



Zioła w historii i współczesności: kilka słów o dawnej “zimowej herbatce”.

Początki ziołolecznictwa

W lasach i na rozświetlonej słońcem polanie, na łąkach, tajemniczych bagnach, nad brzegami rzek, nad rozległymi jeziorami i na terenach piaszczystych; na glebie żyznej i nieurodzajnej, w górach i na równinach... wszędzie można spotkać zioła – rośliny małe i duże, zielne, krzewy i drzewa.

Kryterium wyróżniającym je, jest przydatność do celów leczniczych.

Początki ziołolecznictwa sięgają bez wątpienia bardzo odległych czasów. Określenie zarania tego sposobu leczenia, na podstawie nawet najstarszych zabytków piśmiennictwa, zubożyłoby znacznie jego historię. Z pomocą przychodzi tu archeologia i archeobotanika, które podczas analizy znalezisk, próbek w postaci osadów pyłków, depozytów nasion, większych lub mniejszych fragmentów i pozostałości roślin, a także ich odcisków uzyskanych głównie w trakcie badań wykopaliskowych, pomagają zrozumieć w jaki sposób i jakimi środkami człowiek w głębokiej przeszłości starał się leczyć.



Wykorzystanie ziół i roślin w praktyce

Rośliny stworzyły dogodne warunki do pojawienia się człowieka na ziemi. Dały mu pożywienie, mieszkanie, odzież, a także środki lecznicze. Organizm ludzki na przestrzeni dziejów w swoim rozwoju gatunkowym, niejednokrotnie przystosowywał się do świata roślin, które były podstawowym źródłem pożywienia w otaczającym go środowisku.

Człowiek pierwotny żywiąc się roślinami, zapewne przypadkiem odkrywał rozmaite ich właściwości, na przykład: napotne, tamujące krew, zapierające, przeczyszczające, przeciwbólowe, trujące i inne. Można też przypuszczać, że do poznania właściwości leczniczych roślin, przyczyniły się również obserwacje działania ich na zwierzęta. Zapamiętując poszczególne rośliny i ich właściwości, człowiek mógł je później, już świadomie, wykorzystywać. Wiedza przekazywana była z pokolenia na pokolenie, co umożliwiało jej przetrwanie, systematyczne rozszerzanie i uszczegółowianie wiadomości

Na terenie ziem polskich leczenie ziołami praktykowane było od najdawniejszych czasów, a przedwojenne badania wykopaliskowe prowadzone na półwyspie biskupińskim i analizy pozostałości roślinnych pozyskanych podczas tych prac pozwalają przypuszczać, że nie inaczej było w tutejszej osadzie z epoki brązu. Na terenie osady zidentyfikowano całą pulę dziko rosnących roślin, które mogły być wykorzystywane w celach leczniczych, przyprawowych i innych.

Zapewne używano ziół nie tylko na okoliczność leczenia, ale pito je również na co dzień, na przykład rozgrzewając się w zimne, mroźne, czy też słotne dni, przy okazji zabezpieczając się przed przeziębieniem. W tym celu mogły być używane liście jeżyny, albo liście maliny, kwiaty lipy, suszone kwiaty, albo i owoce czarnego bzu, kora wierzby i wiele innych.

Herbatka z liści maliny, liści jeżyny i pokrzywy, albo też z kwiatu lipy z dodatkiem ziela macierzanki i krwawnika, byłyby pomocne również i dziś.

Bardziej szczegółowe informacje na tematy związane z ziołolecznictwem, pochodzą dopiero ze średniowiecza. Z tego okresu czasu istnieją już bowiem źródła pisane, które bardzo ułatwiają zrozumienie stosowanych metod leczniczych, czy też odtworzenie niektórych receptur.



Przykładem ksiąg z tego okresu czasu, są herbarze Stefana Falimirza, Marcina z Urzędowa, czy też Szymona Syreniusza, które zawierały oprócz przepisów leczniczych rady i wskazówki o stosowaniu ziół w kosmetyce, farbiarstwie, w gospodarstwie domowym.

Obecnie

Mimo ogromnego rozwoju chemii od połowy XIX wieku, w wielu krajach na świecie ludzie wciąż stosowali zioła.

Ziołolecznictwo przetrwało próbę czasu i dotrwało do współczesności.

Tym sposobem okazuje się, że rola ziołolecznictwa w świecie wciąż jest niebagatelna. Współcześnie wzrasta zainteresowanie ziołami i znowu lek roślinny znajduje należne mu miejsce w medycynie.

