

A réti legyezőfű, avagy a „mezők királynéja”- az aszpirin alapanyaga

DAZ online, 05.12.2023, 07:00

Kulcsszavak: gyógynövény, gyógyszer, aszpirin

Forrás Internet-helye:

<https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/news/artikel/2023/12/05/adventsraetsel-tag-5>

https://hu.wikipedia.org/wiki/R%C3%A9ti_legyez%C5%91f%C5%B1

A **réti legyezőfű** (*Filipendula ulmaria*; szinonima: *Spiraea ulmaria* L.) a rózsavirágúak (Rosales) rendjébe és a rózsafélék (Rosaceae) családjába tartozó gyógynövényfaj. A franciák „a mezők királynéjának” hívják.

Holarktikus fajként csaknem egész Európában és Ázsia nyugati felén honos. Észak-Amerikába betelepítették. Magyarországon nem gyakori, de helyenként tömegesen fordul elő.

Szögletes, üreges, pirosan erezett szára mintegy 2 m magasra nő. Átellenes levelei összetettek, 2-5 pár fogazott és egyenlőtlen levélkéje van. Összemorzolt levelei jellegzetes, fertőtlenítőszerre emlékeztető szagot árasztanak. Álernyőbe tömörült, édeskés illatú, 4-8 milliméter átmérőjű virágai a sárgásfehértől a krémszínűig változnak. Aszmagtermésében barna magok vannak.

Évelő. Nedves környezetben – mocsarakban, nyirkos talajú réteken, patak menti társulásokban – él, főleg a hegyvidékeken. Kertekbe is ültetik. Nyáron (júniustól augusztusig) virágzik.

Szalicilsav-származékainak köszönhetően gyulladásgátló, valamint elősegíti az izzadást. A flavonoidok, amelyek görcsoldó hatásúak, megkönnyítik az epe kiürülését. Szintén a flavonoidoknak, valamint a nagy mennyiségű káliumsóknak köszönhetően hatékony vízhajtó. Cseranyagait elősegítik az összehúzódást és a sebgyógyulást.

A növény influenza és lázas állapot kezelésére javasolt, enyhíti a fej- és fogfájást, csillapítja a köszvény és a reuma okozta kisebb ízületi fájdalmakat. Gyakran ajánlják a túlsúly okozta vizeletválasztási zavarok kezelésére. A növény segít a sebek és fekélyek gyógyulásában is. **Az aszpirin alapanyaga.**

Jóllehet a réti legyezőfű nem mérgező, alapanyagai között szerepel a szalicil, ezért szalicil-vagy aszpirinérzékenyeknek ellenjavallt. Ezzel együtt sokféle salátának fogyasztják.

Németországban és Skandináviában virágait illatosítónak a méhsörbe és a borba keverik.

Gyógynövényként ma már ritkán alkalmazzák. Az Európai Gyógyszerügynökség gyógynövény bizottságának (*EMA Committee on Herbal Medicinal Products, HMPC*) monográfiája szerint virágzatából (*Filipendulae ulmariae flos*) tradicionálisan hűlés és enyhe ízületi fájdalmak elleni tea készíthető.