

Institut Biologii UMCS  
Zakład Systematyki i Geografii Roślin  
Zakład Biologii UW  
Filia w Białymstoku

Jan BYSTREK, Elżbieta KŁOSZEWSKA, Ewa PIROŹNIKOW

**Użytkowanie dziko rosnących roślin przez ludność zamieszkującą okolice  
Puszczy Knyszyńskiej**

Использование дикорастущих растений населением проживающим в районе  
Кнышинской пущи

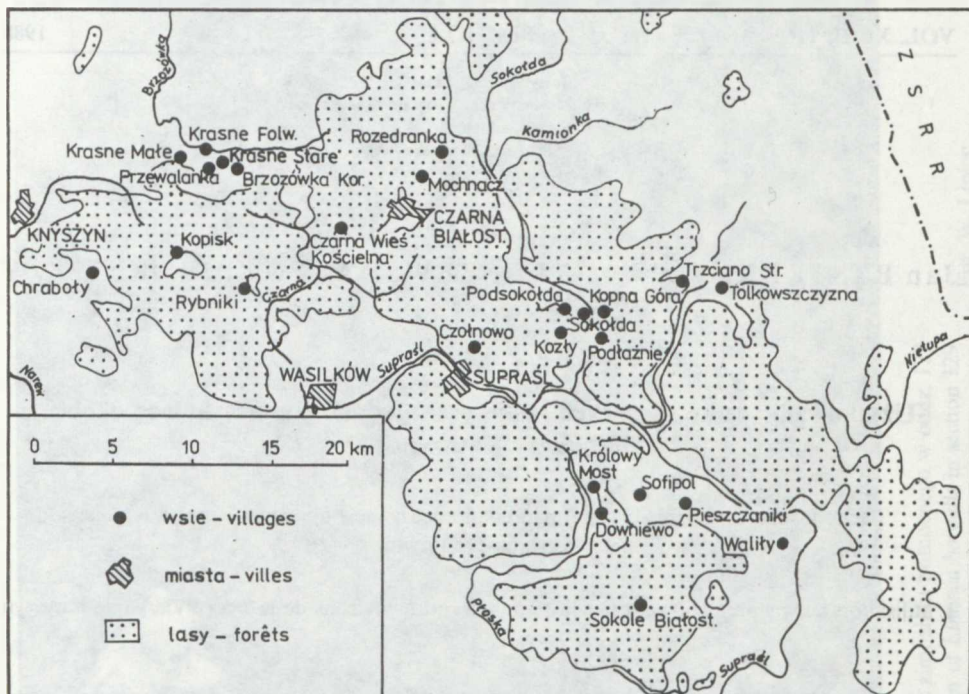
L'utilisation des plantes sauvages par la population des environs de la Forêt Vierge de Knyszyn

WSTĘP

Powszechna wiedza o formach użytkowania roślin, mimo licznych publikacji, jest w dalszym ciągu niewystarczająca, fragmentaryczna i nie wybiega poza dokonania współczesności. Do połowy XIX wieku medycyna stosowała głównie leki naturalne. Medycyna ludowa, oparta na doświadczeniach, tradycji i wierzeniach, posługiwała się ziołami we wszystkich schorzeniach. Również ludowa dietetyka zalecała spożywanie roślin w różnych postaciach. Pospolite było także użytkowanie roślin dziko rosnących w celach konsumpcji, w wierzeniach i magii.

Następnie tradycyjne formy użytkowania roślin zostały zarzucone. W ostatnim czasie wzrosło zainteresowanie roślinami leczniczymi, ziołami kulinarnymi i ziołami stosowanymi w dietetyce czy kosmetyce. Medycyna oficjalna coraz częściej zwraca uwagę na działanie ziół, a nawrót do ziołolecznictwa to w pewnym stopniu nawiązanie do lecznictwa ludowego. Wzrosło również, lecz w niedostatecznym stopniu, zainteresowanie etnografów wiedzą ludową o roślinach i ich zastosowaniu. Odczuwa się jednak brak opracowań syntetycznych na ten temat. Różnorakie jest zainteresowanie botaników roślinami leczniczymi i użytkowymi dziko rosnącymi w naszym kraju.

Tereny woj. białostockiego są mało poznane pod względem wykorzystania roślin przez miejscową ludność. Skłoniło nas to do podjęcia badań w Puszczy Knyszyńskiej, jednym z największych kompleksów leśnych w niżowej Polsce



Ryc. 1. Rozmieszczenie wsi, w których przeprowadzono badania  
Répartition des villages où on a fait des recherches

(ryc. 1). Puszcza Knyszyńska jest dogodnym obszarem ze względu na dużą różnorodność zbiorowisk leśnych i znaczny jeszcze procent mało zmienionych lasów. Jest ona jednocześnie obszarem od dawna zasiedlonym.

Mało urodzajne gleby nie sprzyjały bogaceniu się ludności, co zmuszało ją do sięgania po dziko rosnące rośliny dla własnych potrzeb. Dlatego mieszkańcy tej ziemi tworzyli historię roślin użytkowych i do dziś się nią zajmują.

Celem niniejszej pracy jest zbadanie, jakie gatunki roślin rodzimych są użytkowane w tradycyjnym lecznictwie ludowym, a także analiza zakresu stosowania tych roślin w gospodarstwie domowym oraz w obrzędach liturgicznych.

#### METODY BADAŃ

Informacje o użytkowaniu roślin uzyskiwano na podstawie wywiadów od miejscowej ludności. W przygotowanej ankiecie (tab. 1) zawarto niezbędne informacje dotyczące rośliny i jej użytkowania. W celu uzyskania dokładnych danych o roślinach posłużono się zielnikiem. Zbiór zawierał 120 gatunków pospolitych roślin, które występują w Puszczy Knyszyńskiej. Wyboru dokonano sugerując się wykazem roślin stosowanych w lecznictwie ludowym w Polsce (6, 7, 10). Wszystkim informatorom pokazywano wyżej wymieniony zielnik. Informacje zestawiono w tab. 2-3, a następnie dokonano podziału badanych roślin według sposobu użytkowania.

Tab. 1. Ankieta  
Enquête

<p>A. Informacje o zbierającym (Information sur l' herboriste): 1. Płeć (Sexe). 2. Wiek (Âge). 3. Zawód (Profession). 4. Miejscowość (Localité). 5. Wykorzystanie zbioru – potrzeby własne, rodziny, wsi, wymiana, handel (Utilisation de la récolte – besoins personnels, pour la famille, pour les habitants du village, échange, commerce)</p>
<p>B. Informacje o roślinie (Informations sur la plante): 1. Nazwa łacińska i nazwa polska (Nom latin et nom polonais). 2. Nazwa zwyczajowa, lokalna (Nom d'usage, local). 3. Siedlisko (Siège). 4. Najkorzystniejszy okres zbioru (Période la plus favorable de récolte)</p>
<p>C. Wykorzystanie – cała roślina, części nadziemne, części podziemne, korzenie, kłącza, liście, kwiaty, płatki, koszyczki kwiatowe, owoce, nasiona, inne (Mise à profit – plante entière, parties aériennes, parties souterraines, racines, rhizomes, feuilles, fleurs, pétales, capitules, fruits, semences, autres)</p>
<p>D. Zastosowanie (Emploi): 1. Dla celów konsumpcyjnych – na surowo, po przeróbce na dżemy, konfitury, powidła, marynaty, kompoty, inne (A la consommation – en état cru, après transformation en confitures, marmelades, marinades, compotes, autres). 2. Użytki (Condiments). 3. Zastosowanie w leczeniu zwierząt (Dans le traitement des animaux malades). 4. Zastosowanie w ludowym lecznictwie (Dans la médecine populaire)</p>
<p>E. W przypadku roślin leczniczych postaci leku – maści, napary, kadzidła, odwary, proszki, surowe przeciery, olejki, inne (Dans le cas de plantes médicinales, leur présentation – pommades infusions, fumigations, décoctions, poudres, produits crus passés au tamis, huiles, autres)</p>
<p>F. Sposoby kuracji (Modes de traitement)</p>
<p>G. Zastosowanie w obrzędach religijnych (Utilisation dans la liturgie)</p>

## WYNIKI

Badaniami objęto mieszkańców 25 wsi (ryc. 1). Informacji udzieliło 237 respondentów w wieku od 20 lat wzwyż. Ogółem uzyskano 3033 informacje o 118 gatunkach roślin naczyniowych. Wśród respondentów przeważały kobiety, a najwięcej informacji uzyskano od osób w podeszłym wieku (63,5%), z dużym doświadczeniem zielarskim. Młodzi udzielali informacji mniej chętnie i dotyczyły one nielicznych ziół. Jeżeli korzystali z ziół, to za pośrednictwem Herbapolu. Posiadają także mniejszą wiedzę dotyczącą wykorzystania dziko rosnących roślin do celów kulinarnych. Respondenci w większości przypadków zbierali zioła na potrzeby własne (rodziny), sporadycznie w celach handlowych.

Wszyscy ankietowani nie znali nazw łacińskich użytkowanych roślin, a także obowiązujących nazw polskich. Posługiwali się nazwami powszechnie używanymi (brzoza, krwawnik, pokrzywa, wierzba), odpowiadającymi nazwom rodzajo-

wym, albo stosowali własną, lokalną nomenklaturę: pyraj (*Agropyron repens*), łopuch (*Arctium lappa*), szaleniec (*Datura stramonium*), marchwianka (*Pimpinella saxifraga*). Niektóre nazwy zwyczajowe przejęte zostały z języka rosyjskiego: wieros (*Calluna vulgaris*), rachulka (*Consolida regalis*), pyraj (*Agropyron repens*), padaróżnik (*Plantago major*), łądzysz (*Convallaria maialis*), kropiewa (*Urtica dioica*), czarnobiel (*Artemisia vulgaris*), wołoszka (*Centaurea cyanus*), litewskiego — dzięcielina (*Trifolium repens*).

Spśród analizowanych najczęściej reprezentowane były rośliny leśne, śródleśnych polan i łąk wśród lasów. Wiąże się to z dominacją tych biocenoz na badanym obszarze. Zbiór roślin gromadzony jest od wczesnej wiosny do początków jesieni, a do celów leczniczych — w określonych zwyczajem terminach. Kwiaty i ziele są zbierane najczęściej między Janem Katolikiem, a Janem Prawosławnym, czyli na przełomie czerwca i lipca, a w przypadku wczesnie kwitnących, w okresie ich pełnego kwitnienia. Owoce soczyste zbiera się najczęściej w okresie dojrzewania lub po dojrzeniu, natomiast korę — wiosną i w pełnym okresie wegetacji roślinnej. Nie udało się uzyskać zadowalających informacji dotyczących najkorzystniejszej pory dnia do zbioru. Informacje na ten temat były przeważnie rozbieżne. Doświadczeni, starzy zielarze utrzymywali je w tajemnicy.

O zastosowaniu roślin dziko rosnących w gospodarstwie domowym udzielono 611 informacji. Dotyczyły one wykorzystania owoców, nasion, liści i korzeni jako przypraw do mięs (tab. 2): szyszkojagody jałowca (*Juniperus communis*), owoce jarzębiny (*Sorbus aucuparia*) i brusznicy (*Vaccinium vitis-idaea*), liście lebiodki (*Origanum vulgare*), mniszka (*Taraxacum officinale*), pokrzywy (*Urtica dioica*), piołunu (*Artemisia absinthium*).

Pospolite dawniej na Augustowszczyźnie i Wileńszczyźnie oraz Podlasiu suszone sery białe były zaprawiane przed suszeniem odpowiednią mieszanką ziołową, na którą składały się suszone liście piołunu, majeranku (*Majorana hortensis*), macierzanki (*Thymus serpyllum*), mięty (*Mentha piperita*), nasiona gorczycy białej (*Sinapis alba*), owoce kminku (*Carum carvi*) i inne. Dzięki przyprawom były sery trwalsze, posiadały swoisty smak i zapach, uzależniony od dominacji czy braku danej przyprawy. Wsuszone sery spożywano w najtrudniejszych okresach (na przednówku) i stanowiły wówczas najczęściej jedyne źródło białka.

Dojrzałe owoce jagodowe, jak maliny (*Rubus idaeus*), jeżyny (*Rubus caesius*), borówki (*Vaccinium myrtillus*), brusznicy (*V. vitis-idaea*), żurawiny (*Oxycoccus quadripetalus*), były i są nadal powszechnie wykorzystywane do bezpośredniej konsumpcji na surowo, do gotowania zup owocowych, pierogów, do produkcji dżemów, konfitur, powideł, soków i nalewek.

Korzeni (rzadziej liści) chrzanu (*A Armoracia lapathifolia*), liści wiśni (*Cerasus vulgaris*), dębu (*Quercus robur*), porzeczkii czarnej (*Ribes nigrum*) używano do marynat.

Tab. 2. Lista gatunków i ich zastosowanie w gospodarstwie domowym  
Liste des espèces et leur emploi dans le ménage

Gatunki - Espèces	1	2	3	4	5
<i>Urtica dioica</i>	55	19	12	24	.
<i>Vaccinium myrtillus</i>	62	31	31	.	.
<i>V. vitis-idaea</i>	41	26	15	.	.
<i>Oxycoccus quadripetalus</i>	40	30	10	.	.
<i>Rubus idaeus</i>	62	19	43	.	.
<i>Sambucus nigra</i>	60	40	20	.	.
<i>Mentha piperita</i>	15	10	.	.	5
<i>Humulus lupulus</i>	34	33	.	.	1
<i>Juniperus communis</i>	26	26	.	.	.
<i>Origanum vulgare</i>	12	10	.	.	2
<i>Taraxacum officinale</i>	11	11	.	.	.
<i>Sorbus aucuparia</i>	9	7	.	.	2
<i>Artemisia absinthium</i>	7	7	.	.	.
<i>Sinapis alba</i>	5	5	.	.	.
<i>Melilotus albus</i>	4	4	.	.	.
<i>Rosa canina</i>	19	1	17	.	1
<i>Fragaria vesca</i>	33	11	22	.	.
<i>Rubus caesius</i>	17	3	14	.	.
<i>Vaccinium uliginosum</i>	16	.	16	.	.
<i>Polygonum bistorta</i>	22	.	2	18	2
<i>Menyanthes trifoliata</i>	6	.	.	5	1
<i>Artemisia vulgaris</i>	5	.	.	5	.
<i>Filipendula ulmaria</i>	5	.	.	5	.
<i>Salix sp.</i>	33	.	.	.	33
<i>Tilia cordata</i>	30	.	.	.	30
<i>Sedum acre</i>	25	.	.	.	25
<i>Thymus serpyllum</i>	23	.	.	.	23
<i>Lycopodium clavatum</i>	10	.	.	.	10
<i>Vinca minor</i>	12	.	.	.	12
<i>Helichrysum arenarium</i>	9	.	.	.	9
<i>Calluna vulgaris</i>	6	.	.	.	6
<i>Trifolium pratense</i>	23	.	.	22	1
<i>T. repens</i>	23	.	.	22	1
<i>Alchemilla vulgaris</i>	3	.	.	.	3
<i>Hypericum perforatum</i>	6	.	.	.	6
<i>Centaurea cyanus</i>	4	.	.	.	4
<i>Acorus calamus</i>	6	.	.	.	6
<i>Betula pendula</i>	6	.	.	.	6

Objaśnienia: 1 - liczba informacji, 2 - rośliny przyprawowe, 3 - rośliny spożywcze, 4 - rośliny wzbogacające karmę dla zwierząt, 5 - rośliny stosowane w obrzędach liturgicznych.

Explications: 1 - nombre des informations, 2 - plantes d'assaisonnement, 3 - plantes comestibles, 4 - plantes enrichissant la pâture pour animaux, 5 - plantes utilisées en liturgie.

Liście niektórych dziko rosnących roślin używano do gotowania zup. Były to tzw. łobodzianki (*Chenopodium album*, *Ch. bonus-henricus*) czy szczawianki (*Rumex acetosa*). Liście tataraku (*Acorus calamus*) i dębu podkładano pod chleb, dzięki czemu nie spiekał się on od spodu i posiadał dodatkowo swoisty aromat. Uzupełniany on był zapachem kminku poprzez owoce tej rośliny sypane na chleb przygotowany do wypieku. Liśćmi chrzanu i żegawki (*Urtica urens*) okładano masło i surowe mięso. Zachowywały one przez to świeżość przez dłuższy okres. Do poprawienia zapachu tytoniu używa się liści bukwicy (*Betonica officinalis*) i nostrzyka (*Melilotus sp.*). Żubrówkę (*Hierochloë odorata*) oraz macierzankę wkładano do kufrów i szaf jako rośliny zapachowe.

Niektóre rośliny wykorzystywano jako środki piorące. Były nimi mydlnica (*Saponaria officinalis*), połonicznik (*Herniaria glabra*), rozchodnik (*Sedum acre*). Garnki myto pędami skrzypu polnego i leśnego (*Equisetum arvense* i *E. silvaticum*). Odwarem z kory wierzby białej (*Salix alba*) i z szyszek olchy (*Alnus glutinosa*) myto bydło. Cenionym dodatkiem do karmy dla zwierząt była pokrzywa, krwawnik (*Achillea millefolium*), wężownik (*Polygonum bistorta*) i łoboda (*Chenopodium album*, *Ch. bonus-henricus*).

Do garbowania skór, obok kory dębu, używano bagna (*Ledum palustre*).

Myszy w stodołach straszono liśćmi dziewanny (*Verbascum thapsiforme*) oraz piołunem (*Artemisia absinthium*).

Wężownik sprzyjać ma lepszemu wzrostowi świń. Dodawano go stale do karmy i dodatkowo wyszcierało nim świniańnik.

W ludowym zielarstwie niektóre rośliny są zbierane do celów liturgicznych (tab. 2), a nawet magii (12). Informacji na ten temat uzyskaliśmy niewiele – 168. Są to bowiem tematy niechętnie poruszane przez miejscową ludność, chociaż temu zagadnieniu przypisuje się duże znaczenie. Poświęcone w święta kościelne zioła są używane jako leki, zwłaszcza w chorobach nerwowych, lękach dziecięcych, napadowych bólach brzucha, bólach gardła czy głowy. Poświęcone zioła mają ponadto chronić dom, jego domowników i dobytek przed złymi duchami i klęskami żywiołowymi. Święconą palmą wielkanocną wypędza się wiosną owce i bydło na pierwszy wypas.

W wiankach na oktawę Bożego Ciała dominują rośliny dziko rosnące. Wykorzystuje się gałązki lipy (*Tilia*), brzozy (*Betula pendula*), pędy rozchodnika, macierzanki, kocanki (*Helichrysum arenarium*), widłaka (*Lycopodium clavatum*), koniczyny łąkowej (*Trifolium pratense*), dziewanny. W niedzielę palmową, obok kwitnących gałązek wierzby, używa się gałązki roślin zimozielonych, jak barwinek (*Vinca minor*), borówka brusznica i czernica. Na Zielną (święto Matki Boskiej Zielnej) święci się wiazanki, w których dominują kłosa zbóż. Są one przyozdabiane rozchodnikiem, dziurawcem (*Hypericum perforatum*), wrzosem (*Calluna vulgaris*), kocankami oraz owocującymi gałązkami jarzębiny. Niektóre zioła gromadzone są jako surowiec na kadzidła: koniczyna biała (*Trifolium repens*), koniczyna łąkowa (*T. pratense*), koniczyna polna (*T. arvense*), rozchod-

nik, kocanki, macierzanka, widłak (*Lycopodium annotinum*), nostrzyk, tomka (*Anthoxanthum odoratum*), żubrówka.

Najwięcej udzielono informacji o wykorzystywaniu roślin dziko rosnących do celów leczniczych (3033). Miejscowa ludność często używa roślin jako środków leczniczych i zapobiegawczych (tab. 3). Różnorodność chorób, przeciwko którym stosowane są zioła, świadczy o dużej znajomości właściwości leczniczych roślin dziko rosnących. Spośród 120 analizowanych gatunków, ok. 1/3 (36%) nie stosuje oficjalna medycyna, pozostałe są jej znane (1, 4, 8).

Największa liczba gatunków jest używana w chorobach układu pokarmowego, a najmniejsza — w chorobach kobiecych i nowotworowych. Uniwersalnymi niejako gatunkami, stosowanymi w większości schorzeń, są: dziurawiec (*Hypericum perforatum*), krwawnik (*Achillea millefolium*), rumianek (*Matricaria chamomilla*), pokrzywa (*Urtica dioica*), kocanki (*Helichrysum arenarium*). Inne gatunki mają węższe zastosowanie (tab. 3).

W schorzeniach przewodu pokarmowego wykorzystywane są wśród analizowanych roślin 52 gatunki, a najczęściej: piołun (*Artemisia absinthium*), dziurawiec, kocanki, kruszyna (*Frangula alnus*), czernice (*Vaccinium myrtillus*), wrotycz (*Tanacetum vulgare*), czeremcha (*Padus avium*), ostróżeczka (*Consolida regalis*), olsza (*Alnus glutinosa*), bławatek (*Centaurea cyanus*) i bobrek (*Menyanthes trifoliata*).

W chorobach układu oddechowego znalazło zastosowanie 37 gatunków spośród 120 badanych. Wśród nich na pierwszym miejscu należy wymienić kwiat lipy (*Tilia cordata*). Często są stosowane młode pędy sosny, owoce kaliny koralowej (*Viburnum opulus*), bzu czarnego (*Sambucus nigra*), owoce i młode pędy maliny (*Rubus idaeus*), kwiat pierwiosnka (*Primula officinalis*), owoce róży (*Rosa canina*), jarzębiny (*Sorbus aucuparia*), kwiat ślazu (*Malva neglecta*), dziewanny (*Verbascum thapsiforme*), wiązówki (*Filipendula ulmaria*), ziele miodunki (*Pulmonaria obscura*). Inne gatunki używano sporadycznie.

W schorzeniach serca i naczyń krwionośnych stosowano 24 gatunki. Kilka z nich pospolicie, jak: konwalia (*Convallaria maialis*), jemięta (*Viscum album*), kozłek (*Valeriana officinalis*), żurawina (*Oxycoccus quadripetalus*) i kalina (*Viburnum opulus*).

W chorobach nerek, dróg moczowych i pęcherza używano 12 dziko rosnących gatunków. Najczęściej stosowano skrzyp polny (*Equisetum arvense*), jałowiec (*Juniperus communis*), brusznicę (*Vaccinium vitis-idaea*), poziomkę (*Fragaria vesca*) i rdest ptasi (*Polygonum aviculare*).

Zaburzenia psychiczne i układu nerwowego leczono naparem z ziele nostrzyka (*Melilotus officinalis*), a dawniej — także nasionami bielunia dziedziery ( *Datura stramonium*).

W leczeniu chorób kobiecych niewiele roślin znalazło zastosowanie. Sporadyczne były również informacje na ten temat. Najczęściej używano jasnoty (*Lamnium album*), koniczyny białej (*Trifolium repens*), koniczyny czerwonej





Ciąg dalszy tab. 3 — Suite du tab. 3

Gatunki — Espèces	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
<i>Asarum europaeum</i>	9	.	.	.	.	.	.	.	.	9	.	.	.	.	.	.	.	.
<i>Rubus caesius</i>	9	.	.	.	.	.	.	.	.	9	.	.	.	.	.	.	.	.
<i>Equisetum arvense</i>	54	2	.	.	.	.	.	.	1	1	47	.	.	.	2	.	1	.
<i>Vaccinium vitis-idaea</i>	44	.	.	.	.	.	.	.	7	2	22	.	13	.	.	.	.	.
<i>Fragaria vesca</i>	41	.	.	.	.	.	.	1	1	12	25	.	.	2	.	.	.	.
<i>Juniperus communis</i>	33	2	1	1	.	.	.	3	.	.	21	1	.	.	3	.	.	1
<i>Polygonum aviculare</i>	17	.	.	1	.	.	.	1	.	.	1	1	.	1	2	1	.	.
<i>Solidago virga-aurea</i>	9	.	.	1	.	.	.	.	.	.	8	.	.	.	.	.	.	.
<i>Datura stramonium</i>	45	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	39	6	.	.	.	.	.
<i>Melilotus officinalis</i>	16	.	.	.	.	2	.	.	1	.	.	10	.	.	.	.	.	3
<i>Urtica dioica</i>	61	1	.	.	.	.	.	11	7	1	.	1	19	.	13	2	.	6
<i>Betula pendula</i>	54	.	.	.	.	.	.	5	.	.	4	1	30	.	5	2	.	7
<i>Calluna vulgaris</i>	36	.	.	.	.	.	.	.	.	4	.	3	22	.	7	.	.	.
<i>Symphytum officinale</i>	25	5	1	2	.	1	.	.	2	4	.	.	10	.	.	.	.	.
<i>Salix alba</i>	13	.	.	.	.	.	.	.	.	6	.	.	7	.	.	.	.	.
<i>Daphne mezereum</i>	11	.	.	.	.	1	.	.	.	.	.	.	10	.	.	.	.	.
<i>Thymus serpyllum</i>	10	1	.	2	.	.	.	.	.	.	.	2	3	1	1	.	.	.
<i>Urtica urens</i>	9	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	7	1	.	.	.	1
<i>Lamium album</i>	21	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	17	4	.	.	.
<i>Trifolium repens</i>	13	2	.	.	.	.	.	1	.	.	.	2	.	8	.	.	.	.
<i>T. pratense</i>	10	1	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	7	.	.	.	.
<i>Saponaria officinalis</i>	10	.	.	.	.	.	.	.	.	3	.	.	.	7	.	.	.	.
<i>Lycopodium clavatum</i>	69	.	.	.	.	.	.	.	.	2	.	.	.	.	67	.	.	.
<i>Arctium lappa</i>	56	5	.	.	.	.	.	.	2	.	.	4	3	1	28	.	13	.
<i>Viola tricolor</i>	45	.	.	4	.	.	.	.	2	3	.	.	.	.	36	.	.	.
<i>Chelidonium maius</i>	36	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	30	.	5	1
<i>Acorus calamus</i>	21	.	.	.	.	.	.	2	.	3	.	.	.	.	16	.	.	.
<i>Humulus lupulus</i>	6	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	6	.	.	.
<i>Achillea millefolium</i>	85	2	.	4	.	2	.	2	.	1	1	.	1	2	.	.	70	.
<i>Tussilago farfara</i>	48	.	.	.	.	.	.	1	.	.	.	.	1	.	9	.	37	.
<i>Matricaria chamomilla</i>	62	11	.	.	.	3	.	1	.	7	.	.	.	3	3	.	34	.
<i>Plantago maior</i>	54	5	.	.	.	1	.	.	.	1	.	.	.	.	13	.	34	.
<i>P. lanceolata</i>	9	.	.	.	.	.	.	.	.	4	.	.	.	.	5	.	.	.
<i>Ledum palustre</i>	66	.	.	.	.	.	.	.	.	14	.	.	4	.	.	.	1	47
<i>Polygonum bistorta</i>	24	6	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	.	2	4	.	4	8

Objaśnienia: 1 - liczba informacji, 2 - bóle żołądka, 3 - wrzody żołądka i dwunastnicy, 4 - choroby wątroby, 5 - choroby trzustki, 6 - biegunki, 7 - zaparcia, 8 - zła przemiana materii, 9 - choroby serca i naczyń krwionośnych, 10 - przeziębienia, 11 - choroby nerek i dróg moczowych, 12 - choroby układu nerwowego i zaburzenia psychiczne, 13 - choroby stawów, 14 - choroby kobiece, 15 - choroby skóry i owrzodzenia, 16 - nowotwory, 17 - ziola o działaniu przeciwkrwotocznym, 18 - choroby zwierząt.

Explications: 1 - nombre des informations, 2 - maux d'estomac, 3 - ulcères duodénaux et gastriques, 4 - affections du foie, 5 - affections du pancréas, 6 - diarrhées, 7 - constipations, 8 - troubles du métabolisme, 9 - maladies du coeur et des vaisseaux sanguins, 10 - rhumes, 11 - maladies du système nerveux et troubles psychiques, 13 - maladies des articulations, 14 - maladies des femmes, 15 - maladies de la peau et ulcérations, 16 - tumeurs, 17 - herbes à action antihémorragique, 18 - maladies des animaux.

(*T. pratense*), mydlnicy (*Saponaria officinalis*), rumianku (*Matricaria chamomilla*) i krwawnika (*Achillea millefolium*).

Przeciw owrzodzeniom i schorzeniom skórnym stosowano specyfiki z 23 gatunków, najczęściej z takich ziół, jak: widłak (*Lycopodium clavatum*), fiołek (*Viola arvensis*, *V. tricolor*), glistnik (*Chelidonium majus*), łopian (*Arctium lappa*), tatarak (*Acorus calamus*) i babka (*Plantago maior*).

Jako ziół przeciwkrwotocznych używano krwawnika, podbiału (*Tussilago farfara*), babki, łopianu, liści brzozy (*Betula pendula*) i nielicznych innych.

W chorobach nowotworowych stosowano brzozę, pokrzywę (*Urtica dioica*), i jemiolę (*Viscum album*).

W chorobach stawów za najbardziej przydatne uważane są: liście brzozy, wrzos (*Calluna vulgaris*), pokrzywa zwyczajna, żywokost (*Symphytum officinale*), wawrzynek wilcze łyko (*Daphne mezereum*) i kora wierzby białej (*Salix alba*).

Owsiki u dzieci leczono liśćmi paproci oraz jej kłęczami (*Dryopteris filix-mas*).

Różę u świń zwalczano zieleń bagna zwyczajnego (*Ledum palustre*) oraz zieleń rdestu wężownika (*Polygonum bistorta*), a wszawicę u bydła — czeremchą (*Prunus padus*).

Surowcem leczniczym są zarówno rośliny świeże, jak i suszone. W leczeniu mają zastosowanie całe części nadziemne (*Hypericum perforatum*, *Artemisia absinthium*) albo niektóre tylko organy: płatki u *Convallaria maialis*, *Verbascum thapsiforme*, *Lamium album*, koszyczki kwiatowe u *Helichrysum arenarium*, *Matricaria chamomilla*, *Tanacetum vulgare*, nasiona u *Datura stramonium*, owoce, liście i kłącza u *Polygonatum odoratum* i *P. multiflorum*, korzenie u *Valeriana officinalis* i *Symphytum officinale*.

Różny jest także sposób wykorzystywania ziół. Świeży materiał roślinny kładziono albo bezpośrednio na rany czy chore miejsca (liście łopianu lub babki), albo w postaci soków ze ściętych pędów (jaskółcze ziele) lub zmiądzdżonych liści, pędów czy owoców. Na surowo stosowane są liczne owoce jagodowe, rzadziej suche. Surowiec suszony wykorzystywany jest w postaci naparów, wywarów, kataplazmów, herbatek podawanych na gorąco lub na zimno.

Zielarze o dużym stażu stosują różne mieszanki ziołowe z ziół suszonych i najczęściej nie chcą zdradzić tajemnicy mieszanek. Wykonują także różnego rodzaju nalewki na spirytusie, winie i różnogatunkowe kompoty z owoców jagodowych dziko rosnących i uprawianych. Te ostatnie służą także do uzupełnienia jadłospisu, stanowiąc źródło witamin.

#### PIŚMIENNICTWO

1. Broda B., Mowszowicz J.: Przewodnik do oznaczania roślin leczniczych, trujących i użytkowych. PZWL, Warszawa 1985.
2. Chmielińska A.: O ziołach leczniczych i ich stosowaniu w Łowickiem. Ziemia 23 (5-6), 98-101 (1933).

3. Kawałko M. J.: Historie ziołowe. KAW, Lublin 1986.
4. Kohlmünzer S.: Farmakognozja. PZWL, Warszawa 1985.
5. Kuźnicka B., Działk M.: Zioła i ich stosowanie: historia i współczesność. PZWL, Warszawa 1987.
6. Kuźniewski E., Puziewicz-Augustyn J.: Przewodnik ziołolecznictwa ludowego. PWN, Warszawa 1986.
7. Nowiński M.: Dzieje upraw i roślin leczniczych. PWRiL, Warszawa 1983.
8. Ożarowski A.: Ziołolecznictwo. PZWL, Warszawa 1983.
9. Pajor W. J.: Surowce zielarskie stosowane w kosmetyce. Wiad. Ziel. 7-8, 16-17 (1976).
10. Paluch A.: Świat roślin w tradycyjnych praktykach leczniczych wsi polskiej. Wydawn. Uniw. Wrocław, Wrocław 1984.
11. Rostański J.: Zielnik czarodziejski, to jest zbiór przesądów o roślinach. Kraków 1983.
12. Wyróbek E.: Czarodziejskie rośliny lecznicze w wierzeniach ludowych i w świetle dzisiejszej medycyny. Przgl. Ziel. 4, 4-13, (1948).

## РЕЗЮМЕ

Знания о народном лечении лекарственными травами являются до сих пор фрагментарными. Зброшены традиционные формы использования растений населением проживающим в районе Кнышинской пуци. Целью нашей работы было собрать информации о применении растений населением проживающим в окрестности Кнышинской пуци. Мы использовали гербарий 120 видов распространенных на исследуемой территории, а также анкеты.

В Кнышинской пуце растения использовались в основном при лечении людей и животных. Лекарственными травами лечили разные заболевания (желудочные боли, язвы двенадцатиперстной кишки и желудка, болезни печени, поджелудочной железы, поносы, запоры, недуги связанные с плохим обменом веществ, болезни сердца и кровеносных сосудов, органов дыхания, нервной системы и психическое расстройство, болезни кожи и язвы, новообразования), использовались лекарственные травы оказывающие антигеморрагическое действие). Травами лечили также животных.

Кроме этого лекарственные травы использовались как приправы, вкусовые вещества и как непосредственная еда в сыром или сваренном виде или как продукт переработки. Растения использовались тоже как моющие и пропитывающие средства. Некоторые из них служили для мойки домашних животных. Некоторые дикорастущие растения употреблялись для литургических целей во время разных праздников в костеле.

Применялись или целые растения или их органы (цветы, листья, лекарственные травы, корни, корневища, фрукты, семена).

Полученные нами сведения на тему региональной ономастики будут использованы в дальнейших исследованиях.

## RÉSUMÉ

La connaissance de la thérapie végétale populaire est toujours fragmentaire. On abandonne les formes traditionnelles d'utilisation des plantes. Le but de notre publication est de recueillir les renseignements sur l'utilisation des plantes par la population habitant sur le territoire de la Forêt Vierge de Knyszyn. On s'est servi de l'herbier de 120 espèces communes dans l'endroit examiné; on a fait aussi une enquête.

Dans la Forêt Vierge de Knyszyn, on mettait à profit les plantes surtout dans la thérapie des

affections chez les hommes et les animaux. On employait des herbes dans le traitement de diverses affections (maux d'estomac, ulcères duodénaux et gastriques, affections du foie et du pancréas, diarrhées, constipations, affections liées avec les troubles du métabolisme, maladies du coeur et des vaisseaux sanguins, celles de l'appareil respiratoire, celles du système nerveux, troubles psychiques, maladies des reins, des voies urinaires et de la vessie, maladies des articulations, maladies des femmes, maladies de la peau et ulcérations, tumeurs). On employait des herbes à action anthihémorragique. On les utilisait dans le traitement des animaux.

En plus, les herbes servent en tant que plantes d'assaisonnement, de condiments et à la consommation directe crues, cuites ou en confitures. On mettait à profit les plantes aussi comme détergents et pour l'imprégnation. Certaines servaient à laver les animaux domestiques. Un certain groupe de plantes sauvages ont été utilisées dans la liturgie pendant les fêtes religieuses.

On prenait les plantes entières, ou bien leurs organes (fleurs, feuilles, herbes, racines, rhizomes, fruits, semences).

Les informations recueillies sur la nomenclature régionale seront utilisées dans les recherches ultérieures.

RESUME

La connaissance de la flore végétale traditionnelle dans les régions de la Pologne méridionale est l'objet de cette publication. Le but de notre publication est de recueillir les données ethnobotaniques relatives à la flore traditionnelle dans les régions de la Pologne méridionale. Les données ethnobotaniques relatives à la flore traditionnelle dans les régions de la Pologne méridionale sont l'objet de cette publication. Le but de notre publication est de recueillir les données ethnobotaniques relatives à la flore traditionnelle dans les régions de la Pologne méridionale.