



Gyógynövény
Szövetség és
Termék Tanács

Cickafark
Az Év Gyógynövénye 2022

dr. Kindlovits Sára
titkár, Gyógynövény Szövetség és
Termék Tanács

A gyógynövény iparág jövője
2022. március 25. péntek, Danubius Hotel Helia, Budapest

Az év gyógynövénye



MGYT Gyógynövény Szakosztály kezdeményezése

célja: adott év gyógynövényével kapcsolatos **szakszerű ismeretek, hatásával, alkalmazásával összefüggő fontosabb információk** megosztása a minél szélesebb közönséggel

2013. óta: 2013: *máriatövis*, 2014: *citromfű*, 2015: *galagonya*, 2016: *kamilla*, 2017: *mák*, 2018: *levendula*, 2019: *orbáncfű*

2020: bíbor kasvirág

2021: fekete nadálytő

<http://evgyogynovenye.hu/>



Cickafark, az év gyógynövénye 2022-ben

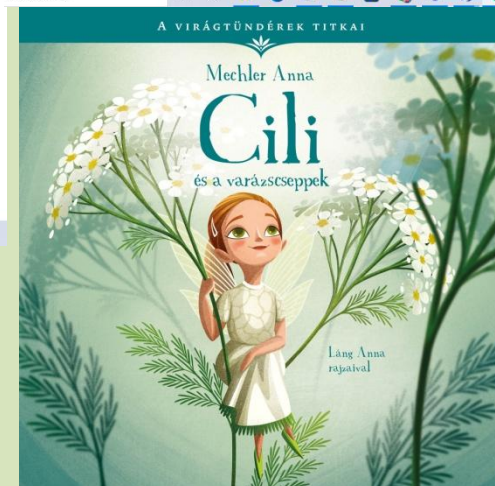
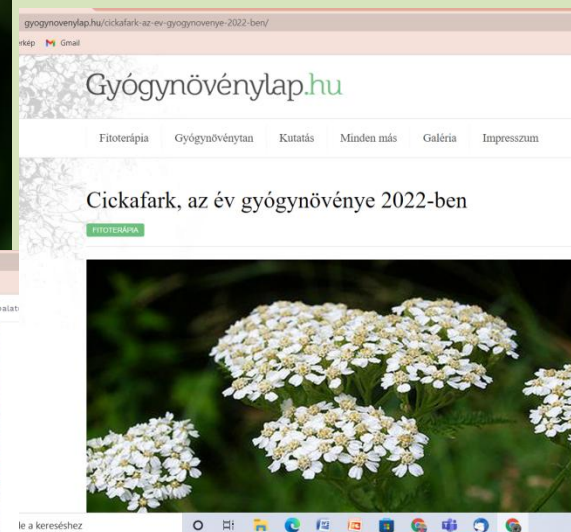
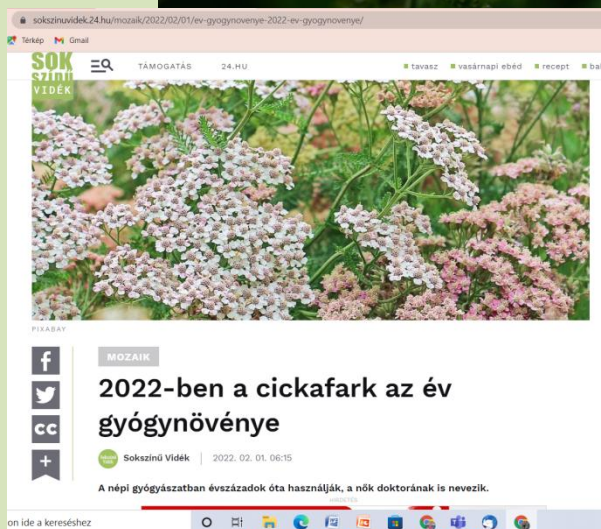
Gyógyszerészet 2022.
január

MTI megjelenés: 2022.
február

->**több, mint 60 cikk** a témában ismeretterjesztő írások

Mesekönyv az év
gyógynövényéről:

A virágtündérek titkai 4. -
Cili és a varázscseppek



A cickafark fajok jelentősége

A cickafark fajok (*Achillea* spp.) **gyógyászati felhasználása az ókorig vezethető** vissza :
Achillea nemzetség elnevezése Achilleusz görög hős után
első leírások – Dioszkoridész Kr. u. 1. sz.



Széleskörű népgyógyászati felhasználás az É-i féltekén:

- szélesebb areájú és helyi jelentőségű *Achillea* fajok
- Ázsia: gyulladások, vérzések kezelése, láz, kígyómarás, menstruációs problémák
- É-Amerika: sebek, égések, megfázás, torokfájás, emésztési panaszok, ízületi panaszok, fogfájás
- Európa: sebek, zúzódások, megfázás, magas vérnyomás, vérzés, hasmenés étvágytalanság, görcsös emésztési panaszok



Egyéb felhasználási területek: **salátanövény, festőnövény, tápanyagutánpótlószer**
ökológiai szemléletű természetben, dísznövény



A **fitoterápia fontos növénye** ma is – **főként a hagyományos, gyógynövény tea**
formájában

Cickafark, a „nők doktora”

Cickafark fajok botanikai jellemzői

Asteraceae (Őszirózsafélék v. fészkesek) családjába tartozó **évelő, lágyszárú növények**

Magyarországon 13 faj, a teljes nemzetségben kb. 140 faj, melyek közül gyógyászati szempontból a *Millefolium* csoport fajai fontosak

A. millefolium – közönséges cickafark

A. collina – mezei cickafark

A. asplenifolia – sziki cickafark

A. setacea – pusztai cickafark

A. pannonica – magyar cickafark

Morfológiai jellemzők:

Tarackszerű gyöktörzs, többszörösen szárnyasan szeldelt lándzsa alakú levelek, szürkés-zöld szín, szőrözöttség a teljes növényen

Sátorozó buga virágzat, fehér-rózsaszínes párta, virágzás: június-október, kaszattermés.





Achillea millefolium

Fotó: Babulka Péter



Achillea collina

Fotó: Radácsi Péter



Achillea asplenifolia

Fotó: Babulka Péter



Achillea setacea



Achillea roseoalba



Achillea filipendulina



Achillea nobilis



Achillea millefolium 'Paprika'

Cickafark fajok drogja

- **Ph. Hg. VIII. *Millefolii herba***
 - **0,20% illóolaj, 0,02% kamazulén**
 - csak *A. millefolium*
 - Ph. Eur-ral konform
 - korábbi Ph. Hg. VII. (*Achilleae herba*)



- ***Millefolii flos***
- ***Aetheoleum millefolii***

Egyéb monográfiák:

ESCOP monográfia: *Millefolii herba*

WHO monográfia: *Millefolii herba*

EMA monográfia: *Achillea millefolium herba*



A cickafark fajok hatóanyagai

A gyógyhatásért felelős hatóanyagok:

- **illóolaj (0,2-0,5%)** - *antimikróbás*
 - **monoterpén komponensek** (β -pinén, 1,8-cineol, szabinén, kámfor)
 - **szeszkviterpén komponensek** (β -kariofillén, germakrén-D, α - és β -bizabolol, α -kadinol)
 - **guajanolid komponensek** (achillicin, achillin, matrikarin) -> **hő hatására kamazulén: kék színű- gyulladáscsökkentő**
- **szeszkviterpén keserűanyagok** – *étvágyjavító*
- **flavonoidok** (luteolin-, apigenin-, rutin- és kvercetin-, glikozidokat) – *görcsoldó*
- **tanninok** (3-4%)
- **fenolos savak** (kávésav-, klorogénsav származékok) – *epehajtó*

További tartalom anyagok:

- aminosav származékok
- zsírsavak
- alkaloidok
- szaponinok
- szterolok (béta-szitoszterol)
- poliinek
- cukrok
- kumarinok
- vitaminok



A cickafark fajok indikációi



- **Enyhe hatás**
 - Népgyógyászat
 - Inkább gyógyhatása miatt fogyasztják
 - Élvezeti teaként
- **Humán eredmények**
 - Belsőleges használat: **nincsenek**
 - Külsőleges használat: **gyulladáscsökkentő, sebgyógyító**
- **Preklinikai eredményei:** *gyulladáscsökkentő, lázcsillapító, vérzéscsillapító, antimikróbás, epetermelést serkentő, gyomorvédő*
- Javallat: ***Emésztőszervrendszer gyulladásos és görcsös állapota, diszfunkciók, hepatobiliáris rendellenességek esetén, étvágyjavítóként, vagy külsőleg bőrgyulladás és sebek kezelésére, női kismedencei gyulladások kiegészítő kezelésére*** (ESCOP, EMEA)
- Új területek: *antioxidáns, antitumor, májvédő, antidiabetikus, immunszuppresszív, szorongásoldó, ösztrogén hatás*
- **Adagolás:**
 - Tea: **1,5-4 g herba 250 ml vízzel készült forrázat napi 3-4 alkalommal**
 - Folyékony kivonatok, tinktúrák: **2-4 ml napi 3 alkalommal**
 - Külsőleg: **3-4 g herbából 250 ml vízzel készült forrázat napi 2-3 alkalommal**
 - Ülőfürdő: **100 g herba/ 20 l vízben**

A Magyarországon forgalomban levő cickafarkot tartalmazó készítmények

Élelmiszerek és étrend-kiegészítő készítmények

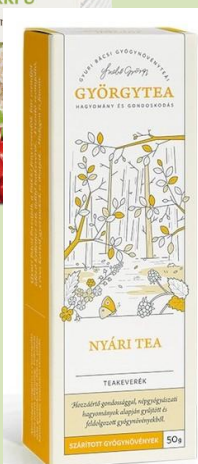
- monotea és teakeverék
- gyógyhatású készítmények
- alkoholos kivonatok
- tabletták



Illóolaj

Kozmetikumok

- krémek, kenőcsök
- fürdőkészítmények, pakolások, natúrkozmetikumok



A cickafark fajok készítményeivel kapcsolatos figyelmeztetések

- **Mellékhatás, toxicitás:** nincs
- **Interakció:** nem ismert
- **Ellenjavallat:**
 - 12 éves kortól alatt
 - Terhesség, szoptatás során
- Egyéni érzékenység: **kontakt dermatitisz** (*α -peroxiachifolid*)
 - bőrgyulladás, viszketés -> alkalmazását be kell fejezni
- **Keresztallergia** kialakulhat
- **Alkalmazás: 1-2 hét**, ha a tünetek nem múlnak el.

A cickafark drogelőállítás formái

Hagyományosan gyűjtött gyógynövény

Gyűjtés:

6. legfontosabb gyűjtött gyógynövény (kamilla, vadgesztenye, csipkebogyó, bodza, csalán után)

2014: 70-100 t (teljes drogelőállítás 40%-a)

2020: 40-50 t (teljes drogelőállítás 10-15%-a)

Redukálódó gyűjtés okai:

- *munkaerőhiány*
- *gyűjtői hálózatok leépülése*
- *gyűjtői területek beszűkülése*
- *az ország klímájának változása*
- *gyűjtéssel nem biztosítható az elvárt drogminőség*

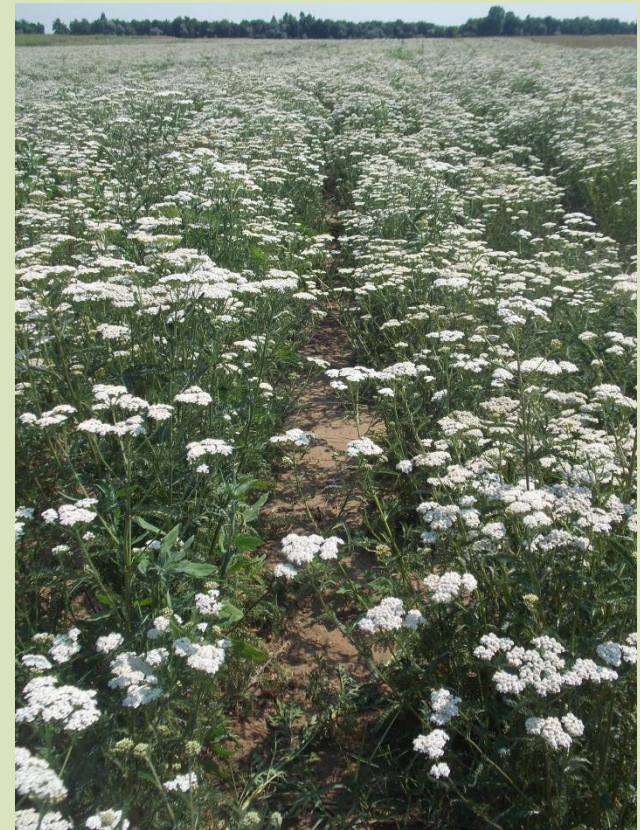
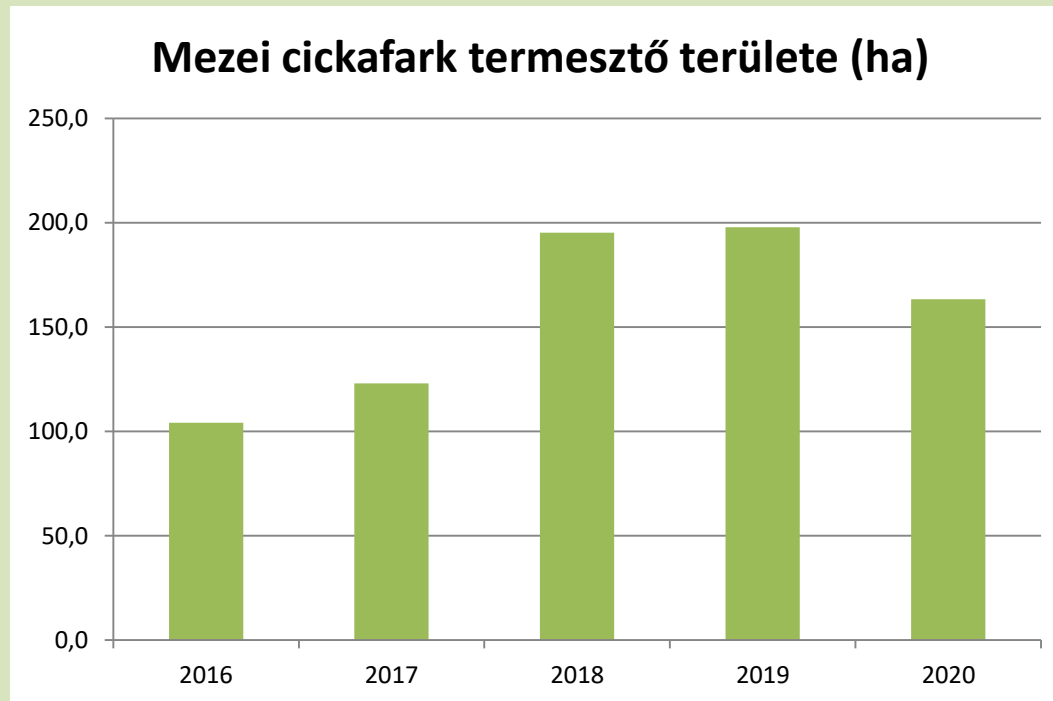


A cickafark fajok termesztése Magyarországon

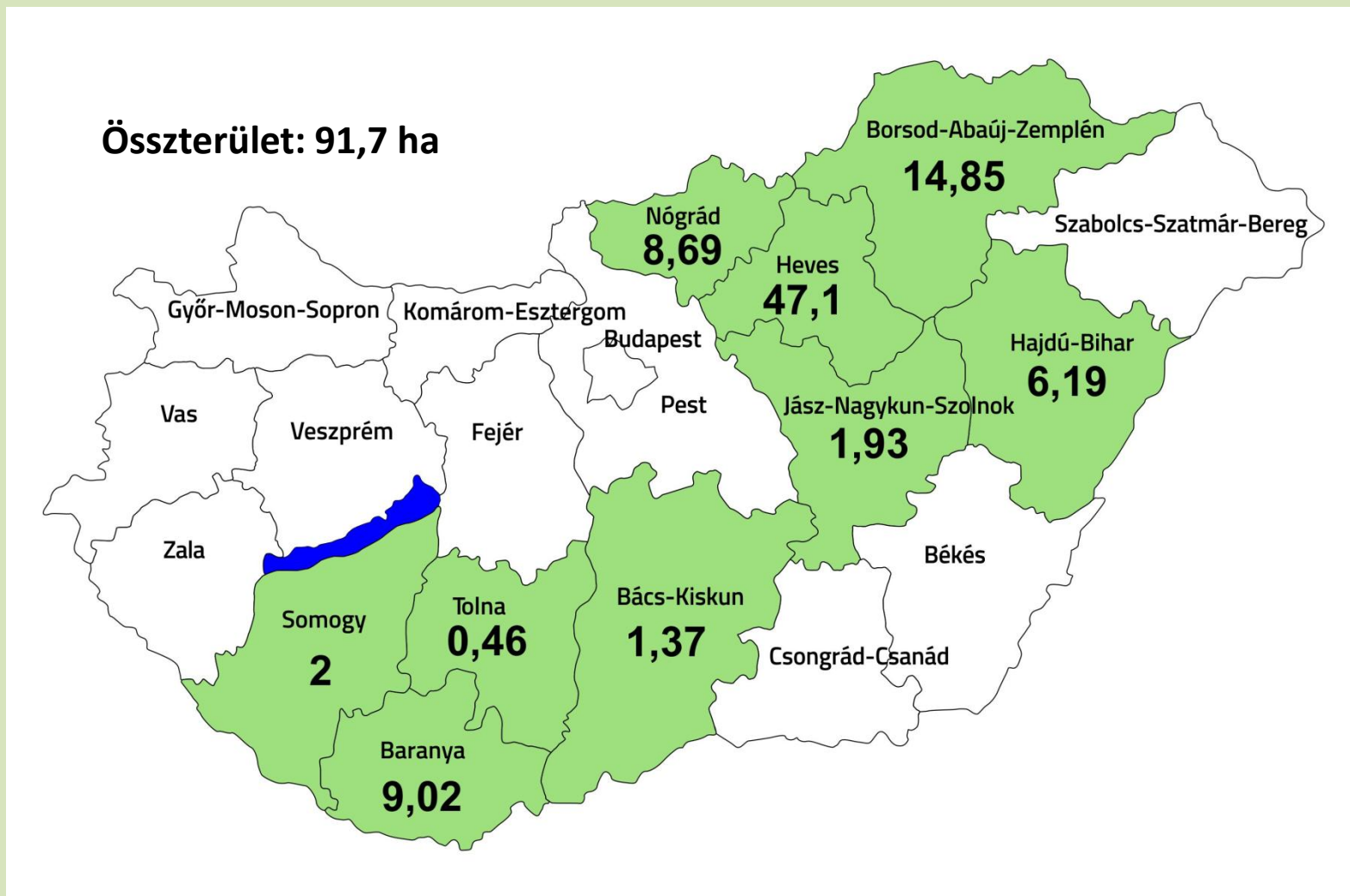
A gyűjtés csökkenésével párhuzamosan folyamatosan növekedést mutat

Oka: termesztés során biztosítható az *egyöntetűség, nyomon követhetőség és a megfelelő drogminőség*

2014: 35 ha



Mezei cickafark termesztő területi eloszlása Magyarországon 2021 (ha)



A termesztés sikerét meghatározó tényezők

- **növény élőhelyi, környezeti igényei**
 - időjárás
 - talaj
- **fajta**
- **szaporítás mód**
- **növénysűrűség**
- **növényápolás**
 - gyomszabályozás
 - gombás betegségek
- **betakarítás ideje és módja**
- **növényi alapanyag további kezelése**



A cickafark piaci jelentősége

- Cégek portfoliójában: top 5-10 növény
nem „slágertermék”, de állandó kereslete van
- Fogyasztói felmérés:
7. legnépszerűbb gyógynövény
Magyarországon



← → C pirulakalauz.hu/2021/01/23/melyik-a-legnépszerűbb-gyógynövény-magyarországon/

PirulaKalauz
Minden, ami gyógyszer, gyógynövény, vitamin - szakértőtől

2022. március 24., csütörtök

KÖNYV ALKALMAZÁS KLUB OLVASNIVALÓ VIDEÓK MÉDIA RÖLUNK BEJELEN

OLVASNIVALÓ TUDÁSBÁZIS TERMÉSZETESEN

Melyik a legnépszerűbb gyógynövény Magyarországon?

dr. Csupor Dezső 2021.01.23.

f t p

Tudtad?

Probiotikumokkal az ízületi gyulladások ellen?
2020.08.26.

Húgyúti fertőzések

A wide-angle photograph of a vast field of white flowers, likely Queen Anne's lace, stretching to the horizon. The sky is bright blue with scattered white clouds. A dark line of trees is visible on the horizon. A semi-transparent green rectangular box is overlaid in the center of the image, containing the text.

Köszönöm a megtisztelő figyelmet!