτιδων και φαρυγγίτιδων. Το αφέψημα του φυτού εξαιτίας της στυπτικότητας καλό είναι να χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις διάρροιας γαστρίτιδα και εντερικές παθήσεις.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: τα φύλλα και τα άνθη του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Το φασκόμηλο από πολύ παλιά συνδέθηκε με την μακροζωία και την δύναμη. Μια παροιμία λέει ότι «Γιατί να πεθάνει κάποιος αν έχει φασκόμηλο στον κήπο του»; Ο κόσμος πίστευε ότι το φασκόμηλο βελτίωνε την μνήμη και έπιναν το αφέψημα του ως τονωτικό για το νου και το σώμα.

3.1.20 *Sideritis curvidens*



Εικόνα 22: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Labiatae - Lamiaceae (Χειλανθή)

Κοινή ονομασία: Τσάι του βουνού.

Περιγραφή: Ποώδες, ετήσιο βότανο. Χαμηλό σε μέγεθος, δεν ξεπερνά τα 35cm σε ύψος. Συνήθως ένας όρθιος βλαστός, που μπορεί και να διακλαδίζεται. Τα άνθη μικρά και άσπρα καλύπτονται από αδένες όπως τα φύλλα και ο βλαστός. Χαρακτηριστικό γνώρισμα του φυτού και οι αιχμηρές απολήξεις των φύλλων και των σέπαλων του άνθους που θυμίζουν αγκάθια. Συναντάται σε ηλιόλουστα ξερικά και βραχώδη μέρη.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σε όλη την Ελλάδα και σε διάφορες ποικιλίες στην Νότια Ευρώπη (Ισπανία, Πορτογαλία, Σικελία,). (Κουτσός,2006)

Σάμος: Απαντάται στο όρος Κέρκης.

Χρήση: Χρησιμοποιείται ευρύτατα κατά των κρυολογημάτων, των παθήσεων του αναπνευστικού και του βήχα. Είναι ιδανικό σαν αφέψημα σε πόνους στομάχου και περιπτώσεις δυσπεψίας.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: το υπέργειο μέρος του φυτού.

3.1.21 *Thymus boeoticus*



Εικόνα 23: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Labiatae - Lamiaceae (χειλανθή).

Κοινή ονομασία: Θυμάρι το κοινό.

Περιγραφή: Θαμνώδες αρωματικό φυτό με ύψος 10-30 εκατοστά περίπου, σπανιότερα έρπον. Τα φύλλα έχουν μήκος από 4-10 χιλιοστά, είναι απέναντι γραμμικά ή ελλειπτικά ο περίγυρος των φύλλων είναι κάπως ανεστραμμένος, η πάνω επιφάνεια ελαφρώς τριχωτή και η κάτω χνουδωτή Τα άνθη είναι από 3-7 χιλ. και είναι ροζ ή λιλά, είναι σε κυκλικές ταξιανθίες που φύονται στις μασχάλες των ανώτερων φύλλων.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Νότια και Κεντρική Ευρώπη και σε μεσογειακές χώρες. (Davis,1984).

Σάμος: Διασκορπισμένο στα βουνά της Σάμου.

Χρήση: Το αφέψημα του φυτού χρησιμοποιείται κατά του κρυολογήματος, της

έντονης εφίδρωσης, του ερεθισμένου λάρυγγα, της δυσπεψίας και βοηθά σε περιπτώσεις επίμονου βήχα.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Οι ανθισμένοι κλαδίσκοι.

Ιστορικά στοιχεία: Χρησιμοποιούνταν σαν αφέψημα στην Ιταλική κατοχή πριν από τις μάχες, γιατί πίστευαν ότι τους έδινε θάρρος.

3.1.22 *Tilia tomentosa*



Εικόνα 24: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Tiliaceae (Τιλιίδες).

Κοινή ονομασία: Τίλια η Πλατύφυλλος Φλαμούρι.

Περιγραφή: Η φλαμουριά είναι δέντρο φυλλοβόλο, ψηλό και φτάνει τα 40 μέτρα με φύλλα πλατιά, καρδιόσχημα, οξύληκτα, πριονωτά, εναλλασσόμενα. Τα άνθη της είναι λευκά ή κιτρινωπά με ωραίο έντονο άρωμα, σε κυματώδεις ταξιανθίες που ο μίσχος τους φυτρώνει σε ένα μεγάλο μεμβρανώδες λευκοκίτρινο βράκτιο φύλλο. Ο καρπός είναι σφαιρικός.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σε δασικές εκτάσεις. (Dull,2006).

Σάμος: Απαντάται στα δάση.

Χρήση: Το αφέψημα και το έγχυμα των φύλλων και των ανθέων της φλαμουριάς

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

χρησιμοποιείται σαν αντιβηχικό, εφιδρωτικό, καταπραϋντικό, σε ημικρανίες και εμετούς. Σε εξωτερική χρήση το αφέψημα των φύλλων και των ανθέων χρησιμοποιείται για τις ρυτίδες του προσώπου, της φακίδες καθώς και ως τονωτικό μαλλιών.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Το άνθος του φυτού, ο καρπός τα φύλλα και η φλούδα του.

3.1.23 *Valeriana angustifolia*



Εικόνα 25: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Valerianaceae (Βαλεριανίδες).

Κοινή ονομασία:, αγριοζαμπούκος, νάρδος.

Περιγραφή: Φυτό ποώδες που φτάνει σε ύψος έως και το 1,5 μέτρα. Ο βλαστός είναι ευθύς και λείος ύψους από 0,60 έως 2 μέτρα. Τα άνθη μικρά, λευκά ή κόκκινα ή και κυανά στο άκρο του στελέχους. Φύλλα βάσης απλά, δισκοειδή μακρόμισχα. Φύλλα βλαστού πτεροσχιδή. Ταξιανθία ακραία, πυκνή. Στεφάνη σε πλήκτρο. Οι ρίζες του φυτού έχουν μια ιδιάζουσα βαριά οσμή που εκδηλώνεται κυρίως κατά την ξήρανση.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Στις χώρες της Βόρειας και Νότιας Αμερικής και στην Ευρώπη. Συναντάτε αυτοφυές στην Βόρειο Ελλάδα την Θεσσαλία και την Ήπειρο αλλά και σε στα νησιά του Αιγαίου. (Κουτσός 2006).

Σάμος : Διασκορπισμένο στο νησί.

Χρήση: Το αφέψημα του φυτού είναι ευρέως διαδεδομένα σε περιπτώσεις για την αντιμετώπιση παθήσεων του νευρικού συστήματος καθώς επιδρά ηρεμιστικά πάνω σε αυτό.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: το ρίζωμα το φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Οι κάτοικοι κρεμούσαν κλαδιά με φύλλα στις πόρτες και τα παράθυρα για προστασία. Συχνά περιγράφεται ότι έχει μαγικές ιδιότητες και προστάτευε από κεραυνούς και βροντές.

3.1.24 *Vervena officinalis*



Εικόνα 26: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Verbenaceae (Βερβενίδες).

Κοινή ονομασία: Βερβένα η φαρμακευτική, γοργογιάννης, σταυροβότανο, σπληνόχορτο, ιεροβότανο.

Περιγραφή: Φυτό όρθιο με ύψος από 50 έως 70 εκατοστά. Οι βλαστοί του είναι τετραγωνικοί, πολύκλαδοι και φέρουν ραβδώσεις. Τα φύλλα είναι λογχοειδή, αντίθετα, τραχιά, πράσινα σκούρα, με μίσχο τα κατώτερα, άμισχα τα ανώτερα, η περιφέρεια των οποίων είναι σε μορφή γιρλάντας. Τα άνθη είναι διαταγμένα σε επιμήκη λεπτό στάχυ και έχουν ωχροίώδες χρώμα.

<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό

Γεωγραφική Εξάπλωση: Σε όλη την Ευρώπη φύεται παντού στην Ελλάδα και αυτοφύεται σε πεδινές και ημιορεινές περιοχές. (Dull,2006)

Σάμος: Απαντάται στα βουνά.

Χρήση: Το αφέψημα χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις ημικρανιών και πονοκεφάλων και θεωρείται ιδιαίτερα αποτελεσματικό σε προβλήματα αμηνόρροιας και μολύνσεων του ουροποιητικού, αλλά και σε πλύσεις στόματος για στοματικά έλκη.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: το υπέργειο τμήμα του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Οι κάτοικοι αναφέρουν ένα δίστιχο για αυτό το φυτό το οποίο λέει «Εγώ είμαι χόρτο του θεού με λένε γοργογιάννη και όποιος με βράσει και με πει όπου πονεί θα γιάνει».

3.1.25 *Vitex agnus castus*



Εικόνα 27: Ζουρνατζής 2015

Οικογένεια: Verbenaceae (Βερβενίδες)

Κοινή ονομασία: Λυγαριά η αγνή καναπίτσα.

Περιγραφή: Μικρό δένδρο 1-6 μ. ύψους, αρωματικό με άρωμα πιπεριού. Νεαροί βλαστοί τετραγωνικοί, με γκρίζο πύλημα. Φύλλα αντίθετα, μακρόμισχα, παλαμοσχιδή, με 5-7 τμήματα γραμμοειδή έως λογχοειδή. Ακραίες ταξιανθίες, διακλαδισμένες,

σταχυόμορφες, με ανθικούς σπονδύλους που φέρουν άνθη μυρωδάτα. Καρπός σφαιρικός, κοκκινωπός με σπόρους μαύρους στο μέγεθος ενός κόκκου πιπεριού.

Γεωγραφική Εξάπλωση: Νότια Ευρώπη. Αυτοφύεται σε όλη την Ελλάδα σε σημεία που υπάρχει νερό όπως κοντά σε λίμνες, ποτάμια και ρυάκια.(Davis,1984).

Σάμος: Διασκορπισμένο στο νησί.

Χρήση: Αφέψημα ή βάμμα του φυτού χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις κυρίως που έχουν σχέση με γυναικολογικές διαταραχές, όπως η ρύθμιση του κύκλου της εμμηνορρυσίας, αυξημένη ροή αίματος, πόνους κατά την εμμηνορρυσία, σε περιπτώσεις αμηνόρροιας, πρήξιμο των μαστών.

Χρησιμοποιούμενα μέρη: Ο καρπός του φυτού.

Ιστορικά στοιχεία: Οι κάτοικοι του νησιού το θεωρούσαν κατευναστικό των γεννητικών οργάνων και συνεπώς αντιαφροδισιακό.

4 ΣΥΖΗΤΗΣΗ

Ένα μεγάλο ποσοστό των κατοίκων έχουν σχέση και χρησιμοποιούν τα αρωματικά-φαρμακευτικά φυτά. Η πιο συχνή χρήση τους είναι που τα χρησιμοποιούν ως αρωματικά και ποιο σπάνια για τη φαρμακευτική τους ιδιότητα. Αυτό το παρατηρούμε σε ηλικίες κάτω των 40 ετών, λόγο ότι δεν έχουν μια σωστή ενημέρωση γύρω από τις ιδιότητες αυτών των φυτών που αφορά το κομμάτι της εναλλακτικής ιατρικής και μένουν στη χρήση τους στη μαγειρική. Όσο αφορά για τις φαρμακευτική τους χρήση, οι γνώσεις έχουν περάσει από τους μεγαλύτερους στους νεότερους που γνωρίζουν την αποτελεσματικότητα τους σε διάφορες παθήσεις.

Τα πιο διαδεδομένα βότανα είναι το χαμομήλι, η ρίγανη το φλισκούνι, το τσάι του βουνού και η αλισφακιά, καταλαμβάνουν ένα μεγάλο ποσοστό και ίσως οφείλεται στην εύκολη και καθημερινή τους χρήση. Παρατηρούμε μέσα από τα αποτελέσματα ένα μεγάλο ποσοστό (50%) ότι οι κάτοικοι τα βότανα τα αποξηραίνουν βάζοντας τα στον ήλιο. Αυτός είναι ένας λάθος τρόπος γιατί έτσι υποβαθμίζουν τα πολύτιμα συστατικά τους. Η σωστή αποξήρανση γίνεται σε ματσάκια σε σκιερό, αεριζόμενο χώρο, ή τα απλώνουμε σε ύφασμα.

Όσο πιο νέος σε ηλικία κάποιος, δεν μπορεί να καταλάβει τη σημασία και τη χρησιμότητα των βοτάνων στην υγεία. Συνήθως μετά τα 30 έτη αρχίζουν να ενημερώνονται πόσο καλό είναι για την υγεία και πόσο εύκολα μπορείς να αποφύγεις τα φάρμακα με τις παρενέργειες τους, χρησιμοποιώντας το κατάλληλο βότανο για την ανάλογη περίπτωση.

Η επί δεκαετίες αλόγιστη συλλογή των βοτάνων συντελεί στην καταστροφή της βιοποικιλότητας της αυτοφυής χλωρίδας. Είναι σημαντικό να αναφέρουμε ότι τα αρωματικά – φαρμακευτικά φυτά θα μπορούσαν να αποτελέσουν ένα σημαντικό κομμάτι της οικονομίας. Αυτό θα μπορούσε να είναι εφικτό με προϋπόθεση να περιλαμβάνει όλα τα στάδια ανάπτυξης.

Η φύση είναι ένας κήπος αρωματικών – φαρμακευτικών φυτών που ένα μέρος της δεν έχει καταφέρει ακόμα η επιστήμη να μελετήσει.

Τέλος η άποψη μου είναι ότι στο σύγχρονο κόσμο που ζούμε αρχίζουμε σιγά σιγά να

ανακαλύπτουμε τον χαμένο πλούτο της γης που απλόχερα μας προσφέρει. Πρέπει να εκτιμάμε πιο πολύ τα φυσικά προϊόντα της γης, ξεκινώντας από τα βότανα που είναι χρήσιμα πέρα από την καθημερινότητα μας (π.χ μαγειρική) αλλά και στην εναλλακτική ιατρική που πολλοί άνθρωποι θα πρέπει να στρέφονται σε αυτή.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Γιόχαν Βάις., 2000. Το χαμόμηλο. Εκδόσεις: Μπίμπης, Θεσσαλονίκη.
- Ι. Ν Λεπένσκυν., 1989. Τα βότανα και η θεραπεία τους Τόμος Α & Β. Εκδόσεις: Αφοί Νάστου, Θεσσαλονίκη.
- Κουτσός Β. Θεόδωρος., 2006. Αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά. Εκδόσεις: Ζήτη, Θεσσαλονίκη.
- Μπαζαίος Κώστας., 2003. 100 βότανα 2000 θεραπείες Τόμος Ι & ΙΙ. Εκδόσεις: Μπαζαίος, Περιστέρι.
- Πήτερ Κονγουέη., 2004. Τα θεραπευτικά μυστικά των δένδρων. Εκδόσεις: Κυβέλη, Αθήνα.
- Φράνσις Ζίμμερμαν., 1989. Ο λόγος των φαρμάκων στη χώρα των μπαχαρικών. Εκδόσεις: Χτζηνικολή, Αθήνα.

ΞΕΝΟΓΛΩΣΣΗ ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- David Hoffmann., 1996. Νέα ολιστική βοτανοθεραπεία. Εκδόσεις: Διόπτρα, Αθήνα.
- Dr James A. Duke., 2006. Βοτανοθεραπείες. Εκδόσεις: Ψύχαλου, Αθήνα.
- Nico Vermeulen., 2004. Εγκυκλοπαίδεια των βοτάνων. Εκδόσεις: Καρακάτσογλου, Αθήνα.
- Richard Mabey., 1999. Πλήρης οδηγός για τα βότανα. Εκδόσεις: Ψύχαλου, Αθήνα.
- B. H. Davis., 1984. Flora of Turkey and the east Aegean islands. University press, Edinburgh.
- Ruprecht Dull., 2006. The flower beauty of Samos: an illustrated flora of the most important plants of samos and adjacent island Ikaria, Fournoi and Patmos bordled.
- Snogerup, S. & Snogerup, B.: Additions to the flora of Samos, Greece.- Fl. Medil. 3: 211-222. 1993. - ISSN 1120-4052.

ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΕΣ ΠΗΓΕΣ

- Αναστασία Ν. Γιαπιτζάκη., 2017. Γεωπονικό πανεπιστήμιο Αθηνών. Μεταπτυχιακή διατριβή.
Επιχειρηματικό σχέδιο ίδρυσης εταιρείας παραγωγής και διάθεσης φυσικών

καλλυντικών στην Κρήτη. Διαθέσιμο online:
http://dspace.aua.gr/xmlui/bitstream/handle/10329/6601/Giapitzaki_A.pdf?sequence=3
[τελευταία ενημέρωση: Μάρτιος 2019]

Δρ. Ελένη Μαλούπα, Δρ. Κατερίνα Γρηγοριάδου, Δρ. Διαμάντω Λάζαρη, Δρ. Νικόλαος Κρίγκας., 2013. Καλλιέργεια, μεταποίηση και διασφάλιση ποιότητας των ελληνικών αρωματικών φαρμακευτικών φυτών. Καβάλα. Διαθέσιμο online:
[http://www.moa.gov.cy/moa/ari/ari.nsf/all/C810E0B75DCCE0F0C2257B6D003A569D/\\$file/open_access_gewee_kall_fitwn.pdf?openelement](http://www.moa.gov.cy/moa/ari/ari.nsf/all/C810E0B75DCCE0F0C2257B6D003A569D/$file/open_access_gewee_kall_fitwn.pdf?openelement) [τελευταία ενημέρωση: Φεβρουάριος 2019]

Εθνική μετεωρολογική υπηρεσία (EMY), κλιματικά δεδομένα Σάμου. Διαθέσιμο online:
http://www.hnms.gr/emy/el/climatology/climatology_city?perifereia=North%20Aegean&poli=Samos [τελευταία ενημέρωση: Μάρτιος 2017]

Ελληνική βοτανική εταιρεία., 2002. Flora of Greece web. Διαθέσιμο online:
<http://portal.cybertaxonomy.org/flora-greece/contribute> [τελευταία ενημέρωση: Μάρτιος 2019]

Χρήστος Ι. Τουρλούμης., 2017. Πανεπιστήμιο Μακεδονίας. Διπλωματική εργασία. Ίδρυση ανάπτυξη και στρατηγικός σχεδιασμός start up επιχείρησης με αντικείμενο την καλλιέργεια και επεξεργασία αρωματικών φυτών. Διαθέσιμο online:
<https://dspace.lib.uom.gr/bitstream/2159/21618/4/TourloumisChristosMsc2018.pdf>
[τελευταία ενημέρωση: Μάρτιος 2019]

*<Εδώ μπορείτε να τοποθετήσετε μια συντομογραφία του τίτλου της πτυχιακής εργασίας σας
– το πολύ έως 6 λέξεις – Διαφορετικά να μείνει κενό*

