

**Τ.Ε.Ι. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ  
Σ.Τ.Ε.Γ.  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΕΠΙΛΟΓΗΣ  
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΑΣ**

**ΚΑΤΑΓΡΑΦΙΚΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΜΕΡΙΚΩΝ  
ΚΑΛΛΙΕΡΓΟΥΜΕΝΩΝ  
ΑΥΤΟΦΥΩΝ, ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ  
ΣΤΗΝ « ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ »**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΟΥ ΤΣΑΚΩΝΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗ**

**ΚΑΛΑΜΑΤΑ 2003**

**Τ.Ε.Ι. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ  
Σ.Τ.Ε.Γ.  
ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ ΕΠΙΛΟΓΗΣ  
ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΩΝ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗΣ ΓΕΩΡΓΙΑΣ**

**ΚΑΤΑΓΡΑΦΙΚΑ ΚΑΙ ΧΡΗΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΜΕΡΙΚΩΝ  
ΚΑΛΛΙΕΡΓΟΥΜΕΝΩΝ  
ΑΥΤΟΦΥΩΝ, ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ  
ΣΤΗΝ « ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ »**

**ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΟΥ ΤΣΑΚΩΝΑ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗ**

**ΚΑΛΑΜΑΤΑ 2003**

Κάθε γνήσιο αντίγραφο φέρει την σφραγίδα και υπογραφή του συγγραφέα .



Παναγιώτης Τσούκουρας

Απαγορεύεται οποιαδήποτε αναδημοσίευση άρθρων, περικοπών, περιλήψεων, φωτογραφιών ή εκτέλεση φωτοαντιγράφων και φωτοτυπιών χωρίς γραπτή άδεια του εκπονητή.

**Αφιερωμένο στη μνήμη του πατέρα μου**

**Οφείλουμε**

**να προσδιορίσουμε**

**και να διαφυλάξουμε**

**καθετί ελληνικό....**

*Παναγιώτης Τσάκωνας*

## ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θεωρώ υποχρέωσή μου να ευχαριστήσω θερμά τους:

- Δρ. Ματσούκη Αριστείδη, γεωπόνο επιστημονικό συνεργάτη του ΤΕΙ Καλαμάτας
- Κάτσαρη Τάκη, γεωπόνο – επιστημονικό συνεργάτη Ινστιτούτου Ελαίας και Οπωροκηπευτικών Καλαμάτας
- Μανουέλα Μπέρκι, προϊσταμένη τμήματος εκδόσεων ΠΤΙ. Ε.Τ.Β.Α.
- Ασπασία Λούβη, Διευθύντρια Π.Τ.Ι. Ε.Τ.Β.Α.
- Καρούνια Διονύση, Χατζόπουλο Χρήστο, υπεύθυνους Ε.Κ.Φ.Ε. Μεσσηνίας
- Καραγιάννη Θανάση, φιλόλογο
- Μπουρμά Αναστασία, βιβλιοπωλείο
- Περδίου Ελεονώρα, ηλεκτρονική επεξεργασία

που με τη συμβολή τους συνετέλεσαν ουσιαστικά στην ολοκλήρωση αυτής της μελέτης

## **ΕΞΕΤΑΣΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

Εισηγητής: Δρ Ματσούκης Αριστείδης, επιστημονικός  
συνεργάτης του Τ.Ε.Ι. ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ

**Μέλη:**

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΠΡΟΛΟΓΟΣ.....	3
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	4

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

#### ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΙ

1.1 Ταξινόμηση των φυτών.....	6
1.2 Φυσικογεωγραφικό δυναμικό ως παράγοντας ανάπτυξης της αρχαιοελληνικής κοινωνίας.....	10
1.3 Παράγοντες ανάπτυξης της γεωργίας.....	12
1.4 Η γη, ο άνθρωπος και η σχέση τους στην αρχαία Ελλάδα.....	15

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

#### ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΚΑΛΛΙΕΡΓΟΥΜΕΝΩΝ ΦΥΤΩΝ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ

2.1 Καταγραφή και χρήση.....	18
2.2 Σκευάσματα.....	19
2.3 Η αξία της διατροφής.....	19
2.4 Ελιά – το ιερό φυτό και η χρήση του.....	20
2.5 Ο ρόλος και η χρήση του κρασιού.....	27
2.6 Τα φρούτα.....	30
2.7 Ποιότητα γεωργικών προϊόντων.....	31

### ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

#### ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΑΥΤΟΦΥΩΝ ΦΥΤΩΝ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ

3.1 Γενικά.....	36
3.2 Καταγραφή και χρήση .....	36
3.3 Ο ρόλος των αυτοφυών φυτών.....	37



**ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4**  
**ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ ΚΑΙ**  
**ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ**

4.1 Γενικά.....	39
4.2 Καταγραφή και χρήση.....	39
4.3 Αρωματικά φυτά και αιθέρια έλαια.....	49
4.4 Η φαρμακευτική χρήση των φυτών .....	50
4.5 Η κηποτεχνία στην αρχαία Ελλάδα.....	57

<b>ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ</b> .....	59
------------------------	----

<b>ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ</b> .....	75
------------------------	----

<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ</b> .....	78
---------------------------	----

## ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Για τον κάθε νεοέλληνα η ελληνική αρχαιότητα είναι γνώση και διδαχή, ένας κόσμος τον οποίο ίσως θα ήθελε να προσεγγίσει και να μιμηθεί.

Ταυτόχρονα όμως η γνώση της ελληνικής αρχαιότητας θεωρείται αναγκαία ώστε να κατανοηθεί η ταυτότητα καθώς και η εξελικτική πορεία της ζωής του Έλληνα όπως διαμορφώθηκε μέχρι σήμερα μέσα από διάφορα ιστορικά μονοπάτια.

Ένας τρόπος για να επιτευχθεί αυτό είναι η γνώση της καθημερινότητας των αρχαίων προγόνων μας μέσα από τον τρόπο με τον οποίο αντιμετώπιζαν το φυσικό τους περιβάλλον. Η γνώση αυτή μπορεί εν μέρει να αποκτηθεί από τα φυτά τα οποία καλλιεργούσαν για τις διάφορες βιοτικές και άλλες ανάγκες τους.

Σκοπός της μελέτης αυτής είναι η συλλογή στοιχείων όσον αφορά τα καλλιεργούμενα αυτοφυή αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά που υπήρχαν στην Αρχαία Ελλάδα, πολλά εκ των οποίων απαντούν και στις μέρες μας.

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η καταγραφή και η χρήση των φυτών είναι αντικείμενο διαφόρων επιστημών και εξειδικευμένων κατευθύνσεων σε κάθε μία απ' αυτές. Στο πρώτο κεφάλαιο γίνεται αναφορά προσεγγιστικών δεδομένων και προσδιορισμών ή περιφερειακών πληροφοριών σχετικά με το θέμα μελέτης.

Στα επόμενα κεφάλαια γίνεται ξεχωριστά η καταγραφή και χρήση των φυτών που ταξινομούνται σε τρεις μεγάλες κατηγορίες, καλλιεργούμενα, αυτοφυή και αρωματικά φαρμακευτικά.

Το χρονικό εύρος της καταγραφής αυτής έχει αρχή τη λήξη της προϊστορικής περιόδου και τέλος την έναρξη της περιόδου του Μ. Αλεξάνδρου.

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ

## 1

### ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΙ

# ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΣΔΙΟΡΙΣΜΟΙ

## 1.1 Ταξινόμηση των φυτών

Το σύστημα ταξινόμησης που ακολουθείται σήμερα αναπτύχθηκε το 1753 από το Σουηδό βοτανολόγο Karolo Linnaeus. (Εικ 1,2,3 ) Σε κάθε φυτό δόθηκε ένα επιστημονικό όνομα για να αποφεύγεται η σύγχυση από τα πολλά κοινά ονόματα που φέρει κάθε ένα είδος φυτού.

Όλα τα φυτά ταξινομούνται στις παρακάτω κατηγορίες.

**Διαίρεση**

**Υποδιαίρεση**

**Κλάση**

**Υποκλάση**

**Οικογένεια**

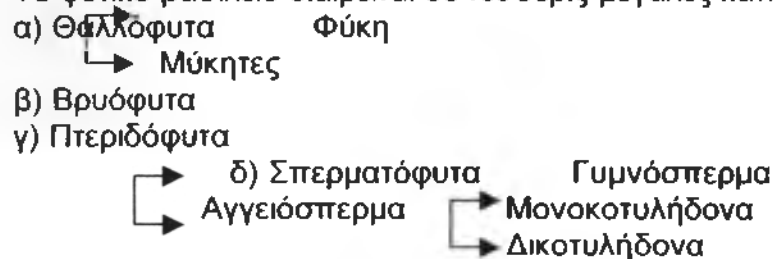
**Γένος**

**Είδος**

**Ποικιλία**

Λόγω της δυσκολίας στην ταξινόμηση αναγκάστηκαν να δημιουργηθούν υποδιαίρεσεις κάποιων κατηγοριών όπως είναι π.χ οι υποκλάσεις και οι υποοικογένειες.

Το φυτικό βασίλειο διαιρείται σε τέσσερις μεγάλες κατηγορίες.



Στα Θαλλόφυτα περιλαμβάνονται τα απλούστερα φυτά. Μερικά αποτελούνται από ένα μόνο κύτταρο ενώ δεν διαθέτουν πραγματικό στέλεχος, φύλλα και άνθη και διακρίνονται σε δύο υποδιαίρεσεις τα φύκη και τους μύκητες. Τα φύκη περιέχουν χλωροφύλλη και μπορούν συνεπώς να παράγουν τις τροφές τους. Οι μύκητες δεν περιέχουν χλωροφύλλη και παίρνουν την τροφή τους από άλλους οργανισμούς. Τα φύκη έχουν μικρή γεωργική σημασία σε αντίθεση με τους μύκητες. Υπάρχουν είδη μυκήτων που είναι χρήσιμα και άλλα που προκαλούν σοβαρές ασθένειες στα φυτά. Τα βρυόφυτα δεν παράγουν αληθινά στελέχη και φύλλα ούτε έχουν άνθη ή σπόρους και δεν παρουσιάζουν οικονομικό ενδιαφέρον για τη γεωργία όπως και τα πτεριδόφυτα. Στα σπερματοφύτα υπάγονται τα φυτά που παράγουν άνθη και σπόρους. Αυτά αντιπροσωπεύουν την ανώτερη μορφή της φυτικής ζωής επάνω στη γη και



Εικόνα 1. Ο σουηδός βοτανολόγος Karolos Linnaeus δημιουργός της ταξινόμησης των φυτών με βάση τα βοτανολογικά και φυσιολογικά χαρακτηριστικά τους (Υφούλης 1986)

CAROLI LINNÆI M.D.  
BOTANICI ET MINERALOGI PVBLICI  
**FUNDAMENTA  
BOTANICA**  
IN QVIBVS  
*THEORIA BOTANICES*  
APHORISTICE  
TRADITVR.

---

ACCEDVNT  
IOHANNIS GESNERI  
MED. DOCT. PHYS. ET MATH. PROF. ORD.  
*DISSERTATIONES PHYSICAE*  
IN QVIBVS  
CELEB. LINNÆI  
ELEMENTA BOTANICA  
DILVCIDE EXPLICANTVR.

---

HALAE PROPTER SALAM  
APVD IO. GOTTL. BIERWIRTH.  
c1736ccccxxvii.

Εικ. 1 Το εξώφυλλο του έργου του Λινναίου «Fundamenta Botanica», έκδοση του 1747. Ενώ η πρώτη έκδοση του έργου έγινε το (1736) όπου και διατυπώσε για πρώτη φορά μία σειρά κανόνων ονοματολογίας των φυτών.

Εικόνα 2 Εξώφυλλο του < Fundameta Botanika > έργου του Λινναίου όπου διατυπώθηκε σειρά κανόνων ονοματολογίας των φυτών (Υφούλης 1986 )

*CAROLI LINNÆI*

ARCHIATR. REG. MEDIC. ET BOTAN. PROFESS. UPSAL.  
ACAD. IMPERIAL. MONSPEL. BEROL. TOLOS. UPSAL.  
STOCKH. SOC. ET PARIS. CORRÉS.

**PHILOSOPHIA  
BOTANICA**

IN QVA  
EXPLICANTUR

*FUNDAMENTA BOTANICA*

CUM

DEFINITIONIBUS PARTIUM,  
EXEMPLIS TERMINORUM,  
OBSERVATIONIBUS RARIORUM,

ADJECTIS

*FIGURIS ÆNEIS.*



---

CUM PRIVILEGIO.

---

STOCKHOLMIÆ,  
APUD GODOFR. KIESEWETTER  
1751.

Εικ. 4. Τό εξώφυλλο του έργου του Κ. Λινναίου «Philosophia Botanica» 1751 όπου βελτίωσε τους κανόνες ονοματολογίας των ειδών.

Εικόνα 3 Εξώφυλλο του <Philosophia Botanika > έργου του Λινναίου όπου υπάρχουν βελτιωμένοι κανόνες ονοματολογίας των φυτών (Υφούλης 1986)

χωρίζονται σε δύο μεγάλες υποδιαιρέσεις τα γυμνόσπερμα και τα αγγειόσπερμα. Στα γυμνόσπερμα υπάγονται τα φυτά των οποίων οι σπόροι είναι γυμνοί όπως οι κέδροι, έλατα, πεύκα. Στα αγγειόσπερμα υπάγονται όλα σχεδόν τα καλλιεργούμενα φυτά με μεγάλη γεωργοοικονομική σημασία. Τα σπέρματα των φυτών αυτών περικλείονται στα τοιχώματα της ωοθήκης. Τα αγγειόσπερμα διαιρούνται σε δύο κλάσεις τα μονοκότυλα και τα δικότυλα ανάλογα εάν ο σπόρος αποτελείται από ένα ή δύο μέρη



αντίστοιχα, γι' αυτό και κατά τη διαδικασία φυτρώματος δίνουν ένα ή δύο πρώτα (κοτυληδόνες) φύλλα. Στα μονοκοτυληδόνα υπάγονται φυτά όπως το καλαμπόκι, το σιτάρι, το κριθάρι σπόροι των οποίων έχουν βρεθεί ακόμη και σε απολιθωμένη μορφή. Στα δικοτυληδόνα ανήκουν τα φασόλια, το λινάρι κ.λ.π.

Τα φυτά ταξινομούνται βάση διαφόρων γεωργικών κριτηρίων ως εξής :

- α) Σιτηρά
- β) Ψυχανθή
- γ) Χορτοδοτικά
- δ) Κλωστικά
- ε) Ζαχαρούχα                    Βιομηχανικά
- στ) Ελαιούχα
- ζ) Φαρμακευτικά-Διεγερτικά

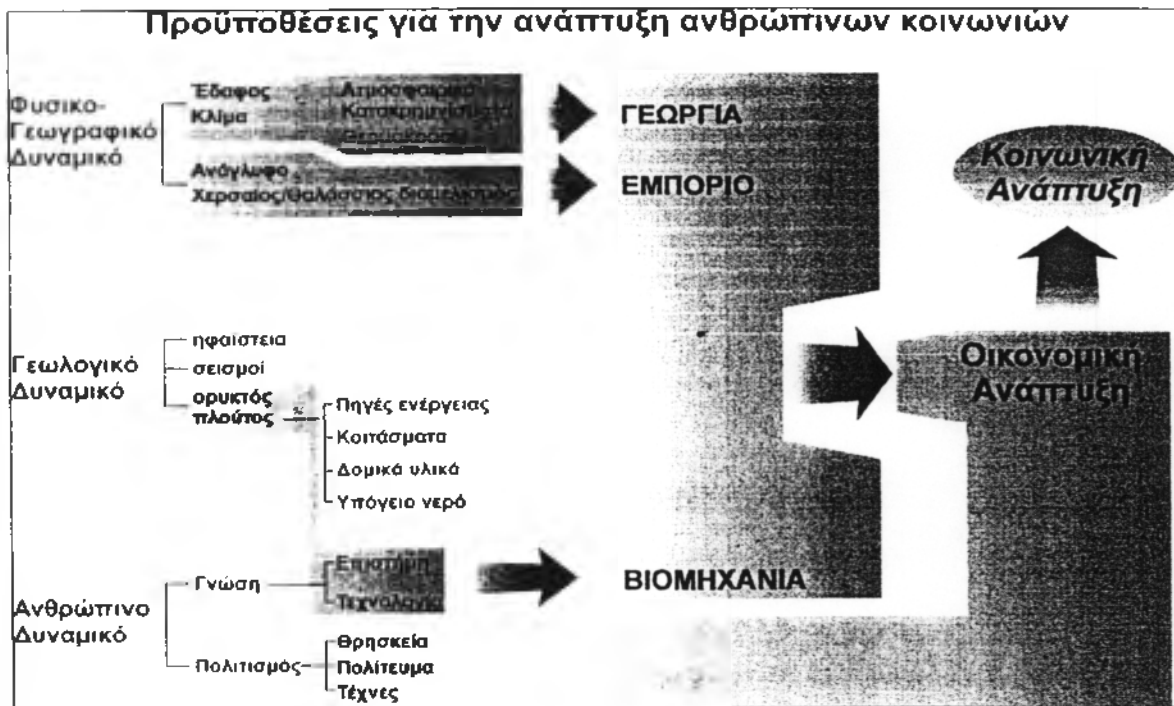
Στην ομάδα των σιτηρών περιλαμβάνονται τα σιτάρι, κριθάρι, βρώμη κ.λ.π. Στα ψυχανθή υπάγονται τα διάφορα όσπρια, η σόγια κ.λ.π. και χρησιμοποιούνται τα σπέρματά τους γιατί είναι πλούσια σε άμυλο και πρωτεΐνες. Στα χορτοδοτικά ανήκουν η μηδική τα τριφύλλια καθώς και διάφορα σανοδοτικά αγροστώδη τα οποία καλλιεργούνται για κτηνοτροφή. Στα κλωστικά ανήκουν φυτά όπως το βαμβάκι και το λινάρι. Στα ζαχαρούχα ανήκουν τα ζαχαρότευτλα και το ζαχαροκάλαμο τα οποία καλλιεργούνται για το υπόγειο μέρος τους που είναι πλούσιο σε σάκχαρα. Τα κλωστικά μαζί με τον καπνό μπορούν να ενταχθούν και σε μια ενιαία κατηγορία τα βιομηχανικά φυτά. Ελαιούχα είναι τα φυτά που παράγουν σπόρους με μεγάλη περιεκτικότητα σε λάδι όπως ο ηλιανθος, η ρετινολαδιά και το σουσάμι. Φαρμακευτικά είναι τα φυτά από τα οποία εξάγονται διάφορες φαρμακευτικές ουσίες και αρώματα αλκαλοειδή που είναι διεγερτικά. Τέτοια φυτά είναι η μέντα, ο κρίκος, η ινδική κάνναβη κ.α. Υπάρχουν και άλλα κριτήρια ταξινόμησης όπως η εντατικοποίηση της καλλιέργειας και η εποχή σποράς που χωρίζουν τα φυτά σε **φυτά μεγάλης καλλιέργειας και χειμερινά-εαρινά** αντίστοιχα.

Ακόμα με βάση τη διάρκεια του βιολογικού τους κύκλου τα φυτά διακρίνονται σε **ετήσια, διετή και πολυετή**. Ετήσια είναι εκείνα που συμπληρώνουν το βιολογικό τους κύκλο μέσα σε ένα χρόνο. Διετή είναι αυτά που χρειάζονται δύο χρόνια για να συμπληρώσουν το βιολογικό τους κύκλο. Τον πρώτο χρόνο αυξάνονται βλαστικά και το δεύτερο καρποφορούν και μετά ξεραίνονται. Πολυετή είναι τα φυτά που ζουν πολλά χρόνια και καρποφορούν διαδοχικά π.χ. δέντρα. (Υφούλης 1986)

## **1.2 ΦΥΣΙΚΟΓΕΩΓΡΑΦΙΚΟ ΔΥΝΑΜΙΚΟ ΩΣ ΠΑΡΑΓΟΝΤΑΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ ΑΡΧΑΙΟΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΚΟΙΝΩΝΙΑΣ**

Είναι πλέον αποδεδειγμένο ότι ο αρχαιοελληνικός πολιτισμός (προϊστορικός και ιστορικός) είναι αυτόχθονας πολιτισμός αφού έχει γεννηθεί και αναπτυχθεί σε ένα συγκεκριμένο γεωγραφικό χώρο. Οι αντιλήψεις περί ινδοευρωπαϊσμού έχουν πλέον επίσημα καταρρεύσει σύμφωνα με επίσημες ανθρωπολογικές μελέτες και τεκμηριωμένες ανακοινώσεις. Σαν αυτόχθονας πολιτισμός ο αρχαιοελληνικός συνδέεται άμεσα με το φυσικογεωλογικό περιβάλλον του ευρύτερου χώρου που έχει αναπτυχθεί και εξελιχθεί κατά τα τελευταία 18.000 έτη κυρίως. Η θέση αυτή βασίζεται στην άποψη ότι οι βασικές προϋποθέσεις για την εξέλιξη και ανάπτυξη μιας ανθρώπινης κοινωνίας συνδέονται με τρεις παράγοντες που αποτελούν το ανθρωπογεωγραφικό δυναμικό ενός τόπου και είναι το φυσικογεωγραφικό, γεωλογικό και ανθρώπινο δυναμικό. (Εικ4). Πιο συγκεκριμένα στο φυσικογεωγραφικό δυναμικό μιας γεωγραφικής περιοχής εντάσσονται το έδαφος, το κλίμα, το ανάγλυφο

και η κατανομή ξηράς και θάλασσας. Εάν το έδαφος είναι γόνιμο και το κλίμα ευνοϊκό τότε η ανάπτυξη της γεωργίας γίνεται χωρίς ιδιαίτερη δυσκολία ενώ το ανάγλυφο και η κατανομή ξηράς και θάλασσας πέραν των άλλων αποτελούν και τις προϋποθέσεις για την ανάπτυξη της επικοινωνίας (μεταφορές) και του εμπορίου.



Εικόνα 4 Διαγραμματική παράσταση παραγόντων ανάπτυξης ανθρώπινων κοινωνιών (Ανώνυμος 1, 2003)

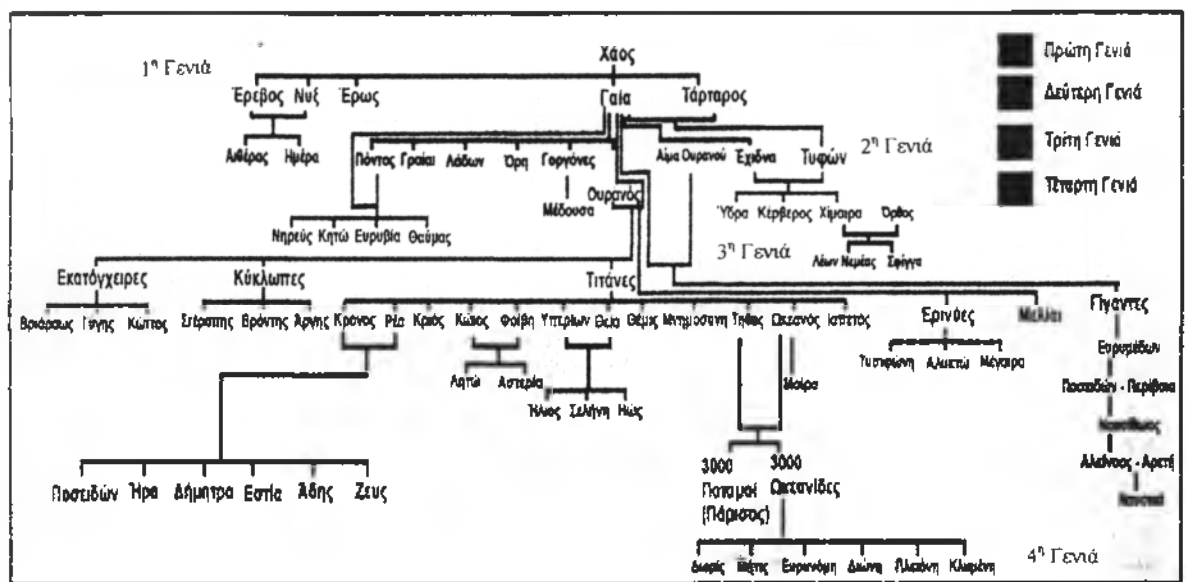
Στο γεωλογικό δυναμικό υπάγονται κυρίως τα ηφαιστεια, οι σεισμοί και ο ορυκτός πλούτος. Ειδικά για το τελευταίο είναι απόλυτα τεκμηριωμένο πως επηρέασε και διαμόρφωσε ισχυρές κοινωνίες κράτη κατά την αρχαία περίοδο. Ο τρίτος βασικός παράγοντας διαμόρφωσης του επιπέδου ανάπτυξης μιας κοινωνίας είναι το ανθρώπινο δυναμικό

και κυρίως οι γνώσεις, το πολιτικό σύστημα και η θρησκεία. Ο αρχαιοελληνικός πολιτισμός είναι άρρηκτα συνδεδεμένος με το φυσικογεωλογικό δυναμικό και περιβάλλον του ελλαδικού χώρου και τις μεταβολές του. Είναι ένας από τους αρχαιότερους και τους υψηλότερους πολιτισμούς που είχε δημιουργήσει ποτέ ο αρχέγονος άνθρωπος Homo Sapiens και αυτό οφείλεται στο ότι όλες οι προϋποθέσεις που δίνονται στο σχήμα ήταν ευνοϊκές όχι μόνο κατά την περίοδο που είχε φτάσει στην κορυφαία του στιγμή αλλά και διαχρονικά 18.000 χρόνια μετά δηλαδή την προϊστορική και ιστορική περίοδο. Για να υπάρχει μια κατά το δυνατόν ολοκληρωμένη άποψη πρέπει τέτοια θέματα να προσεγγίζονται ολοκληρωμένα και όχι τμηματικά. Η ανάπτυξη κοινωνιών και πολιτισμών της ιστορικής περιόδου στον ελλαδικό χώρο είναι επακόλουθο της προϊστορικής ανάπτυξης. Πριν 18000 χρόνια περίπου αρχίζει μία νέα κλιματική εποχή που συνδέεται με μία σχετικά απότομη αύξηση της μέσης ετήσιας θερμοκρασίας του πλανήτη, που αυτό οδηγεί σε αύξηση της βλαστητικής ανάπτυξης. Συνολικά μεταβάλλεται η θερμοκρασία, η στάθμη της θάλασσας και κατ' επέκταση οι ακτογραμμές. Επίσης μεταβάλλονται τα ποσοστά

βροχοπτώσεων και διαμορφώνονται οι κοίτες των χειμάρρων και των ποταμών. Οι παλαιοί βιότοποι καταστρέφονται και δημιουργούνται νέοι. Οι παλιές λίμνες μεταβάλλονται σε θάλασσα ή αλλάζουν όρια. Πολλές από τις παλιές πηγές, από τις οποίες έπαιρνε ο άνθρωπος νερό κατακλύζονται από θάλασσα και καινούριες εμφανίζονται. Οι παγετώνες υποχωρούν στα μεγάλα γεωγραφικά πλάτη και στα ψηλά όρη και ο άνθρωπος των περιοχών αυτών κερδίζει έδαφος, ενώ αντίθετα ο άνθρωπος που ζούσε κοντά στη θάλασσα αναγκάζεται να υποχωρήσει και να ζήσει ψηλότερα, επειδή ο χώρος που κατοικούσε μέχρι την εποχή εκείνη άρχισε να κατακλύζεται σιγά σιγά από θάλασσα.

Την ίδια εποχή ο άνθρωπος βιώνει μια από τις συγκλονιστικότερες στιγμές της ιστορίας του. Είναι η περίοδος κατά την οποία από τροφосуλλέκτης γίνεται τροφοπαραγωγός. Μέσα σε ένα μεταβαλλόμενο λοιπόν γεωπεριβάλλον ο άνθρωπος διαμορφώνει σιγά σιγά τα βασικά στοιχεία της θρησκείας του και πλάθει τους θεούς του. Άρα λοιπόν το γεωπεριβάλλον και οι μεταβολές συνδέονται άμεσα με το βασικότερο ίσως στοιχείο του πολιτισμού που είναι η θρησκεία.

Έτσι από τους μελετητές προκύπτει μια ταξινόμηση σε τέσσερις γενιές ανάλογα με τις δυσκολίες που είχε να αντιμετωπίσει στην εξελικτική του πορεία ο άνθρωπος σε σχέση με το περιβάλλον. Εικ ( 5 ) . (Ανώνυμος 1, 2003)



Εικόνα 5 Γενεαλογικό δέντρο των θεών (διακρίνονται οι διάφορες φάσεις εξέλιξης) (από τροποποίηση Ανώνυμος 1, 2003)

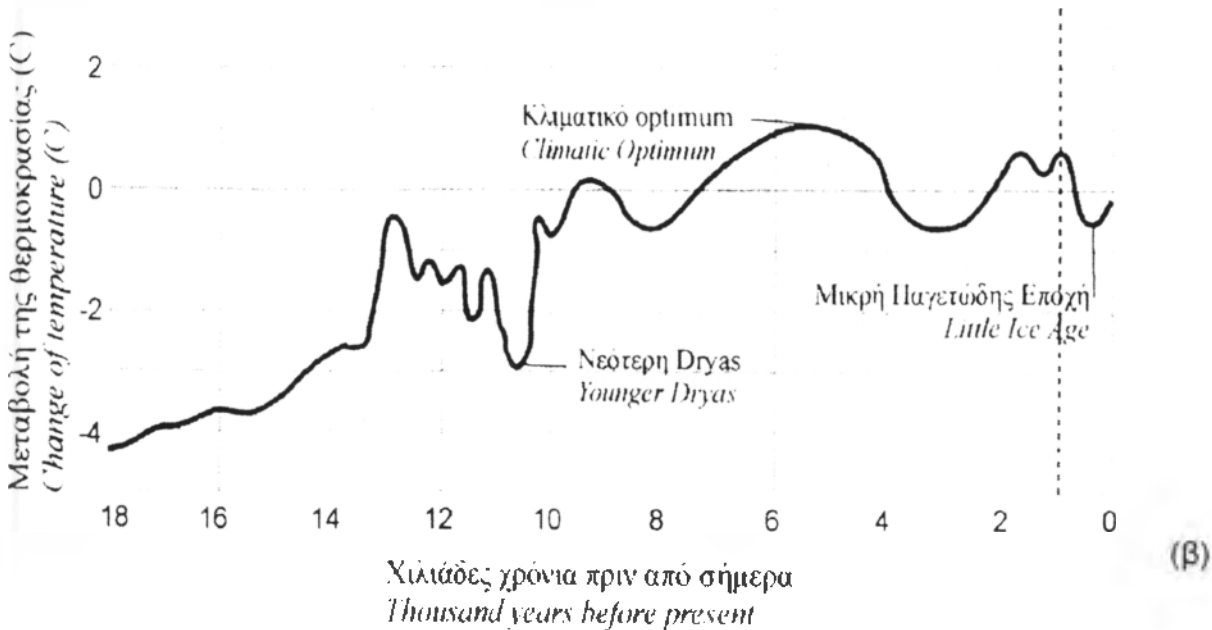
### 1.3 ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΑΣ

Οι βασικοί παράγοντες που καθορίζουν την ανάπτυξη της γεωργίας σε μία ευρύτερη γεωγραφική περιοχή είναι το **έδαφος** το **κλίμα** και το **νερό**. Οι διάφοροι τύποι εδαφών που έχουν δημιουργηθεί σε όλη τη μακρά περίοδο αλλά ιδιαίτερα τα τελευταία 10.000 χρόνια στον ευρύτερο ελλαδικό χώρο είναι γενικά ικανοποιητικά από πλευράς ευφορίας .

Το κλίμα με τη σειρά του εξαρτάται κυρίως από τη μέση ετήσια θερμοκρασία, (Εικ. 6) τη βροχόπτωση καθώς και τη μεταβολή τους. Η μέση ετήσια θερμοκρασία στον ελλαδικό χώρο αλλά και σε όλη την ανατολική Μεσόγειο ήταν ευνοϊκή. Από το ύψος του Αμβρακικού μέχρι και την Κρήτη και το κεντρικό και νότιο Αιγαίο η θερμοκρασία

στην επιφάνεια της θάλασσας κυμαίνονταν μεταξύ 13 °C και 17 °C για την περίοδο των 18.000 χρόνων. Η θερμοκρασία διαμορφώνεται πιο ευνοϊκή για την περίοδο 10.000 πριν από σήμερα και βελτιώνεται ακόμα περισσότερο για την περίοδο πριν από 6.000 χρόνια.

Ένας άλλος καθοριστικός παράγοντας για την ανάπτυξη της γεωργίας είναι το νερό. Τα ατμοσφαιρικά κατακρημνίσματα που δέχεται ο περιαιγιατικός χώρος κάλυπταν απόλυτα τις ανάγκες των βασικών καλλιεργειών. Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα να δημιουργήσει περίσσιες ποσότητες σε γεωργικά προϊόντα ώστε να (α)

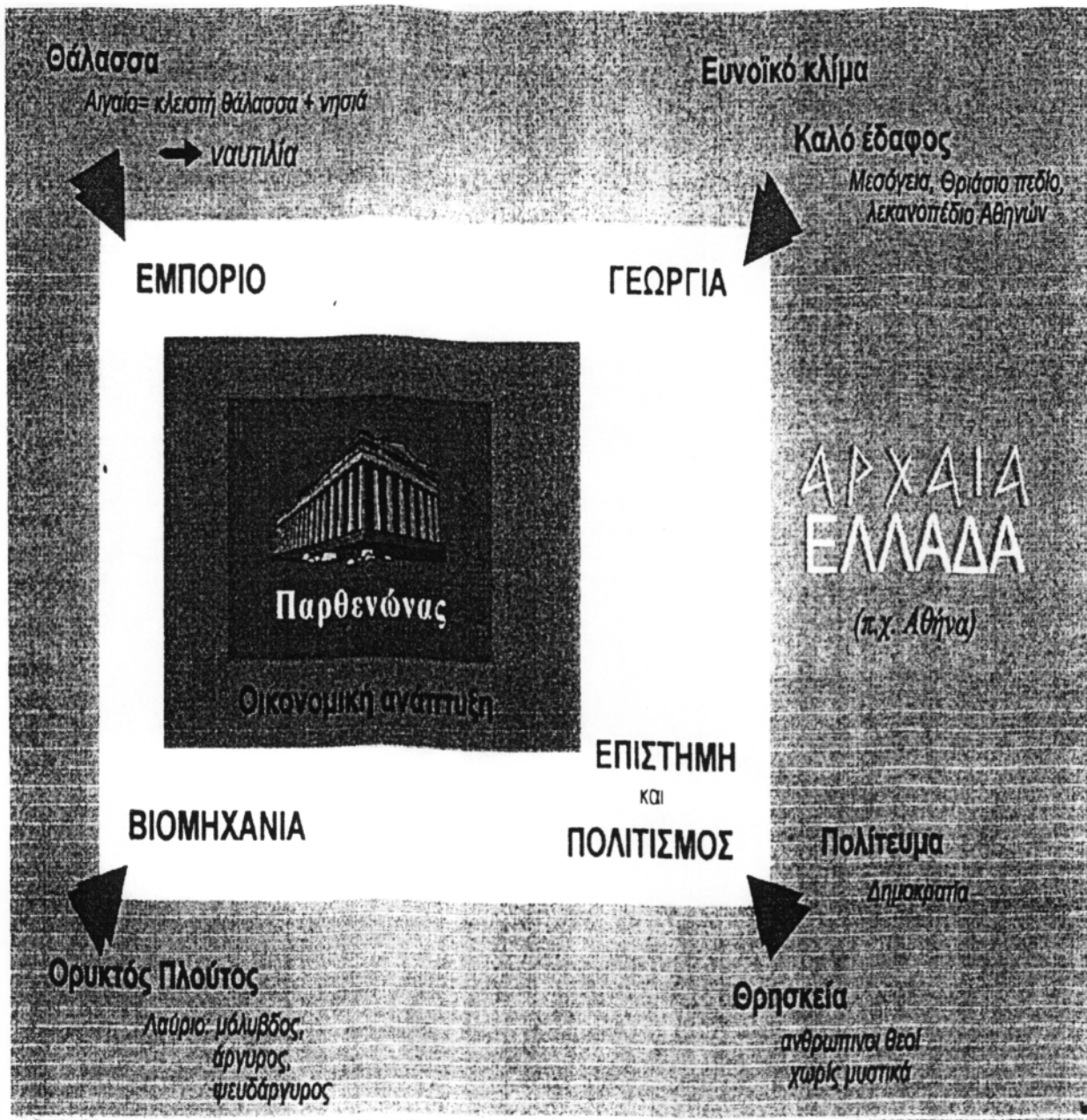


Εικόνα 6 Γενικό και λεπτομερειακό διάγραμμα μεταβολής θερμοκρασιών συναρτήσει χρόνου α) γενική καταγραφή β) λεπτομερειακή καταγραφή

αρχίσει η εμπορευματοποίησή τους. Από άποψη αγροτικής παραγωγής ο ελλαδικός χώρος μπορούσε να καλύψει τις ανάγκες των κατοίκων στα βασικά είδη διατροφής. Την περίοδο αυτή οι άνθρωποι είχαν πλέον μεταπέσει σε τροφοπαραγωγούς, παράγοντας δημητριακά, ελιές, λάδι, σταφύλια σε επαρκείς ποσότητες.

Καταλήγοντας στον περιαιγιακό χώρο από φυσικογεωγραφική άποψη μπορεί εύκολα να αναπτυχθεί η γεωργία. Επίσης υπάρχουν όλες οι προϋποθέσεις να αναπτυχθεί και η βιομηχανία. Η τεράστια ακτογραμμή που ανέρχεται σε χιλιάδες χιλιόμετρα καθώς και τα πολλά νησιά του Αιγαίου ευνόησαν αρχικά τη ναυσιπλοοία και κατ' επέκταση τη ναυτιλία και το εμπόριο. Σε όλους αυτούς τους παράγοντες αν προστεθεί και την ανάπτυξη των επιστημών και κατ' επέκταση του πολιτισμού τότε είναι εύκολη η οικονομική ανάπτυξη και έτσι η κοινωνική ανάπτυξη. Όλα αυτά οδηγούν στην πρόοδο των γραμμάτων, τεχνών και αρχιτεκτονικής που οδηγούν στη δημιουργία του μνημείου συμβόλου για τον πολιτισμό του Homo Sapiens που είναι ο Παρθενώνας ( Εικ. 7).

Για να μπορέσει όμως μια γη (έδαφος) να αποδώσει χρειάζεται την ανθρώπινη φροντίδα. Στην ενότητα που ακολουθεί γίνεται μια αναφορά της σχέσης γης και ανθρώπου την εποχή της αρχαιότητας. (Ανώνυμος 1,2 2003)



Εικόνα 7. Συνδυασμός παραγόντων για την ολοκλήρωση της ανάπτυξης του Αρχαίου Ελληνικού πολιτισμού (Ανώνυμος 1, 2003)

#### 1.4 Η ΓΗ, Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ

Από την πρώτη στιγμή της παρουσίας του στη γη ο άνθρωπος άρχισε να χρησιμοποιεί το φυσικό περιβάλλον για να καλύψει τις βασικές του ανάγκες.

Χρησιμοποίησε σπηλιές και κουφάλες δένδρων για να στεγαστεί, μάζευε καρπούς και ρίζες ή σκότωνα ζώα για να τραφεί, φορούσε προβιές ζώων ή πλατειά φύλλα για να προστατευτεί από το κρύο. Από εκείνα τα χρόνια τα πρώτα εργαλεία προέκυψαν από την εκμετάλλευση των υλικών που πρόσφερε η φύση όπως κοφτερές πέτρες ή κλαδιά που επέκτειναν το χέρι του για να τον βοηθήσουν να εκμεταλλευτεί τη φύση. Στην εξελικτική πορεία του ο άνθρωπος παρήγαγε πλήθος αγαθών και υπηρεσιών για να ικανοποιήσει τις ανάγκες του που αυξάνονταν και διαφοροποιούνταν. Στην αρχή οι πρόγονοι του σύγχρονου ανθρώπου αγωνίστηκαν σκληρά για να επιβιώσουν και η κύρια πρόκληση γι' αυτούς ήταν η καθημερινή αναζήτηση νερού και τροφής. Η ανάπτυξη τρόπων καλλιέργειας φυτών και εκτροφής ζώων ήταν σημαντικό στάδιο της εξέλιξης και συνδέθηκαν με τη μόνιμη εγκατάσταση σε έναν τόπο. Βέβαια οι δυνατότητες επικοινωνίας με τον προφορικό λόγο έπαιξαν σημαντικό ρόλο στη διάδοση της γνώσης και των εμπειριών και σε αυτό συνετέλεσε ακόμη περισσότερο η ύπαρξη γραφής στις διάφορες μορφές της. Ένα μεγάλο επίτευγμα ήταν η ανακάλυψη και η χρήση της φωτιάς που τρόμαζε τα άγρια θηρία, ζέσταινε τον άνθρωπο και τον βοηθούσε να μαγειρεύει την τροφή του αλλά και να μετατρέπει πολλά φυσικά υλικά σε χρήσιμα μέσα για την παραγωγή κραμάτων, εξαγωγή σιδηρομεταλλευμάτων, ψήσιμο πηλού, κατασκευή γυαλιού κ.α. Η άμεση σχέση ανθρώπου γης αποδεικνύεται από την θεοποίησή της και σύμφωνα με τη μυθολογία η θεά Γαία (Εικ. 8) ήταν αδερφή και σύζυγος του Ουρανού. (Ανώνυμος 1, 2003 ;Νικόπουλος Δ. 1999)



Εικόνα 8. Η θεά Γαία (Ανώνυμος 1, 2003)

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ

## 2

ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ  
ΚΑΛΛΙΕΡΓΟΥΜΕΝΩΝ ΦΥΤΩΝ ΣΤΗΝ  
ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ



## 2.1 ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ

Τα καταγεγραμμένα φυτά της Αρχαίας Ελλάδας είναι τα εξής:

**Ελιά, Φασολιά, Βολβοί, Αχλαδιά, Μηλιά** κατασκεύαζαν γλυκά από τους καρπούς, τα λεγόμενα ορβικλάτα. Τα ζουμερά μήλα τα ονόμαζαν ζητάνια ή πλατάνια. **Συκιά Μουριά** Υπήρχαν τρεις ποικιλίες λευκή, κόκκινη, μαύρη, ανάλογα με το χρώμα του καρπού. **Κερασι, Αμυγδαλιά** **Αμπέλι** **Δαμασκηλιά, Ρεβιθιά, Φακές Σκόρδα** Γνωστά για την ποιότητά τους ήταν των Μεγάρων. **Κρεμμύδια Αρακάς Αγκινάρες Βλίτα Λούπινα Σουσάμι Λινάρι Μαρούλια Μουσμουλιά Κουμαριά Μυρτιά Λάχανο Ξηροί καρποί, Σταφίδα** Καλλιεργούνταν στη Ρόδο **Μπιζέλια** Τα χρησιμοποιούσαν για να παρασκευάσουν σούπες και ζωμούς. **Συκιά** Χρησιμοποιούσαν ακόμη και τα συκόφυλλα για ψήσιμο κρέατος. **Κουκιά** Παρασκεύαζαν πουρέ (έτνος), ήταν καλλιεργούμενο είδος και είχαν προσδιορίσει τη δύσπεπτη και δυσόνηρη συμπεριφορά τους. **Πράσο** Η καλύτερη ποιότητα ευδοκίμοι σε στην Πρασία, αραθαλάσσιο χωριό Αν. Πελοποννήσου ίσως Λεωνίδιο **Αγγουριά** Καλλιεργούμενα είδη Λακωνικών, Σκυταλίας, Βοιωτικών. Καλύτερης ποιότητας ήταν τα λακωνικά όταν ποτίζονται ενώ οι άλλες ποικιλίες δεν πρέπει να ποτίζονται. Είχαν παρατηρήσει ότι τα αγγούρια έβγαιναν πιο δροσερά αν πριν φυτευτούν οι σπόροι έμεναν για λίγο μέσα στο γάλα ή σε νερό με μέλι.

**Μανιτάρια** έκαναν διαχωρισμό και είχαν προσδιορίσει καλλιεργητική τεχνική σε ρίζα συκιάς με σωρό από κοπριά και έντονο πότισμα **Σιτάρι** - Η διάδοσή του στον κόσμο συνδέεται με το μύθο της Περσεφόνης, με τη θεά Δήμητρα να παραδίδει κόκκους του καρπού στον Τριπτόλεμο. Επίσης η Δήμητρα αποκαλείται παμμητέρα θεά, σταχυότροφη, πορική, σποδοτέρα, αλωνιαία, χλωρόκαρπη **Κυδωνιά** *Cydonia oblonga mill* - Στον ελλαδικό χώρο ήταν γνωστό από την ομηρική εποχή και ευδοκίμοι σε στη χώρα των Κυδώνων (Κρήτη) όπου μάλλον είχε εισαχθεί από τα προϊστορικά χρόνια από την Μ. Ασία. Εκτιμούσαν ιδιαίτερα το δέντρο και τους καρπούς του για το εκλεκτό κυδωνόμελο που έφτιαχναν αλλά και για τις αφροδισιακές και θεραπευτικές ιδιότητες. Η παράσταση του κυδωνιού υπάρχει σε πολλά αρχαία νομίσματα της Μήλου, γεγονός που δείχνει τη συμπάθεια των Μηλίων στη θεά Αφροδίτη. **Πράσο** *Allium rotum* - το έτρωγαν σε αφθονία οι αρχαίοι Έλληνες. Μάλιστα κατανάλωναν δύο είδη, το πράσο το κεφαλωτόν που οι πλούσιοι έτρωγαν το βολβό και η γηθυλλίς που έδινε τα φύλλα του στην κουζίνα των φτωχών. **Ροδιά** *Punica granatum* - σύμβολο ζωής ευκαρπίας και γονιμότητας. Η ροδιά ήταν αφιερωμένη στην Ήρα, προστάτιδα της γέννησης και του γάμου. Ο μύθος της απαγωγής της Περσεφόνης που δοκίμασε το ρόδι με το οποίο την αποπλάνησε ο Άδης συνδέεται με αυτόν το συμβολισμό για την γονιμότητα. Το δέντρο της ροδιάς ήταν επίσης αφιερωμένο στην Αφροδίτη και την Αθηνά γι' αυτό και οι μύθοι που συνδέονται με τη ροδιά είναι ατελείωτοι. **Σφερδούκλι** *Asphodelus aestivus* - Το φύτευαν γύρω από τους τάφους μαζί με αμάραντο ρόδια και νάρκισσους γιατί πίστευαν ότι ο Άδης υποδεχόταν τις αδύναμες μορφές των πεθαμένων στον ασφοδελό λειμών, ένα έρημο λιβάδι διάσπαρτο με σφερδούκλια. Σε ένα από αυτά τα λιβάδια συναντήθηκαν οι ψυχές των ηρώων που είχαν πέσει στον πόλεμο της Τροίας. Οι ποιητές σύγκριναν τα χειμωνιάτικα γυμνά κοτσάνια του φυτού

με τις στρατιές των ψυχών που περιφέρονταν στις όχθες του Αχέροντα. Γνώριζαν τις αφροδισιακές του ιδιότητες, γεγονός που καταδειχνει το συσχετισμό της πίστης για το ξαναγέννημα της ζωής μετά θάνατο με τις αναζωογονητικές ιδιότητες αυτών των φυτών που ήταν σύμβολα των νεκρών.

(Δημητράκης Κ. 1998 ; Ευθυμιάδης Π. κ.α. 1999; Νικόπουλος Δ. 1999)

## 2.2 ΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ

**Σάλτσες στα χορταρικά** από λάδι, δριμύ ξύδι και καρυκεύματα ακόμη και μέλι

**Πελανό** - είδος πλακούντα που το ετοιμάζαν για τις θυσίες, παχύρρευστο κράμα από αλεύρι, μέλι και λάδι

**Κήχυτος** - μείγμα από αλεύρι και ψημένο τυρί που το ρίχνουν σε ειδικά καλούπια και το γέμιζαν με κρασί μελωμένο

**Μηλιτούττα** - μελόπιτες

**Χρυσόκολλα** - γλύκισμα από λιναρόσπορο και μέλι

**Κάνδυλος** - μείγμα από μέλι, γάλα, τυρί και λάδι

**Μυπωτός** - είδος σκορδαλιάς με πράσα, σκόρδα, τυρί και μέλι

(Δημητράκης Κ. 1998 ; Ευθυμιάδης Π. κ.α. 1999; Νικόπουλος Δ. 1999)

## 2.3 Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Οι διατροφικές συνήθειες ανεξάρτητα αν παρουσιάζουν κάποιες αποκλίσεις από περιοχή σε περιοχή σφραγίζουν τη συνοχή ενός λαού περισσότερο από κάθε οικονομική, πολιτική ή άλλη περιπέτεια καθώς μεταβάλλονται εξαιρετικά αργά και παραδίδονται από τη μια γενιά στην άλλη σχεδόν ατόφια. Η διατροφή κατέχει σπουδαία θέση στη ζωή των κατοίκων μιας χώρας καθώς πλήθος επαγγελματιών και πλήθος κοινωνικών σχέσεων αναπτύσσονται γύρω από αυτή. Η διατροφή είναι ο καθρέφτης της ποιότητας της κοινωνικής ζωής, των κοινωνικών τάξεων, της ηθικής και πνευματικής ζωής ακόμη και των θρησκευτικών πεποιθήσεων ενός λαού. Μπορεί κανείς μελετώντας όλο το φάσμα της διατροφής ενός λαού να κατανοήσει σε βάθος τον πολιτισμό του εξ ίσου καλά όπως και αν μελετήσει την πολιτική ιστορία του. Η διατροφή είναι συνδεδεμένη με την καθημερινή ζωή ενός λαού. Αυτό το βλέπουμε στον αρχαίο κόσμο στον οποίο τα συμπόσια (συν + πίνω = πίνω μαζί με άλλους) κατείχαν ιδιαίτερη θέση. Οι Έλληνες δρᾶττονταν από κάθε δυνατή ευκαιρία προκειμένου να συντρώγουν και να συμπίνουν με αφορμή οικογενειακές γιορτές, γάμους, γιορτές της πόλης, κάποιες νίκες σε αθλητικούς ή ποιητικούς αγώνες. Ακόμα και στο καθημερινό βραδινό φαγητό σπάνια μια οικογένεια δειπνούσε μόνη της. Υπήρχαν οι εξής μορφές συμποσίων.

**Ειλαπίνας:** Αυτά γίνονταν με δαπάνη ενός.

**Ερανικά:** Αυτά που γίνονταν με χρηματική συμβολή από όλους τους συνδαιτυμόνες

**Κοινά:** Αυτά που γίνονταν μεταξύ όσων ανήκουν στον ίδιο δήμο

**Φυλετικά:** Αυτά που γίνονταν μεταξύ όσων ανήκουν στην ίδια φυλή

**Φατρικά:** Αυτά που γίνονταν μεταξύ όσων ανήκουν στην ίδια φατρία

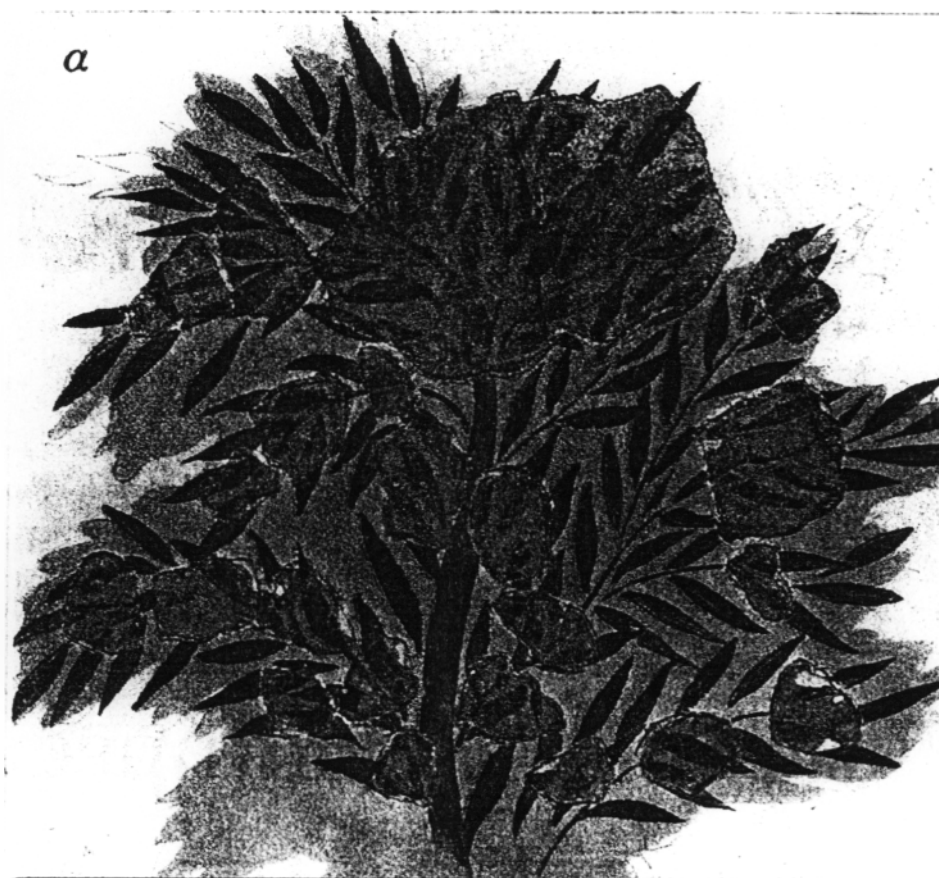
**Συσσίτια:** Τα γνωστά μέχρι σήμερα εφαρμόζονταν στη σπαρτιατική κοινωνία

**Ανδρεία:** Είχαν στρατιωτικό χαρακτήρα και γίνονταν στην Κρήτη

Τα συμπόσια ήταν κοινωνικός θεσμός με καθορισμένο κανονισμό και συγκεκριμένη εθιμοτυπία. Η μεγάλη τους αξία είναι ότι ήταν κέντρα πνευματικών ζυμώσεων και ανταλλαγής ιδεών όπου φιλόσοφοι σοφιστές, ποιητές και γενικά άνθρωποι που ενδιαφέρονταν για τα γράμματα και τις τέχνες συζητούσαν με ελεύθερο πνεύμα πάνω σε όλα τα θέματα.

Για τη διατροφή των αρχαίων Ελλήνων και κατά τόπους αλλά και γενικά έχουμε διάσπαρτες πληροφορίες. Για παράδειγμα ξέρουμε ότι οι Θεσσαλοί αγαπούσαν την πολυτέλεια και την καλοπέραση στην καθημερινή τους ζωή, πράγμα που ίσχυε και στις διατροφικές τους συνήθειες. Βέβαια και σε άλλες ελληνικές περιοχές είχε επικρατήσει η γαστριμαργία (γαστήρ = κοιλιά + μαργός = μανιώδης ) Ανάλογες είναι και οι λέξεις γαστρονομία και γαστρολογία. Και στη Βοιωτία οι κάτοικοι ήταν ευτράπεζοι δηλαδή καλοφαγάδες. Παράλληλα όμως υπήρχαν και άλλες περιοχές όπως η Αθήνα και η Σπάρτη όπου το ιδεώδες ήταν η λιτή διατροφή. ( Υφούλης 1992)

## 2.4 ΕΛΙΑ ΤΟ ΙΕΡΟ ΦΥΤΟ ΚΑΙ Η ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ



Εικόνα 9 Απεικόνιση κλαδιών ελιάς, Κνωσσός, (Ανώνυμος 2, 2003)

β



Εικόνα 10 Δοχείο με ελιές, Ανάκτορα Ζάκρου, Κρήτη (Ανώνυμος 2, 2003)



γ

Εικόνα 11 Παραγωγή λαδιού, Μουσείο Βοστώνης (Ανώνυμος 2, 2003)

Στην παρούσα εργασία δε θα μπορούσε να λείπει και μια ειδική αναφορά στο σημαντικότερο φυτό των αρχαίων Ελλήνων.

Η εξέταση των αρχαιολογικών στοιχείων που αφορούν τη χρήση και τη σημασία της ελιάς στην αρχαιότητα επιβεβαιώνει ότι αυτή αποτελούσε ένα από τα χρησιμότερα και πιο αγαπητά δένδρα των Ελλήνων λόγω της ιερότητας, της οικονομικής σημασίας της και των ποικίλων χρήσεων των προϊόντων της στην καθημερινή και θρησκευτική ζωή. Εσφαλμένα στοιχεία προσδιόριζαν την καλλιέργεια της στην Παλαιστίνη και μεταφορά στην Ελλάδα. Νεότερα στοιχεία που προέκυψαν από ανάλυση γύρης, αποδεικνύουν την παρουσία της στον ελλαδικό χώρο από την νεολιθική εποχή. Συστηματική καλλιέργεια πιστοποιείται και στην μυκηναϊκή περίοδο σε διάφορες περιοχές της Ελλάδας. Πινακίδες της Γραμμικής Β' από αρχεία των ανακτόρων Κνωσού, Πύλου και Μυκηνών αποδεικνύουν την οικονομική σημασία της κατά τον 14 και 13ο αι. π.Χ. Στην Κνωσό και στις Αρχάνες βρέθηκαν μέσα σε αγγεία κουκούτσια από ελιές ενώ στη Ζάκρο βρέθηκαν ολόκληρες ελιές με τη σάρκα τους που χρονολογούνται στο 1450 π.Χ. περίπου. Οργανικά υπολείμματα βρέθηκαν και σε τάφους της Μεσαράς καθώς και ελαιοπιεστήρια σε άλλα σημεία της Κρήτης που χρονολογούνται στην υστερομυκηναϊκή 2<sup>η</sup> και 3<sup>η</sup> περίοδο (1450-1200 π.Χ.)

Σύμφωνα με τη μυθολογία την ελιά την έφερε στους Έλληνες η θεά Αθηνά η οποία και δίδαξε την καλλιέργειά της. Είναι γνωστή η φιλονικία της με τον Ποσειδώνα για το όνομα της Αθήνας. Μια άλλη παράδοση αναφέρει ότι ο Ηρακλής (το ρόπαλο του οποίου ήταν από αγριελιά) έφερε βλαστάρι ελιάς από τη χώρα των Υπερβορείων (μυθικός λαός που οι Έλληνες πίστευαν ότι κατοικούσε πέρα από το Βορρά ή κατά άλλη ερμηνεία στον ουρανό), και το φύτεψε στην Ολυμπία. Με τα κλαδιά του κότινου της αγριελιάς αυτής στεφανώνουν τους Ολυμπιονίκες.

Στην Ακρόπολη υπήρχε η ιερή ελιά της Αθηνάς, η πρώτη ελιά που η θεά χάρισε στους Έλληνες και στην Ακαδημία οι 12 ιερές ελιές οι μοριαί και ο ιερός ελακώνας από τον οποίο προερχόταν το λάδι που δινόταν σαν έπαθλο στους νικητές των Παναθηναίων. Ενδεικτικό της σημασίας της ελιάς για την Αθηνά είναι ότι οι Αθηναίοι στα νομίσματά τους απεικόνιζαν την Αθηνά με στεφάνι ελιάς στο κράνος της και έναν αμφορέα με λάδι ή ένα κλαδί ελιάς. Επίσης με κλάδους ελιάς ήταν στεφανωμένο και το χρυσελεφάντινο άγαλμα του Δία στην Ολυμπία, έργο του Φειδία, ένα από τα επτά θαύματα του αρχαίου κόσμου.

Το λάδι αποτελούσε σημαντικότερο παράγοντα της αρχαίας ελληνικής οικονομίας. Οι Σπαρτιάτες εισβάλλοντας στην Αττική κατά τον Πελοποννησιακό Πόλεμο κατέστρεψαν τους ελαιώνες της αλλά και οι Αθηναίοι με τον Περικλή έκοψαν τα ελαιόδεντρα των πεδιάδων της Κυνουρίας και της Αργολίδας. Υπάρχουν αρκετές αναφορές από πηγές με παρόμοιες περιπτώσεις κατά τις οποίες ο εχθρικός στρατός με την καταστροφή των ελαιοδέντρων έπληττε την οικονομία του τόπου για πολλά χρόνια μέχρι να αναπτυχθεί ο ελαιώνας. Κάποιες φορές η μεγάλη παραγωγή λαδιού είχε αρνητικές συνέπειες για τον τόπο. Παράδειγμα αποτελεί η περίπτωση της Θυρεάτιδος της οποίας ο πλούτος της πεδιάδας σε λάδι φαίνεται ότι αποτέλεσε μια από τις αιτίες συγκρούσεων μεταξύ Σπάρτης και Άργους επί εννέα αιώνες.

Τις περιόδους που υπήρχε πλούσια σοδειά το πλεόνασμα της παραγωγής αποθηκευόταν σε μεγάλους πήλινους πίθους ή μέσω του εμπορικού δικτύου διακινούνταν στην αγορά του Εύξεινου Πόντου. Για τη χερσαία μεταφορά του λαδιού χρησιμοποιούσαν ασκούς φορτωμένους σε

υποζύγια ενώ για τη θάλασσα το συσκέυαζαν σε οξυπύθμενους αμφορείς. Φημισμένο ήταν το ανοιχτόχρωμο λάδι της Σάμου και των Θουρίων της Μεγάλης Ελλάδας. Σε χρονιές με χαμηλή σοδειά λαδιού υπήρχε πρόβλημα στην κάλυψη αναγκών, πόσο μάλλον να εμπορευτούν. Παράδειγμα αποτελεί το ψήφισμα του 2<sup>ου</sup> αιώνα π.Χ. όπου οι Αθηναίοι τίμησαν έναν έμπορο λαδιού που είχε σταθμεύσει στον Πειραιά γιατί δέχτηκε να πουλήσει σε αυτούς το φορτίο των 56.000 λίτρων λαδιού που προόριζε αρχικά για το Βόσπορο.

Σε ότι αφορά τη διατροφή, το λάδι αποτελούσε βασικό στοιχείο κατά την αρχαιότητα. Τρεις ήταν οι ποιότητές του.

**Ομωτριβές ή ομφάκινον** ονόμαζαν το άριστης ποιότητας που προερχόταν από αγουρωπές ελιές χωρίς ξεθέρμισμα.

**Γεύματος** ήταν δεύτερης αλλά καλής ποιότητας λάδι

**Χυδαίον έλαιον** χαρακτηρίζαν το κατώτερης ποιότητας λάδι που προερχόταν από υπερώριμες ή χτυπημένες ελιές.

Το λάδι εκτός από βασική τροφή αποτελούσε απαραίτητη καύσιμη ύλη για φωτισμό, αφού με λάδι έκαιγαν οι λύχνοι. Άλλωστε αυτή η χρήση επιβιώνει σήμερα με τα καντήλια. Διαδεδομένη ήταν επίσης η χρήση του στη σωματική υγιεινή. Επάλειψη του σώματος με λάδι προστάτευε από τον ήλιο ή το ψύχος. Μετά το λουτρό γινόταν επάλειψη του σώματος και της κόμης με αρωματικό λάδι καθώς αυτό ήταν το βασικό συστατικό πολλών αρωμάτων. Η παραγωγή αρωματικού λαδιού στην Ελλάδα μαρτυρείται στη μυκηναϊκή εποχή σε πινακίδες Γραμμικής Β της Πύλου.



Εικόνα 12 Τοιχογραφία με ελαιόδεντρο, Ανάκτορο Κνωσού (Περιοδικό Έκφραση 2002)



Εικόνα 13 Αθλητής αλείφεται με λάδι (Περιοδικό Έκφραση 2002)

**Δεν έλειπαν και οι θεραπευτικές ιδιότητες του λαδιού. Ήταν κατάλληλο για  
θεραπεία δερματικών παθήσεων**

**επουλωτικό και αντισηπτικό σε τραύματα**

**εγκαύματα**

**γυναικολογικές ασθένειες**

**πιθανόν χρησίμευε ως μέσον αντισύλληψης**

**εμετικό**

**για προβλήματα αρτηριών**

Ως τροφή βοηθούσε στην αντιμετώπιση καρδιακών παθήσεων. Εκτός από το λάδι για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες χρησιμοποιούσαν και τα φύλλα και τα άνθη της ελιάς από τα οποία παρασκεύαζαν αφέψημα που το χρησιμοποιούσαν ως κολλύριο για την αντιμετώπιση της φλόγωσης των ούλων και του έλκους στομάχου.

Άλλη χρήση του λαδιού ήταν σαν λιπαντικό σε μεταλλικούς μηχανισμούς ή ξύλινα εξαρτήματα. Για τη συντήρηση του ελεφαντοστού, του δέρματος και του μετάλλου χρησιμοποιούσαν αλοιφή με βάση το λάδι.

Με λάδι έκαναν σπονδές στους βωμούς, άλειφαν επιτύμβιες στήλες. Όμως οι βρώσιμες ελιές αποτελούσαν βασικό στοιχείο της διατροφής κυρίως όταν γευμάτιζαν εκτός σπιτιού εργαζόμενοι στην ύπαιθρο σε ταξίδια ή σε εκστρατείες. Οι ελιές προσφέρονταν για τέτοια χρήση αφού η μεταφορά τους ήταν εύκολη, δεν αλλοιώνονταν και είχαν μεγάλη θρεπτική αξία.

Ανάλογα με τη μετασυλλεκτική επεξεργασία οι ελιές είχαν διάφορες ονομασίες.

**θλασταί ελαίαι** ήταν πιθανόν οι τσακιστές μαύρες ελιές οι οποίες αναφέρεται ότι ήταν εύπεπτες

**κολυμβάδες** ονομάζονταν οι ελιές που έπλεαν σε άλμη. Η κατανάλωσή τους ήταν διαδεδομένη

**αλμάδες** παραπλήσια κατεργασία με την προηγούμενη. Ίσως πρόκειται για κολυμβάδες στο πρώτο στάδιο επεξεργασίας τους με αλάτι

**γογγύλαι** ονομάζονταν οι σφαιρικές ελιές πιθανόν οι σημερινές κορυδοελιές

**δρυπετείς** ήταν οι υπερώριμες ζαρωμένες ελιές οι οποίες καταναλώνονταν χωρίς επεξεργασία

**μέλαιναι** ήταν οι δύσπεπτες

**πιτυρίδαι** ήταν μικρές είχαν το χρώμα του ππίτουρου και συλλέγονταν πριν ωριμάσουν



**στεμφυλίδες** ήταν μαύρες ελιές από τις οποίες γινόταν το στέμφυλον, πολτός από ελιές τριμμένες ο οποίος μαζί με μυρωδικά, λάδι και ξύδι έκανε το **επίτυρον** το οποίο προφανώς καταναλωνόταν με τυρί.

Η επεξεργασία μερικών ειδών ελιών για κατανάλωση δε διέφερε από τη σημερινή. Μετά το ξεπίκρισμα με νερό και αλάτι, παρέμεναν μερικές ώρες στο ξύδι και τελικά τις αποθήκευαν μέσα σε λάδι. Για άλλα είδη αντίθετα χρησιμοποιούσαν υλικά που είναι ασυνήθιστα για τη σημερινή πρακτική. Μετά το ξεπίκρισμα αναφέρεται ότι τις έβαζαν σε ξύδι, βρασμένο κρασί και μέλι προσθέτοντας διάφορα μυρωδικά, μάραθο, κύμινο, απήγανο, μέντα και κοριάνδρο.

Εκτός από το λάδι και τις ελιές το ξύλο της ελιάς χρησιμοποιούνταν για καύσιμη ύλη, για ξυλοδεσίες στην αρχιτεκτονική, για εμπάλια στη σύνδεση κίωνων, για σκελετούς αγροτικών και άλλων εργαλείων αλλά και για την κατασκευή ξόανων θεών και άλλων ξύλινων αγαλμάτων. Τα φύλλα της ελιάς και οι κλάδοι χρησιμοποιούνταν για στρώματα. Σε τέσσερις τάφους των Φερών του τέλους του 5<sup>ου</sup> αιώνα π.Χ. στους οποίους σώθηκαν πολλά οργανικά αντικείμενα οι νεκροί είχαν τοποθετηθεί σε παχύ στρώμα από κλώνους ελιάς. Προφανώς αυτό συνέβαινε και σε άλλους τάφους στους οποίους τα οργανικά υλικά δεν διατηρήθηκαν. Στις Συρακούσες σε περιπτώσεις ψηφοφορίας για εξοστρακισμό το όνομα αυτού που ήθελαν να εξοριστεί γραφόταν με μελάνι πάνω σε φύλλα ελιάς ο λεγόμενος **πεταλισμός**. Σε κάποιες περιπτώσεις εξοστρακισμού με φύλλα ελιάς ψήφιζαν και στη Βουλή των Αθηνών (εκφυλλοφορία).

Είναι λοιπόν σαφές ότι η ελιά για το λάδι τις βρώσιμες ελιές το ξύλο ακόμη και τα φύλλα της είχε κυρίαρχη παρουσία στην ιδιωτική και δημόσια ζωή των Ελλήνων.

Ένα πολύ παλιό φυτό ελιάς, της ποικιλίας Καλαμών βρίσκεται και στην πόλη μας μόλις όμως 850 ετών, σύμφωνα με τον προσδιορισμό της μεθόδου C<sup>14</sup>. (Περιοδικό Έκφραση 2002 ; Ανώνυμος 2 2003)



*Αριστερά: Το δέντρο της ελιάς στη Γραμμική Α και Β Γραφή*

*Στο κέντρο: Ο καρπός της ελιάς*

*Δεξιά: Το ελαιόλαδο στη Γραμμική Α και Β Γραφή*

Εικόνα 14 Γραφικοί συμβολισμοί (Περιοδικό Έκφραση 2002)

## 2.5 Ο ΡΟΛΟΣ ΚΑΙ Η ΧΡΗΣΗ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ

Η ιστορία του κρασιού χάνεται στα βάθη των αιώνων. Η καλλιέργεια του αμπελιού μπορεί να τοποθετηθεί στη νεολιθική εποχή με επικρατέστερη την άποψη ότι ξεκίνησε από την περιοχή του Καυκάσου. Επεκτάθηκε στη Μεσοποταμία και στην Αίγυπτο όπου γνώρισε μεγάλη άνθηση την περίοδο 4000-1000 π.Χ. Μάλιστα σε αυτές τις περιοχές έχουμε την πρώτη οινική νομοθεσία την ποικιλιακή και ποιοτική διαφοροποίηση και το διαχωρισμό της εσοδείας. Η ακριβής χρονική περίοδος κατά την οποία η καλλιέργεια του αμπελιού μεταφέρθηκε στον ελλαδικό χώρο και ο ακριβής τόπος δεν είναι σαφώς προσδιορισμένα. Τα αρχαιολογικά όπως πρωτόγονα πατητήρια και υπολείμματα σταφυλιών στηρίζουν την άποψη ότι το λίκνο του ελληνικού οινικού πολιτισμού ήταν η μινωική Κρήτη του 2500-2000 π.Χ. Από εκεί εξαπλώθηκε σε όλη την υπόλοιπη Ελλάδα και μεταξύ του 800 και 200 π.Χ. έγινε πρωταρχικής σημασίας στοιχείο της θρησκευτικής, κοινωνικής και οικονομικής ζωής. Μάλιστα η θέση του στον αρχαίο ελληνικό πολιτισμό είναι σπουδαιότερη από ότι σε οποιονδήποτε άλλο πολιτισμό στην ιστορία της ανθρωπότητας. Η παραγωγή και η κατανάλωση κρασιού γίνονταν με τελείως διαφορετικό τρόπο από ότι σήμερα. Η τεχνική της ζύμωσης δεν είχε πλήρως κατανοηθεί γεγονός όμως λίγο αβάσιμο σύμφωνα με πρόσφατες ανακαλύψεις γι' αυτό ίσως και η διατήρησή του για μεγάλες περιόδους ήταν δύσκολη. Ο πιο διαδεδομένος τρόπος ήταν η προσθήκη αλατισμένου νερού ενώ τα μέσα διατήρησης ήταν τα δερμάτινα ασκιά για κρασιά όμως κατανάλωσης και τα πήλινα πιθάρια για κρασιά που έπρεπε να ταξιδέψουν. Οι ποικιλίες των σταφυλιών ήταν αμέτρητες ενώ οι τρόποι παραγωγής τους διέφεραν από τόπο σε τόπο. Πολλές περιοχές και νησιά εξυμνούνται για την υψηλή ποιότητα κρασιών που παρήγαγαν. Έτσι προτιμούσαν τον Αιθίοπα οίνο από τη Χίο και τη Λέσβο, σταφύλια από τη Μένδη της Παλλήνης και σταφίδες από τη Ρόδο. Αυτή η πρόωρη ποιοτική υπεροχή πολλούς αιώνες πριν από τον καθορισμό της **crus** (οριοθετημένων αμπελώνων υψηλής ποιότητας) της κεντρικής Ευρώπης, η Ελλάδα είχε τα δικά της crus στη Χίο, Σάμο., Κω, Ρόδο, Λέσβο, Νάξο, Θράκη, κ.α. Προς τιμή του κρασιού και του θεού Διονύσου γινόταν η τριήμερη γιορτή των Ανθεστηρίων κάθε Φεβρουάριο. Η πρώτη μέρα της γιορτής που λεγόταν Πιθαγία ήταν αφιερωμένη στο άνοιγμα των πιθαριών που περιέχουν τα κρασιά από τον καιρό του τρύγου.

Κρασί και διασκέδαση ήταν λέξεις ταυτόσημες. Έτσι γεννήθηκε η έννοια του συμποσίου που σημαίνει συγκέντρωση ανθρώπων που πίνουν μαζί. Ήταν μείζον κοινωνικό γεγονός που περιελάμβανε φαγητό, σπονδές στους θεούς και οινοποσία σε ποσότητες που συνήθως προκαλούσε μέθη και οδήγησε στη συγγραφή έργων μοναδικής σπουδαιότητας.

Το κρασί ήταν κάτι το απαραίτητο στα γεύματα των αρχαίων και βέβαια στα συμπόσια (εικ. 15) όπου έρεε άφθονο. Η πόση του δε γινόταν όπως εμείς αλλά νερωμένο όχι μόνο με γλυκό αλλά και με θαλασσινό νερό. Σπάνια έπιναν οι αρχαίοι ανέρωτο κρασί (άκρατος οίνος) κι αυτό γινόταν συνήθως όταν σηκώνονταν από το τραπέζι έτσι για το καλό πνεύμα. Η αναλογία με το νερό ήταν συνήθως στο μισό ή τρία μέρη νερό και δύο κρασί. Ανάλογα με την εποχή το έπιναν χλιαρό ή κρύο. Συχνά έβαζαν μέσα στα κρασιά και διάφορα αρωματικά όπως θυμάρι, μέντα, γλυκάνισο, δεντρολίβανο, μυρτιά, σκόνη και μέλι, αλλά ποτέ ρετσίνα. Το καλό και ευωδιαστό κρασί το ονόμαζαν «τρίμα». Οι



Εικόνα 15 Απεικόνιση συμποσίου, Μουσείο Λούβρου (Σύγχρονη Ιατρική 1996)

αρχαίοι έφτιαχναν το κρασί με διαφορετικούς τρόπους από τους σημερινούς. Ο τρύγος γινόταν με συνοδεία αυλού που ρύθμιζε τις κινήσεις και ήταν όπως άλλωστε και σήμερα ένα πολυήμερο πανηγύρι. Τα σταφύλια τα έβαζαν σε μέρος που να το βλέπει καλά ο ήλιος για να φύγει με την εξάτμιση το νερό που είχαν μέσα τους. Στη συνέχεια τα πατούσαν πάλι με χορούς και τραγούδια και άφηναν το μούστο να βράσει πέντε μέρες μέσα σε ένα μεγάλο πιθάρι τοποθετημένο σε σκιερό μέρος. Μετά μάζευαν το γλυκό υγρό από τον αφρό που ήταν γεμάτο ζάχαρη και αποθήκευαν το μούστο σε πιθάρια που πολλές φορές τα έβαζαν μέσα στη γη. Τα σκέπαζαν και περίμεναν να μπει για καλά ο χειμώνας για να τα ανοίξουν. Αρκετοί πάντως είχαν την υπομονή να περιμένουν μέχρι την άνοιξη οπότε το κρασί ψηνόταν καλύτερα. Οι Αθηναίοι πάντως φρόντιζαν να ανοίγουν τα πιθάρια τους την πρώτη ημέρα των Ανθεστηρίων και ο κάθε νοικοκύρης με το πρώτο κιάλας ποτήρι έκανε σπονδή στο Διόνυσο.

Κάθε τόπος είχε το δικό του τρόπο για την παρασκευή του κρασιού. Για να διατηρήσουν το μούστο έριχναν μέσα και νερό αλατισμένο όπως και διάφορα αρώματα. Πολλές φορές έψηναν το μούστο σε σιγανή φωτιά. Στη Ρόδο και στην έβαζαν μέσα στο μούστο νερό γιατί πίστευαν ότι το κρασί που θα γίνει με αυτόν τον τρόπο δεν θα φέρει εύκολα τη μέθη και θα είναι πιο εύκολο στη χώνεψη.

Τέσσερα ήταν τα γνωστότερα είδη κρασιού στην αρχαία Ελλάδα.

**Το άσπρο – το κιτρινωπό – το μαύρο – το κόκκινο**

το άσπρο ήταν και το ελαφρύτερο, αρκετά χωνευτικό και διακριτικό,

το κιτρινωπό προς ξανθό είχε πιο ξινή γεύση, ενώ

**το μαύρο και το κόκκινο** που συνήθως είχαν γλυκιά γεύση ήταν και τα πιο περιζήτητα. Φυσικά τα παλιά κρασιά ήταν και τα καλύτερα όπως άλλωστε και σήμερα.

Γενικά πάντως πιστεύανε ότι όσο πιο παλιό είναι το κρασί τόσο πιο χωνευτικό και πιο ελαφρύ είναι. Πριν από το γεύμα ή το δείπνο οι αρχαίοι ανακάτευαν το κρασί με το νερό σε ένα μεγάλο αγγείο τον κρατήρα.

Οι δούλοι έπαιρναν το κρασί απ' τον κρατήρα με μακριές κουτάλες πήλινες, ξύλινες ή μεταλλικές και γέμιζαν τα ποτήρια των καλεσμένων ή με τη χρήση μιας κανάτας.

Το κρασί χρησίμευε βέβαια και για τις σπονδές στις διάφορες θρησκευτικές γιορτές. Μερικές φορές όμως η λατρεία ορισμένων θεοτήτων απέκλειε το κρασί οπότε οι σχετικές σπονδές γίνονταν ακόμη και με γάλα. Οι Έλληνες συνέδεσαν το κρασί με τη λατρεία του Διονύσου ή Βάχχου. Ιστορικά αναφέρεται ότι η άμπελος βρέθηκε στην Ολυμπία κοντά στον Αλφειό ποταμό. Πιστεύεται ότι οι πρώτοι Χιώτες φύτεψαν και καλλιέργησαν τα κλήματα βγάζοντας μάλιστα το μαύρο κρασί. Την τέχνη όμως του κρασιού την έμαθαν από τον Οينوπίωνα γιο του Διονύσου που πήγε στη Χίο για να μεταδώσει τις γνώσεις του γύρω από τα μυστικά του κρασιού στους εκλεκτούς του θεού.

Για τα οφέλη του κρασιού κανείς δεν είχε αμφιβολία και κανένας από τους αρχαίους μας δεν αμφισβητούσε τις δυναμωτικές ιδιότητες του κρασιού.

Οι κρασότοποι, οι περιοχές δηλαδή που φημίζονταν για τα κρασιά τους ήταν οι εξής. Πρώτο σε ποιότητα ήταν το χιώτικο κρασί που το ονόμαζαν «αριούπο». Ισοδύναμα ήταν βέβαια και τα κρασιά της Λέσβου. Οι Μυτιληναίοι έδιναν γλυκιά γεύση στα κρασιά τους που τα ονόμαζαν πρόδρομα (τα πρώιμα) και πρότροπα (από απάτητα σταφύλια). Φημισμένα όμως ήταν και τα χιώτικα κρασιά που ήταν και τα ακριβότερα στο εμπόριο. Γνωστά ήταν τα κρασιά της Θάσου, Λευκάδας και Μιλήτου. Γνωστά ήταν και τα κρασιά της Μάνδης (παραλιακή πόλη της δυτικής ακτής της χερσονήσου Παλλήνης) αναφέρεται ότι οι Μενδαίοι ράντιζαν τα σταφύλια πάνω στα κλήματα με καθάρσιο (χυμός από άγρια αγγούρια) για να βγει κρασί. Το κρασί από τα αμπέλια των 5 λόφων της Σπάρτης ήταν «άπυρο» άψητο. Σε σπουδαία εκτίμηση ήταν και τα κρασιά της Ικαρίας. Το ικαριώτικο κρασί λεγόταν πράμνιο και δεν ήταν ούτε γλυκό ούτε παχύ. Είχε γεύση συφή και άγρια με ιδιαίτερα εξαιρετική οσμή. Τα κορινθιακά δε φημίζονταν και δεν είχαν ζήτηση γιατί τα χαρακτηρίζουν παράξενα κρασιά. Αξιέπαινο ήταν και το κρασί της Σκιάθου. Αναφέρεται επίσης ότι δημιουργούσε προβλήματα στις εγκύους το κρασί που γινόταν στα περίχωρα της Κερυνίας της Αχαΐας. Τέλος να αναφέρουμε ότι περίφημα επίσης κρασιά του κυρίως ελληνικού χώρου ήταν της Πεπαρήνθου (Σκοπέλου) της Νάξου, της Λήμνου, της Ακάνθου (Θράκης), της Ρόδου. Στην παρούσα φάση βέβαια δεν θα γίνει καμία αναφορά στα εμπόρια του κρασιού και στη δύναμη που διαμόρφωσε η διαδικασία αυτή για τον ελληνικό πολιτισμό. Το αξιοσημείωτο είναι ότι την εποχή αυτή παράλληλη με το εμπόριο διεξαγόταν και το εμπόριο των μοσχευμάτων αμπέλων. Δεν έλειπαν βέβαια και οι απάτες της εποχής όπως η Κύπρος που στα ελληνιστικά χρόνια είχε υιοθετήσει τον χαρακτηριστικό τύπο των αμφορέων της Ρόδου στην προσπάθειά της να πουλήσει το κρασί της σαν ροδίτικο. (Σύγχρονη Ιατρική 1996)

## 2.6 ΤΑ ΦΡΟΥΤΑ

Η πληθώρα των φρούτων που κατακλύζουν σήμερα τις αγορές ήταν βέβαια κάτι αδιανόητο για τους αρχαίους Έλληνες. Φυσικά υπήρχαν και τότε φρούτα, άλλωστε το γλυκό μεσογειακό κλίμα ευνοούσε την ανάπτυξη όλων σχεδόν των δέντρων. Η σημερινή όμως ποικιλία θα ξάφνιαζε τους αρχαίους. Είναι γνωστοί βέβαια οι λόγοι που ενθαρρύνουν σήμερα την τόσο μεγάλη ποικιλία φρούτων στις σημερινές αγορές.

Η φρουτιέρα των αρχαίων περιελάμβανε αχλάδια, ρόδια, μήλα, γλυκά σύκα και ελιές με τον ανθό τους, κόκκινα λευκά και μαύρα μούρα. Τα αχλάδια τα κατανάλωναν και ή μπορεί να υπήρχε και ειδική ποικιλία. Υπήρχαν επίσης κεράσια, ανοιξιάτικα αμύγδαλα, σταφύλια, δαμάσκηνα. Γνωστά ήταν τα μούσμουλα και τα πασίγνωστα κούμαρα και τα μύρτα. Φημισμένα ήταν τα κάστανα και τα καρύδια της Εύβοιας. Τα μήλα ήταν γνωστά στους αρχαίους όχι όμως με την πλούσια ποικιλία που παρουσιάζονται σήμερα στην αγορά. Ορβικλάτα έλεγαν τα γλυκά μήλα και σητάνια ή πλατάνια τα πιο ζουμερά. Δεν έλειπαν βέβαια από το τραπέζι τα κυδώνια τα οποία τα έλεγαν στρουθία και κοδύμαντα.

Το πιο αγαπημένο φρούτο των αρχαίων ήταν τα σύκα. Τα σύκα μάλιστα της Αττικής που θεωρούνταν και τα καλύτερα δεν έπρεπε να εξάγονται ώστε να τα απολαμβάνουν μόνο οι Αθηναίοι. Επειδή όμως εμφανίστηκαν πολλοί που έκαναν μυστικά την εξαγωγή, οι καταγγέλλοντες αυτούς ονομάστηκαν συκοφάντες. Από τότε ήταν γνωστή η συσκευασία της τσαπέλας. Οι αρχαίοι απέφευγαν να τα τρώνε τις μεσημεριανές ώρες.

Είχαν προσδιορίσει την καλλιέργεια της συκιάς καθώς και τις περιοχές που ευδοκίμούσε. Στις πεδινές περιοχές καλλιεργούσαν συκιές που παράγουν χελιδώνια σύκα, αγριοσυκιές, λευκοαγριοσυκιές. Φημισμένα ήταν τα ροδίτικα σύκα καθώς και της Πάρου. Στην Αχαΐα υπήρχαν συκιές που ωρίμαζαν το χειμώνα γι' αυτό και οι καρποί τους λέγονταν κοδώνια σύκα. Τα ασπρόσυκα τα έλεγαν λευκαρινέα και όταν είχαν ξινή γεύση ξάλια και βέβαια όταν τα δέντρα καρποφορούσαν δύο φορές το χρόνο ήταν οι λεγόμενες δίφορες. Αναφέρεται ότι στο νησί Κέα ευδοκίμούσε η τρίφορη συκιά. Πίστευαν ότι ο χυμός των σύκων έκανε ευτραφή τα νεογέννητα και τον χρησιμοποιούσαν για τον καθαρισμό των ματιών τους.

(Ευθυμιάδης Π. κ.α. 1999)

## 2.7 ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΓΕΩΡΓΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ

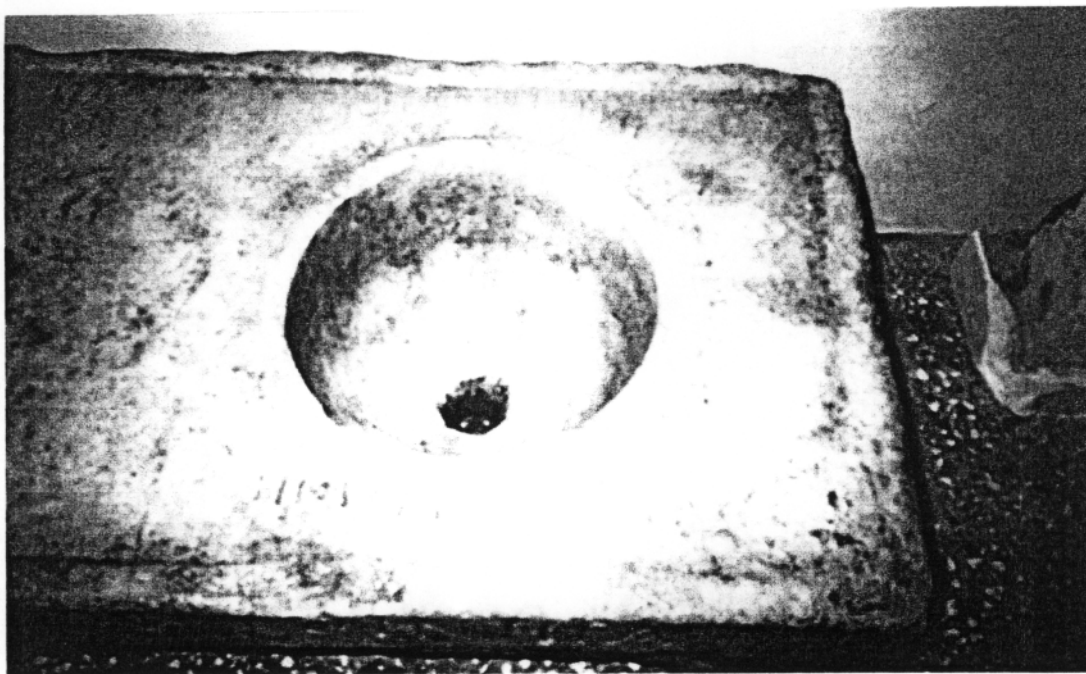
Αναφέροντας πρώτα τον έλεγχο και πιστοποίηση της ποιότητας του οίνου βασιζόταν σε ένα καλά οργανωμένο μηχανισμό στηριζόμενο σε αυστηρή νομοθεσία. Υπάρχουν επιγραφές του 5<sup>ου</sup> π.Χ. αιώνα οι οποίες περιέχουν νόμους, οδηγίες για τον άκρατο οίνο (ανόθευτο). Μας πληροφορούν για τις ποινές σε όσους παρέβαιναν τη σχετική νομοθεσία. Οι επιγραφές αυτές επίσης αποτελούσαν πρότυπα που καθόριζαν το εμπόριο, τη διακίνηση του οίνου και έκαναν λόγο για την ύπαρξη του ελέγχου και της πιστοποίησης της ποιότητάς του. Συγκεκριμένα αναφέρουν ότι ο παραβάτης τιμωρείται με κατάσχεση του κρασιού και του ξιδιού επιβάλλοντας και πληρωμή ποινής. Οι αναφορές αυτές αποδεικνύουν την καλά οργανωμένη διακίνηση και έλεγχο της ποιότητας των γεωργικών προϊόντων, την εποχή εκείνη. Επίσης αναφέρεται ότι για όποιον θα αγόραζε κρασί σε πιθανή αγοραπωλησία, το περιεχόμενο μέσα σε πιθάρια θα έπρεπε να συνοδεύεται και με ειδική σήμανση σε αυτά.

Η σήμανση του πίθου γινόταν μετά το γέμισμά του με κρασί με κάποιο υλικό όπως κερί κηρύθρας. Για να είναι έγκυρη η αγορά θα έπρεπε η σφραγίδα αυτή να φέρει κάποιο σήμα που να σχετίζεται με την ποιότητα του περιεχομένου κρασιού και πιθανόν και την εποχή της σφράγισης και επομένως και την ηλικία του ελεγχόμενου κρασιού. Η όλη διαδικασία αποδεικνύει με σαφήνεια ότι η αγορά του οίνου σε πιθάρια θα ήταν έγκυρη μόνο εφόσον τα τελευταία έφεραν σήμα σχετιζόμενο άμεσα με την πιστοποίηση της ποιότητας του κρασιού.

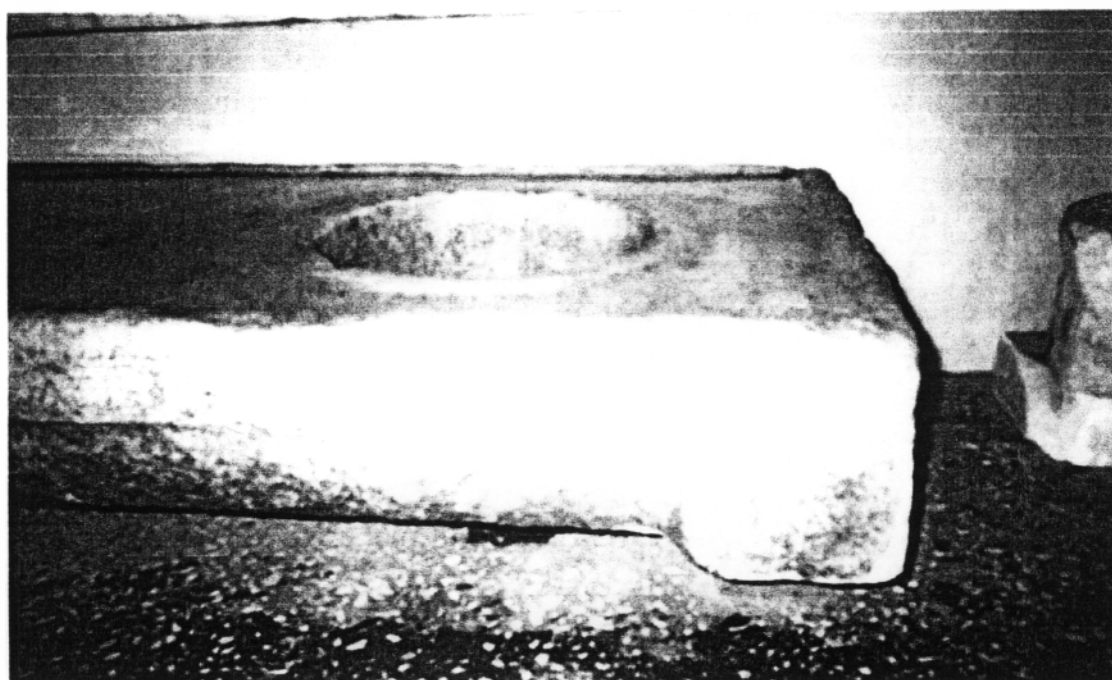
Όλα αυτά σημαίνουν ότι αυτή η διαδικασία θα γινόταν κάτω από την εποπτεία ειδικής δημόσιας υπηρεσίας υπεύθυνης για την εξασφάλιση της εμπορίας, της διακίνησης, της ποιότητας και φυσικά της προστασίας του καταναλωτή. Άλλες πληροφορίες που παίρνουμε είναι για το πρόστιμο που θα κατέβαλλαν οι κυβερνήτες αλλά και οι ιδιοκτήτες των πλοίων τα οποία θα εισήγαγαν ξένο κρασί.

Από αυτές τις πληροφορίες αποκαλύπτεται η ύπαρξη νόμου που επιβάλλει ένα σοβαρό πρόστιμο σε εκείνον που θα τολμούσε να νερώσει το κρασί. Γι' αυτό και απαγορευόταν η λιανική πώληση οίνου μέσα σε αμφορείς, πιθάκνες ή ψευδοπίθους.

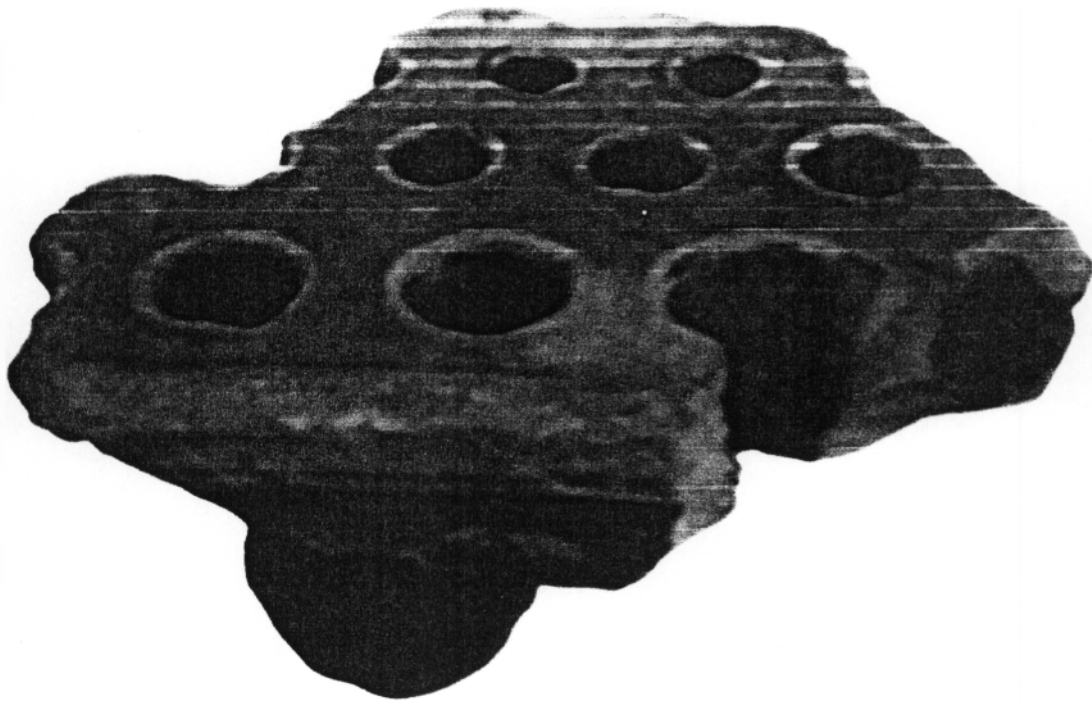
Έχει βρεθεί μαρμάρινη πλάκα με δυο βαθιές κοιλότητες, γνωστή ως «σήκωμα» ( εικ. 16,17,18 ), του 1<sup>ου</sup> π.Χ. αιώνα. Το «σήκωμα» αφορούσε την ογκομέτρηση του κρασιού που πιθανόν εφάρμοζαν οι παραγωγοί κατά το γέμισμα των αντίστοιχων αγγείων ώστε να μην τα γεμίζουν με λιγότερη ή περισσότερη ποσότητα κρασιού και ταυτόχρονα οι ελεγκτές προκειμένου να διαπιστώσουν τον απαιτούμενο όγκο του περιεχομένου κρασιού. Σε κάθε «σήκωμα» όλες οι κοιλότητες, μικρές και μεγάλες, έχουν στον πυθμένα τους μια ωπή για την εκκένωση των οποιονδήποτε ελεγχόμενων υγρών. Οι μικρές κοιλότητες αποκλείεται να προορίζονταν για την ογκομέτρηση κρασιού ή ελαιολάδου, αλλά πιθανόν ακριβών αρωμάτων.



Εικόνα 16 Σήκωμα για τον έλεγχο όγκου του οίνου, (Μουσείο Θάσου)



Εικόνα 17 Σήκωμα για τον έλεγχο όγκου άκρατου οίνου, ( Μουσείο Θάσου)



Εικόνα 18 Σήκωμα με μικρές κοιλότητες για ποιοτικό έλεγχο ακριβών υγρών(αρωμάτων), (Μουσείο Καβάλας)

Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις ο έλεγχος θα αποσκοπούσε στην εξακρίβωση του όγκου των δοχείων, αλλά και της ποιότητας του περιεχομένου, για το οποίο υπήρχε κίνδυνος νοθείας ή και προσφοράς σε δοχεία μικρότερου από το κανονικό όγκου και αντίστροφα.

Οι βασικοί τρόποι ελέγχου του κρασιού στηρίζονταν στην όραση, στη γεύση ή και στα δύο. Για τους λευκούς (ξηρούς και γλυκούς) και τον ημιερυθρό ξηρό, ο έλεγχος νοθείας με βάση το χρώμα, είναι 100% ασφαλής. Αντίθετα στα κρασιά με βαθύ ερυθρό χρώμα η διάκριση γίνεται αισθητή μόνο αν η νοθεία με προσθήκη νερού ξεπερνάει το 20%. Στον έλεγχο για οργανοληπτικές ιδιότητες του κρασιού η πιο ασφαλής μέθοδος είναι της γευσιγνωσίας.

Ο συνδυασμός και των μεθόδων, δηλαδή χρώματος και γευσιγνωσίας, αποτελεί μέχρι και σήμερα την πιο ασφαλή μέθοδο για διαπίστωση τυχόν νοθευμένων κρασιών. Έτσι οι γευσιγνώστες της εποχής μπορούσαν με βεβαιότητα να κρίνουν αν ένα κρασί είχε νοθευτεί ή όχι. Σημασία γι' αυτούς δεν είχε να διαπιστωθεί το ποσοστό της νοθείας, αλλά η ύπαρξή της ή όχι, ανεξάρτητα αν ήταν μικρή ή μεγάλη.

Η ποιοτική αυτή προσέγγιση που απορρίπτει τα ποιοτικά χαρακτηριστικά νοθείας για την εποχή, αναδεικνύει τη μεγαλοπρεπή αυστηρότητα των νόμων και ταυτόχρονα τη σημαντικότητα που είχε γι' αυτούς το κρασί, το λάδι και τα αρώματα ως αγροτικά προϊόντα της αρχαιότητας.

Στον τομέα των γεωργικών προϊόντων, όπως σιτάρι και όσπρια, εφαρμοζόταν ένας πολύ αυστηρός μηχανισμός ελέγχου για την ποιότητά τους



σε κάθε πολιτεία. Αυτό διασφάλιζε προστασία του εμπορίου, των αγοραστών και του καταναλωτή.

Από τους κλασσικούς είδη χρόνους είχε κτισθεί στον Πειραιά ένα ειδικό κτίριο, το λεγόμενο «ΔΕΙΓΜΑ». Σκοπός αυτού ήταν να γίνονται αγοροπωλησίες με βάση σφραγισμένα δείγματα. Η διαδικασία επεκτείνεται και σε άλλες πόλεις όπως η Ρόδος, και είχε ως εξής:

Στην περίπτωση του σιταριού, σφραγισμένα δείγματα από κάποιο φορέα πιστοποίησης, ακολουθούσαν το φορτίο. Ανοίγονταν στον τόπο προορισμού για να διαπιστωθεί αν το παραδιδόμενο φορτίο ανταποκρινόταν στην ποιότητα των δειγμάτων και δεν ήταν διαφορετικό ή δεν είχε αλλοιωθεί κατά τη μεταφορά. Το σφραγισμένο δείγμα το μετέφερε ο ίδιος ο κυβερνήτης ή οι συνοδεύοντες το φορτίο, οι λεγόμενοι φυλακίτες. Την ίδια διαδικασία απαιτούσε και η μεταφορά όσπριων και λιναριού. Την περίοδο προς τα τέλη των ελληνοιστικών χρόνων, τα δείγματα σιτηρών σφραγίζονταν σε ωμά πήλινα αγγεία, γεγονός αδιευκρίνιστο, σε αντίθεση με τα ψημένα κεραμικά αγγεία που χρησιμοποιούσαν για δειγματομεταφορά κατά τους ρωμαϊκούς χρόνους.

Τα στοιχεία του πλοίου, του φορτίου καθώς και η απόδειξη παραλαβής αυτού συνόδευαν με επιγραφή ή εγχάρκτη αναφορά το δείγμα.

Στο «ΔΕΙΓΜΑ» παρεβρίσκονταν και δικαστές για τις τυχόν διενέξεις κατά τις συναλλαγές. Ιδιαίτερα στην περίπτωση αθέτησης των όρων σύμβασης από την πλευρά του πωλητή και όταν η ποιότητα του παραδιδόμενου προϊόντος δεν ανταποκρινόταν στις προδιαγραφές του σφραγισμένου δείγματος. Αυτό καταδεικνύει την ύπαρξη ειδικής κρατικής υπηρεσίας ελέγχου ποιότητας κάθε προϊόντος κατά την παράδοση στον αγοραστή ο οποίος θα ήθελε να διαπιστώσει εάν το τελευταίο ανταποκρινόταν στο δείγμα. Η κρατική αυτή μέριμνα ήταν τόσο αποτελεσματική που υιοθετήθηκε και από τους Ρωμαίους.

Βεβαίως η ύπαρξη τόσο άρτιων μηχανισμών ελέγχου προς εξασφάλιση ποιότητας αφού η ποιότητα ήταν αναπόσπαστο στοιχείο της καθημερινής ζωής των Ελλήνων σε όλους τους τομείς, δε θα πρέπει να μας ξενίζει.

(Ευθυμιάδης Π. κ.α. 1999 ; Μανωλοπούλου Ε. 2002)

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ

## 3

ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΑΥΤΟΦΥΩΝ  
ΦΥΤΩΝ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ

### 3.1 ΓΕΝΙΚΑ

Στο κεφάλαιο αυτό γίνεται καταγραφή των αυτοφυών φυτών μαζί με ειδικές αναφορές κατά περίπτωση σε ότι αφορά χρήσεις και μυθολογικά στοιχεία.

Σκοπός της καταγραφής αυτής είναι να αναδειχθεί η αυτοφυής χλωρίδα του ελληνικού χώρου κατά την αρχαιότητα.

Στις περιπτώσεις καταγραφής των καλλιεργούμενων και αρωματικών φαρμακευτικών φυτών τα κριτήρια που χρησιμοποιήθηκαν είναι: πληροφορίες για την καλλιέργεια φυτών και χρήση θεραπευτικών ιδιοτήτων αντίστοιχα.

Τα υπόλοιπα φυτά για τα οποία δεν μπορούν να εφαρμοστούν τα παραπάνω κριτήρια ταξινομούνται στα αυτοφυή. Αναγκαία θεωρείται η διευκρίνιση αυτή αφού στο μέλλον μπορεί νέα στοιχεία να επαναπροσδιορίσουν τα καταγραφέντα φυτά και να τους αλλάξουν κατηγορία κατάταξης.

### 3.2 ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ

**Άνηθος**, **Άμπελόπρασσο**, **Άμυγδαλιά** ( από τους καρπούς έβγαζαν είδος λαδιού καλό για τα γλυκίσματά τους **Καρυδιά** **Άκορος** *Acorus calamus* L. άκορος κάλαμος ο αρωματικός Τον χρησιμοποιούσαν για παραγωγή του ακορίτη οίνου που το εκτιμούσαν ιδιαίτερα για τις τονωτικές και διεγερτικές του ιδιότητες. **Βάλσαμο** *Herpericum perforatum* L. Με το χυμό του φυτού άλειψαν τους νεκρούς για να μη μυρίζουν. Από εκεί η διαδικασία της ταρίχευσης ονομάστηκε στη συνέχεια βαλσάμωμα **Βελανιδιά** (χρήση των κλαδιών τους για σούβλες) **Δεντρολίβανο** *Rosmarinus officinalis* L. Το εκτιμούσαν ιδιαίτερα για τις θεραπευτικές του ιδιότητες. Το θεωρούσαν δώρο της Αφροδίτης στους ανθρώπους και το έκαιγαν αντί για λιβάνι στους βωμούς και τις θυσίες ζώων για να ευχαριστήσουν τους θεούς για τα ευεργετήματά τους. Με το δεντρολίβανο διακοσμούσαν τις εικόνες και τα αγάλματα των θεών, ενώ οι μαθητές όταν μελετούσαν ή έδιναν εξετάσεις στην αρχαία Ελλάδα φορούσαν στο κεφάλι στεφάνι γνωρίζοντας την ιδιότητά του να τονώνει τη μνήμη και να διεγείρει τον εγκέφαλο. **Δίκταμο** *Origanum dictamnus* Χρησιμοποιούσαν για να θεραπεύσει επιπλοκές στη χολή και στα πνευμόνια και σαν κατάπλασμα στα πρηξίματα. Επίσης το χρησιμοποιούσαν για την αντιμετώπιση τραυμάτων από πολεμικά όπλα. **Δρακοντιά** *Arum maculatum* L. Το χρησιμοποιούσαν για τη φροντίδα τραυμάτων **Δυόσμος** **Θυμάρι** **Θρούμπι** *Thymbra satureia Montana* Το πρόσθεταν στο κρασί (θρουμβίτης οίνος) για τον ίδιο λόγο που ακόμα και σήμερα οι βιομηχανίες το προσθέτουν στην παραγωγή. Εκτιμούσαν τις θεραπευτικές και αρωματικές του ιδιότητες. **Κάναβη** *Cannabis sativa* L. Προς χρήση για τις αφροδισιακές του ιδιότητες. **Κάπαρη** **Κάρδαμο** **Κορίανδρος** *Coriandrum sativum* Γνωστό σαν καρύκευμα της αρχαιότητας. Εκτιμούσαν τις αφροδισιακές του ιδιότητες **Καρότα** *Poncus carota* L. Το άγριο αυτοφυές πρόγονος του σημερινού καλλιεργούμενου ήταν γνωστό για τις θεραπευτικές του ιδιότητες και κυρίως για αντιμετώπιση καρκινωμάτων. **Κόλιανδρο** **Κρεμμύδι** **Κύμινο** **Μανδραγόρας** Χρήση για ναρκωτικές θεραπευτικές ιδιότητες. **Μανιτάρια** **Μάραθο** *Foeniculum officinalis* Το θεωρούσαν το φυτό της επιτυχίας και δεν αποκλείεται να οφείλει το όνομά του στη μάχη του Μαραθώνα. Το θεωρούσαν καλό διουρητικό για όσους ουρούσαν σταγόνα σταγόνα. **Μαρούλι** *Lactuca sativa* Δεν είναι σίγουρο αν πρόκειται για το γνωστό σε μας μαρούλι, γιατί υπάρχει μια σύγχυση για τις περιγραφές του φυτού αυτού ή κάποιου άλλου που του μοιάζει. Αν πρόκειται για το ίδιο, άγριο βέβαια, ήταν αγαπητό αντικαφροδισιακό (κατευναστικό της λαγνείας) **Μύρτα** **Πλάτανος** **Ρίγανη** **Σέλινο** *Arium graveolens* Γνωστό για τις θεραπευτικές του ιδιότητες. Στην αρχαία Αθήνα και άλλες πόλεις το χρησιμοποιούσαν στη διάρκεια των γλεντιών για να μη μεθάνε από την κατάχρηση αλκοολούχων ποτών. Φορούσαν μάλιστα στα κεφάλια τους στεφάνια από αγριοσέλινο για τον ίδιο σκοπό. **Σινάπι** **Σίλι**

(σέσελι) ή σεσελιά αγριομαϊντανός **Σκόρδο Σμύρνα Σπαράγγια Τσουκνίδα** *Urtica dioica* , *Urtica urens* Την χρησιμοποιούσαν αρκετά συχνά στο διαιτολόγιό τους τρώγοντάς τη βρασμένη ως σαλατικό όπως τα άγρια χόρτα ή τα ραδίκια. **Φασκόμηλο** *Salvia officinalis* L. Το χρησιμοποιούσαν ως τονωτικό της μνήμης τού εγκεφάλου και γενικότερα του πνεύματος. Το συνιστούσαν οι γιατροί για τις αιμορραγίες και την άτακτη έμμηνη περίοδο αλλά και για τη χρώση των μαλλιών. **Της αγάπης το βοτάνι** *Eryngium campestre* Αποτελούσε τη βάση των αφροδισιακών φαρμάκων της αρχαίας Κορίνθου. (Madey R 1999)

### 3.3 Ο ΡΟΛΟΣ ΤΩΝ ΑΥΤΟΦΥΩΝ ΦΥΤΩΝ

Τα φυτά είχαν εξαιρετική σημασία τόσο στην καθημερινή όσο και στη θρησκευτική (λατρευτική) ζωή των αρχαίων Ελλήνων.

Έδειχναν μια ιδιαίτερη προτίμηση στα διάφορα καρυκείμενα που έδιναν πικάντικες γεύσεις στα φαγητά τους. Ένα σπίτι της Αθήνας φρόντιζε να έχει στα ράφια του τα είδη που καταγράφονται στον πίνακα στην αρχή του κεφαλαίου.

Πρωταρχικός ήταν ο ρόλος των φυτών στους μύθους, τις θυσίες και διάφορες ιεροτελεστίες των Ελλήνων, αλλά και των Ρωμαίων. Αυτοί οι δύο λαοί διαθέτουν τις πιο συχνές αναφορές σε συμβολισμούς με φυτά και θεούς. Στο Διόνυσο άνηκε το αμπέλι, ο κισσός και η συκιά. Στη Δήμητρα τα δημητριακά, στον Κρόνο η βατομουριά. Στο Δία η φοινικιά, στον Άρη η κρανιά, η δάφνη στον Απόλλωνα, το μήλο, η μυρική και άλλα φυτά στην Αφροδίτη, η μουριά στον Ερμή, η ελιά στην Αθηνά, το σακχαροκάλαμο στον Έρωτα, η λεύκη στον Ηρακλή, το κυπαρίσσι στον Πλούτο, ο δυόσμος στην Περσεφόνη, ο ασκόλυμπρος στο Χείρωνα, το ακόνιτον στον Ήλιο, ο πλάτανος στην Ελένη, η οξιά στο Χρυσόμαλλο Δέρας και ο νάρκισσος στις μοίρες. (Madey R 1999)

# ΚΕΦΑΛΑΙΟ

## 4

ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ ΑΡΩΜΑΤΙΚΩΝ  
ΚΑΙ  
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΩΝ ΦΥΤΩΝ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ  
ΕΛΛΑΔΑ

#### 4.1 ΓΕΝΙΚΑ

Στο κεφάλαιο αυτό γίνεται αναφορά στα αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά της αρχαιότητας. Απαρτίζεται από ξεχωριστές ενότητες που αφορούν την χρήση των αρωματικών και των αρωματικών φυτών. Η καταγραφή όμως γίνεται σε έναν ενιαίο πίνακα.

Διευκρινίζεται ότι ενδεχομένως μερικά από τα φυτά αυτά ίσως και στον καταγραφικό πίνακα του προηγούμενου κεφαλαίου. Δεν υπάρχει επικάλυψη αναφορών. Κρίνεται όμως αναγκαίος αυτός ο διαχωρισμός αφού στο παρόν κεφάλαιο η καταγραφή γίνεται εκ νέου με κριτήριο την αρωματοφαρμακευτική τους χρήση. Φαινομενικά φαίνεται εύκολη μια καταγραφική και χρηστική αναφορά αφού σε όλους μας είναι γνωστή λίγο πολύ η χρήση κάποιων φυτών. Η δυσκολία όμως προκύπτει όταν καλούμαστε να αποδείξουμε οτιδήποτε. Επειδή οι αναφορές θα γίνουν με βάση συγκεκριμένα συγγραφικά δεδομένα απαιτείται και ειδικευμένη βιβλιογραφία, γεγονός που απαιτεί μεγάλο κόστος. Γι' αυτό ίσως ένα τόσο εύκολο φαινομενικά κεφάλαιο κινδυνεύει να κριθεί σχετικά ανεπαρκές και περιληπτικό. Από πλευράς του συγγραφέα υπάρχει όλη η δυναμική διάθεση για μια πλατιά και σε βάθος διερεύνηση αλλά μόνο μέσα από μία μεταπτυχιακή ή διδακτορική διατριβή. Οι αναγνώστες ας εκτιμήσουν αυτήν την μικρή προσπάθεια ανάλογα.

#### 4.2 ΚΑΤΑΓΡΑΦΗ ΚΑΙ ΧΡΗΣΗ

##### Άβροτον

##### Αγάνη – Αθάνατος

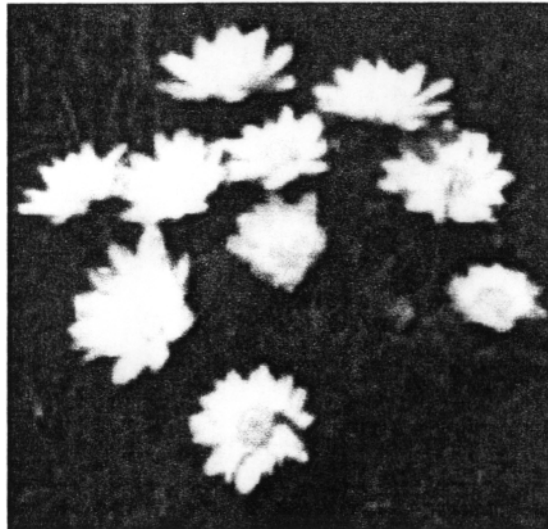
Αγάνη σημαίνει θαυμαστή και ευγενικής καταγωγής. Αν και κατάγεται από το Μεξικό μπόρεσε να ευδοκιμήσει στην περιοχή της Μεσογείου. (Εικ. 19)



Εικόνα 19 (Fabre P 2003)

### **Άδωνις – Αγριοπαπαρούνα**

Ήταν αφιερωμένο στην ομώνυμη θεότητα του Άδωνη. Έχει και φαρμακευτικές ιδιότητες. (Εικ. 20)



Εικόνα 20 (Fabre P 2003)

### **Αμυδαλιά**

Η μυθολογία την έχει συνδέσει σαν σύμβολο της ελπίδας

### **Αλθαία – Δεντρομολόχα**

Δεν υπάρχουν συγκεκριμένες πληροφορίες για τη φαρμακευτική της χρήση ή δίσταται. (Εικ. 21, 22)



Εικόνα 21 (Madey R 1999)



Εικόνα 22 (Fabre P 2003)

### **Άσπαρ – Αστεράκι**

Λέγεται ότι σαν λουλούδι ξεκίνησε να φυτρώνει από τα δάκρυα της θεάς Αστερέας κλαίγοντας επειδή δεν έβλεπε άστρα. (Εικ. 23)

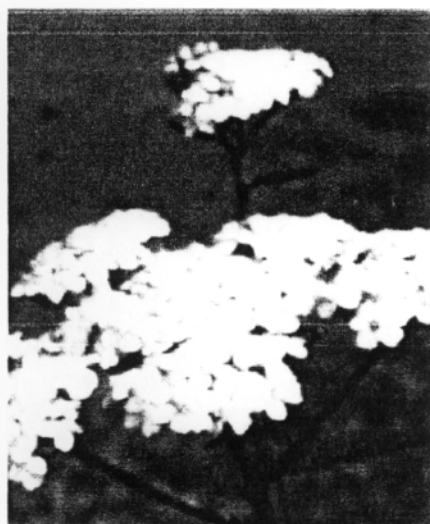


Εικόνα 23 (Fabre P 2003)

### **Ασφόδελος**

#### **Αχιλλέα – Αγριολούλουδο**

Πήρε το όνομά του από τη χρήση του σαν αιμοστατικό στις πληγές των στρατιωτών του Αχιλλέα, γεγονός που επιβεβαιώθηκε και από σύγχρονες ιατρικές έρευνες. (Εικ. 24, 25 )



Εικόνα 24 (Fabre P 2003) Εικόνα 25 (Madey R 1999)

#### **Βασιλικός *Ocimum basilicum***

Χρησιμοποιείτο στην αρχαιότητα ως διουρητικό διεγερτικό, ευστόμαχο, αντιεμμετικό καθώς και αντιμνιακό και αντιμελαγχολικό. Αν και κατάγεται από την Ινδία όπου ήταν ιερό φυτό από την αρχαιότητα μεταφέρθηκε στην Ευρώπη όπου έγινε πολύ δημοφιλής στη λεκάνη της Μεσογείου. Οι αρχαίοι Έλληνες δεν εκτιμούσαν το φυτό καθώς πίστευαν ότι οι σκορπιοί προτιμούσαν να φωλιάζουν κάτω από τις γλάστρες του και ότι η έντονη μυρωδιά του ήταν είδος κατάρας.



## Βιολέτα

### Γλυκάνισος *Pimpinella anisum* L

Οι αρχαίοι Έλληνες το θεωρούσαν αφροδισιακό και στην ιατρική τους το συνιστούσαν κατά του πτερνίσματος (Εικ. 26)



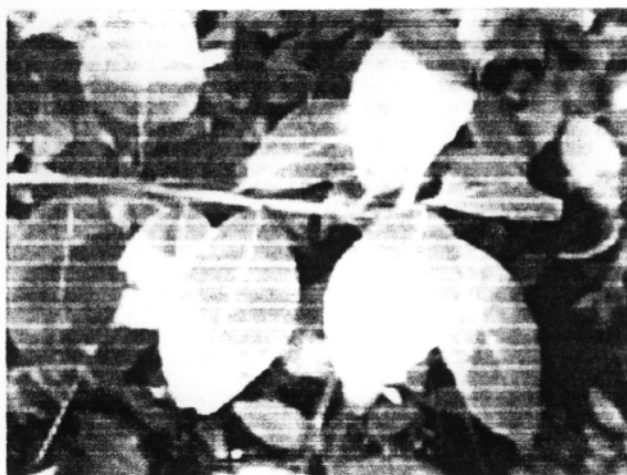
Εικόνα 26 (Madey R 1999)

### Δεντρολίβανο – Ροσμαρίνος ο φαρμακευτικός *Rosmarinus Officinalis*

Οι αρχαίοι Έλληνες πίστευαν ότι είναι τονωτικό του εγκεφάλου, γι' αυτό και οι σπουδαστές συνήθιζαν να φορούν γιρλάντες από δεντρολίβανο στο λαιμό ή να πλέκουν κλαδιά στα μαλλιά τους όταν είχαν εξετάσεις για να διεγείρουν τη μνήμη τους.

### Δάφνη – Απολλώνιος

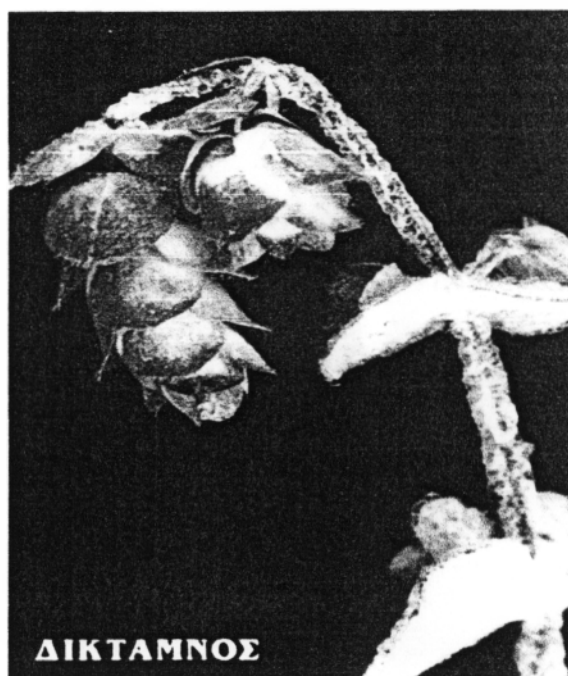
Η μυθολογία μας την θέλει όμορφη νέα που αρνιόταν να παντρευτεί τον ερωτευμένο θεό Απόλλωνα και ο πατέρας της για να τη γλιτώσει τη μεταμόρφωσε σε φυτό. Σε ανάμνησή της ο Απόλλωνας έφτιαξε στεφάνι από τα κλαδιά της. Έτσι την καθιέρωσε και σαν το ιερό του φυτό. Στους αρχαίους Ολυμπιακούς αγώνες όλοι οι νικητές στεφανώνονταν με δάφνινο στεφάνι.(Εικ. 27)



Εικόνα 27 (Fabre P 2003)

## Δίκταμος

Το θεωρούσαν πανάκεια για όλες τις ασθένειες. Το όνομα προέρχεται από τις λέξεις θάμνος και Δίκτη που είναι βουνό της Κρήτης. Από πηγές αναφέρεται ότι οι άγριες κατσίκες που έβοσκαν στα βουνά της Κρήτης, έτρωγαν δίκταμο όταν είχαν πληγωθεί με τόξα από τους κυνηγούς. (Εικ. 28)



Εικόνα 28 (Madey R 1999)

#### **Δυόσμος – ηδύσμος ο πιπερώδης - *Menta viridis***

Το χρησιμοποιούσαν για την κατασκευή μύρου και φαρμακευτικούς σκοπούς. Οι αρχαίοι μας έτριβαν το τραπέζι τους με δυόσμο πριν καθίσουν να φάνε.

#### **Ελλέβορος**

Βότανο για πολλά νοσήματα ιδιαίτερα για την παραφροσύνη

#### **Έλατο – Ελάτι**

Οι αρχαίοι το ονόμαζαν Πίτυς. Ήταν το ιερό δέντρο του θεού Πάνα (Εικ. 29)



Εικόνα 29 (Fabre P 2003)

### **Θυμάρι – θύμος ο κοινός *Thymus vulgaris***

Οι αρχαίοι Έλληνες το χρησιμοποιούσαν σαν απολυμαντικό για διάφορες ασθένειες ενώ οι Αιγύπτιοι σαν βαλσαμωτικό και αρωματικό. Αργότερα οι Ρωμαίοι στα λουτρά τους.

### **Ίρις**

Το λουλούδι πήρε το όνομά του από την αρχαία θεά Ίριδα, τη θεά του ουράνιου τόξου. Ήταν η αγγελιοφόρος των θεών. Η λέξη ίρις σημαίνει μάτι του ουρανού. (Εικ. 30)



Εικόνα 30 (Fabre P 2003)

### **Κενταύρια – χειρωνιάς**

Το χρησιμοποιούσαν σαν βότανο για να γιατρεύει τις πληγές. (Εικ. 31)



Εικόνα 31 (Fabre P 2003)

### **Κρίνος**

### **Κρόκος**

Ετυμολογικά η λέξη προέρχεται από την ελληνική κροκή (νήμα, υφάδι) που πλέκεται στο στημόνι με σαΐτα. Πρωτοκαλλιεργήθηκε στη μεταμινωική περίοδο. (Εικ. 32)



Εικόνα 32 (Fabre P 2003)

### **Κυκλάμινο**

### **Κυπαρίσσι - κυπάρισσος**

**Λεβάντα** *Lavandula sp* (Εικ. 33)



Εικόνα 33 (Madey R 1999)

### **Μανδραγόρας** *Mandragora sp*

Πίστευαν ότι είχε μαγικές δυνάμεις. Η διχαλωτή ρίζα του παρομοιαζόταν με το ανθρώπινο σώμα. Για να τον ξεριζώσουν το έκαναν μόνο μεσάνυχτα και μετά από

απαραίτητες προσευχές και τελετουργίες. Χάραζαν πρώτα τρεις κύκλους γύρω από το φυτό με μυτερό κλαδί ιπιάς και κατόπιν το αποκολλούσαν δένοντας το φυτό με ένα μαύρο σκύλο, αφού δεν επιτρεπόταν κατά τη διαδικασία να έρθει σε επαφή με ανθρώπινο χέρι. Θεωρούσαν ότι όταν ο μανδραγόρας έβγαινε από το έδαφος έβγαζε στριγγλιά που τρέλαινε ή σκότωνε όποιον δεν είχε προφυλάξει τα αυτιά του. Με την ολοκλήρωση της αποκοπής του από το έδαφος μπορούσε να χρησιμοποιηθεί για οποιαδήποτε ευεργετική διαδικασία.

#### **Ματζουράνα – ορίγανον το μύρον - *Origanum majorana***

Καλλιεργείται από την αρχαιότητα και το εκτιμούσαν πολύ και γνώριζαν τις φαρμακευτικές του ιδιότητες. Το χρησιμοποιούσαν σαν αντισηπτικό. (Εικ. 34)



Εικόνα 34 (Madey R 1999)

#### **ΜΕΝΕΞΕΣ**

##### **Μέντα *Mentha piperital***

Σύμφωνα με τη μυθολογία εμφανίστηκε για πρώτη φορά στο όρος Μίληθ της Τριφυλίας. Καλλιεργήθηκε από τους αρχαίους Έλληνες κατά τη μινωική εποχή για θεραπευτικές ιδιότητες. Σύμφωνα με τη μυθολογία από τη νύφη του Άδη Μίνθη που μεταμόρφωσε σε φυτό προς αποφυγήν ζηλοτυπίας της Περσεφόνης.

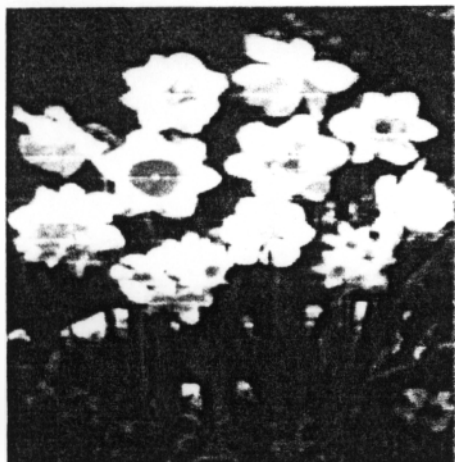
##### **Μπελαντόνα *Atropa belladonna***

Το όνομα του είδους αναφέρεται στη Μοίρα Άτροπο που σύμφωνα με τη μυθολογία μας έκοβε το νήμα της ζωής υπονοώντας τη δραστηριότητα του δηλητηρίου του. Όπως γίνεται κατανοητό οι αρχαίοι Έλληνες είχαν επιδοθεί και στην παρασκευή δηλητηριωδών.

#### **Μυρτιά**

##### **Νάρκισσος – μανουσάκι**

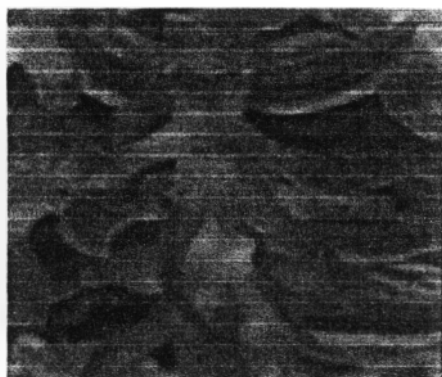
Αποτελεί και αυτός μια μυθολογικά τροποποιημένη μορφή όμορφου νέου της αρχαιότητας. (Εικ. 35)



Εικόνα 35 (Fabre P 2003)

### **Ορχιδέα**

Η ονομασία προκύπτει από το διπλοκόνδυλο σχήμα της ρίζας. Οι αρχαίοι Έλληνες πίστευαν ότι μπορούσαν να ελέγξουν το φύλλο των αγέννητων παιδιών τους τρώγοντας τους κονδύλους. (Εικ. 36)



Εικόνα 36 (Fabre P 2003)

### **Παιόνια - Φυτό της θεραπείας**

Κατά την αρχαιότητα οι σπόροι της χρησιμοποιούνταν για τις έγκυες γυναίκες. (Εικ. 37)



Εικόνα 37 (Fabre P 2003)

### **Πόλιον**

**Ρίγανη** *Origanum vulgare*

Γνωστό κατά την αρχαιότητα σαν αρωματικό και φαρμακευτικό. Το χρησιμοποιούσαν σε διάφορες τελετές όπως του γάμου που έφτιαχναν στεφάνια. Το όνομα προέρχεται από τις λέξεις όρος + γόνος. Το φυτό που δίνει λαμπρότητα στο βουνό. (Εικ. 38)



Εικόνα 38 (Madey R 1999)

#### **Τσάι του βουνού**

Λέγεται και σιδηρίτης διότι το χρησιμοποιούσαν για θεραπεία πληγών από σιδερένια αντικείμενα. (Εικ. 39)



Εικόνα 39 (Madey R 1999)

**Τριανταφυλλιά** *Rosa sp*

Τα αρχαιολογικά ευρήματα μας πείθουν ότι καλλιεργήθηκε στην αρχαιότητα για την παρασκευή αρωμάτων και αρωματικών αλοιφών. (Εικ. 40)



Εικόνα 40 (Fabre P 2003)

#### Υάκινθος

Ο μυθολογικά αναφερόμενος δεν ήταν το γνωστό σε μας λουλούδι γιατί το είδος δεν είναι ενδημικό. Ίχνη της λέξης συναντάμε σε ελληνική διάλεκτο πριν 4000 χρόνια στην θρακοπελασγική. Η μυθολογία τον αναφέρει σαν νέο όμορφο από τη Σπάρτη.

#### Φτελιές

#### Πλατάνια

#### Μυρπιές

} δεντροφυτεύσεις στην Αγορά και Ακαδημία στην Αθήνα

#### Φασκόμηλο – ελελίσφακος ο φαρμακευτικός *Lalvia officinalis*

Χρησιμοποιήθηκε σαν πολυφάρμακο για θεραπείες. (Εικ. 41)



Εικόνα 41 (Madey R 1999)

#### Χαμομήλι – ματικαρία το χαμοίμηλον *Matricaria chamomilla* L

Το χρησιμοποιούσαν θεραπευτικά και το θεωρούσαν θαυματουργό σε πολλές περιπτώσεις. Από το φυτό συλλέγονταν τα άνθη όταν ανοίξουν καλά. (Βίσκου Ι.2001; Πετροπούλου Μ 2001; Χριστοφιλόπουλος 2001)

### 4.3 ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΦΥΤΑ ΚΑΙ ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ

Η τεχνική της εξαγωγής των αιθέριων ελαίων είχε ξεκινήσει από τους αρχαίους. Αναπτύχθηκε τα επόμενα χρόνια και τελειοποιήθηκε με την πρόοδο της Χημείας τον 18<sup>ο</sup> αιώνα.

Στη γεωγραφική περιοχή της Ελλάδας ευδοκίμουν πολλά φυτά από την αρχαιότητα από τα οποία εξαγόταν αρώματα. Η καταγραφή τους φαίνεται στην



προηγούμενη παράγραφο. Σε πολλές περιπτώσεις τα χρησιμοποιούσαν και οι θεές για να σαγηνεύσουν τους άντρες θεούς και θνητούς. Υπήρχαν θεοί που ενθάρρυναν τη χρήση των αρωμάτων όπως ο Διογένης. Σε αντίθεση με το Σόλων τον νομοθέτη που ήταν αντίθετος και τα χαρακτήριζε αναξιοπρεπή.

Οι Κρήτες και οι Μηκυναίοι συνήθιζαν να φυλάσσουν τα αρώματα στις πιο κρυφές αποθήκες των παλατιών και των ιερών τους. Κρατούσαν και ειδικές καταγραφές και λογαριασμούς σε πήλινες πινακίδες. Αυτές οι πινακίδες έφτασαν ως εμάς κι έτσι μας έδωσαν τη δυνατότητα να καταλάβουμε τη χρήση για την οποία προοριζόνταν τα αρώματα. Οι πληροφορίες που έχουμε λένε ότι χρησιμοποιούσαν το μεγαλύτερο μέρος των αρωμάτων στις θρησκευτικές τελετές προς τιμήν των θεών. Ορισμένα αρώματα τα χρησιμοποιούσαν οι ιερείς κατά τη διάρκεια των τελετών λατρείας

Ενώ ένα μικρό μέρος (ίσως εκείνο με τη μικρότερη αξία) το χρησιμοποιούσαν για την απολύμανση των χώρων και για να αρωματίζουν το κρασί.

Από τον 5<sup>ο</sup> π.Χ. αιώνα τα αρώματα και τα καλλυντικά τα πωλούσαν οι μυροπώλες. Το υγρό ήταν αποθηκευμένο σε αμφορείς και ο πωλητής το παράγγιζε με τη βοήθεια χωνιού σε μυροδοχεία, αλάβαστρους ή ληκύθους. Κατά την περίοδο αυτή τα αρώματα ήταν πολύ ακριβά και είχε γενικευτεί η χρήση τους για την περιποίηση και τον καλλωπισμό του σώματος. Η χρήση αρωματικών ελαίων και αλοιφών μετά το μπάνιο ήταν ήδη γνωστή από την εποχή του Ομήρου. Αποτελούσε άλλωστε μέρος της φιλοξενίας πριν από το συμπόσιο. Αργότερα χρησιμοποιούσαν αρώματα και κατά τη διάρκεια του συμποσίου ενώ οι συμποσιαστές ήταν στολισμένοι με στεφάνια από λουλούδια.

Οι Έλληνες δεν αρωμάτιζαν μόνο το σώμα τους αλλά και τα μαλλιά και τα ρούχα τους. Εκτός από αυτό, αρώματα και καλλυντικά ήταν πολύτιμο και δημοφιλές ερωτικό δώρο γι' αυτή πολλές φορές τα μυροδοχεία ή άλλα αγγεία ήταν διακοσμημένα με ερωτικές σκηνές ή σκηνές στις οποίες διακρίνεται ο ρόλος του μυροδοχείου ως δώρου. Αρωματικά λάδια χρησιμοποιούσαν και στις τελετές των νεκρών. Υπήρχε αυστηρό πρωτόκολλο που έπρεπε να τηρηθεί που ήταν άμεσα συνδεδεμένο με τη χρήση των αρωμάτων. (Βίσκου Ι .2001;Περιοδικό Αρώματα ;Χριστοφιλόπουλος 2001)

#### **4.4 Η ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΧΡΗΣΗ ΤΩΝ ΦΥΤΩΝ**

Δεν θα πρέπει να ταυτίζουμε τα φαρμακευτικά φυτά με τα αρωματικά. Μπορεί και οι δύο κατηγορίες του φυτικού βασιλείου να είναι χρήσιμες αλλά με διαφορετικό τρόπο. Από τα αρωματικά παίρνουμε τα αιθέρια έλαια ενώ τα φαρμακευτικά χρησιμοποιούνται για τις θεραπευτικές τους ιδιότητες.

Από την αρχαιότητα είχαν διαπιστωθεί οι θεραπευτικές ιδιότητες των φυτών. Αυτό απέδωσε με βάση τις παρατηρήσεις που έκαναν σε ζώα. Σε μερικά μάλιστα φυτά απέδωσαν και μαγικές δυνάμεις. Γνωστές είναι οι βοτανικές μαγείες. Οι γιατροί της εποχής είχαν χρησιμοποιήσει από τότε με επιστημονικό τρόπο τα φυτά βότανα για τη θεραπεία διαφόρων ασθενειών. Παράλληλα τα φυτά αυτά χρησιμοποιήθηκαν και για την παραγωγή αιθέριων ελαίων και αρωμάτων από τους αρχαίους Έλληνες.

Ενώ σήμερα τα φαρμακευτικά φυτά ταξινομούνται σε δύο μεγάλες κατηγορίες, καλλιεργούμενα και αυτοφυή, η διερεύνηση δεν έδωσε δεδομένα καλλιέργειας για την εποχή εκείνη. Άλλωστε οι επεμβάσεις στη φύση δεν ήταν τόσο έντονες από τον άνθρωπο. Γεγονός που ενθαρρύνει την αφθονία των φαρμακευτικών φυτών αλλά και οι ανάγκες δεν ήταν τόσο μεγάλες βάση πληθυσμού.

Αρχικά κατά τους αρχαίους χρόνους και στον ελληνικό χώρο, την ιατρική ασκούσαν πρακτικοί θεραπευτές. Πρόκειται για μια πρωτόγονη νοσηλευτική η οποία όμως ήταν αναμεμειγμένη με μαγανείες. Οι πρώτοι νοσηλευτές είχαν διδαχθεί παρατηρώντας τα ζώα και πολλά για τη θεραπευτική χρήση των βοτάνων. Κοιτίδα της ιατρικής στον ελληνικό χώρο θεωρείται η Θεσσαλία. Κατά την προομηρική εποχή η ιατρική παραμένει ένα μείγμα νοσηλευτικής πρακτικής και μαντικής. Είναι η λεγόμενη εποχή της ιατρομαντικής και των ιατρομαντείων. Η επόμενη περίοδος ονομάζεται θεουργική ιατρική. Πρόκειται για μια εξέλιξη της εμπειρικής ιατρικής. Σε περιοχές όπως Λιβαδειά, Ωρωπός, Αιτωλία εφαρμόζονται η ονειρομαντική και οι εγκοιμήσεις. Τα πρώτα βήματα της επιστημονικής ιατρικής τα παρατηρούμε ήδη από τους προομηρικούς χρόνους στην εποχή του Ασκληπιού. Πριν από τον Ασκληπιό, σύμφωνα με πληροφορίες και αναφορές δε μπορούμε να μιλάμε ότι υπήρχε πραγματική δηλαδή επιστημονική ιατρική. Κατά την μεθομηρική εποχή, η ιατρική ασκείται στα Ασκληπιεία, είναι θεουργική ιατρική και αρχίζει πλέον να γίνεται επιστημονική. Μέχρι τα μέσα του 5<sup>ου</sup> π.Χ. αιώνα η ιατρική εξακολουθεί γενικά να είναι ένα κράμα δεισιδαιμονιών φιλοσοφικών αντιλήψεων και πρακτικής εφαρμογής στα Ασκληπιεία. Είναι η περίοδος επιδράσεων από φιλοσοφικές δοξασίες της προηγούμενης φάσης (θεουργική ιατρική) και από ξένους λαούς όπως η Αίγυπτος. Την εποχή αυτή κάνει την εμφάνισή της ένα είδος ιατρικής που ασκείται από ελεύθερους επαγγελματίες αλλά πρόκειται για μια ιατρική χαμηλής στάθμης. Παρατηρείται δηλαδή ότι απαιτείται μια ολοκληρωμένη και επιστημονικά τεκμηριωμένη εφαρμογή της ιατρικής. Πράγματι από τον 7<sup>ο</sup> π.Χ. αιώνα μέχρι την εποχή του Ιπποκράτη η ιατρική ασκείται συστηματικά, κυκλοφορούν μάλιστα και ιατρικά συγγράμματα. Αυτήν την περίοδο ονομάζουν δύο ξακουστές ιατρικές σχολές, της Κνίδου και της Κω.

Συγκεντρωτικά λοιπόν τρεις είναι οι ιατρικές περίοδοι:

#### **Ιατρομαντικής**

**Θεουργικής ιατρικής** (ασκείται στα Μαντεία)

#### **Επιστημονική**

Η θεμελίωση της ιατρικής γίνεται από τον γνωστό σε όλους μας Ιπποκράτη (Εικ. 44). Ο Ιπποκράτης δεν είναι μόνο θεμελιωτής της ιατρικής αλλά και βαθύς φιλόσοφος και ανθρωπιστής. Έδωσε στην ελληνική ιατρική ήδη αρκετά προηγμένη από τους προγενέστερους συστηματική μορφή και την ανέδειξε σε συστηματική επιστήμη ενώ φρόντισε και για την απαλλαγή από τις φιλοσοφικές και θρησκευτικές επιρροές και δοξασίες των παλαιότερων εποχών. Ο Ιπποκράτης εφάρμοσε την κλινική ιατρική προσδίδοντάς της επιστημονικότητα και φιλόδοξο χαρακτήρα. Γενικά μπορούμε να πούμε ότι ολόκληρη η αρχαιοελληνική ιατρική διαπνέεται από το πνεύμα του Ιπποκράτη.



Εικόνα 44 Η θεμελίωση της ιατρικής Ιπποκράτη.

Το φάρμακο υπήρξε πάντα στενά συνυφασμένο με την ιστορία της ανθρωπότητας γιατί εξυπηρετεί δύο βασικές ανάγκες του ανθρώπου,

**-να ανακουφιστεί από τον πόνο του**

**-η ανάγκη να γιατρέψει την αρρώστια του και να επιζήσει.**

Στην μακραίωνη ιστορία του, η μεγαλύτερη προσπάθεια του ανθρώπου στον αγώνα του ενάντια στον πόνο και στις αρρώστιες, υπήρξε η αναζήτηση και χρησιμοποίηση ευεργετικών φαρμάκων για τη θεραπεία των παθήσεων του σώματος και της ψυχής. Στην προσπάθειά του αυτή ο άνθρωπος γνώρισε νίκες αλλά και ήττες, χωρίς να αποφύγει και τις περιόδους στασιμότητας. Η ιστορία των επιστημών του φαρμάκου χωρίζεται σε τέσσερις κύριες περιόδους:

**Θρησκευτική περίοδος.** Αναφέρεται στον πρωτόγονο άνθρωπο και σε αρχαίους ανατολικούς λαούς.

**Φιλοσοφική περίοδος.** Αναφέρεται στους Έλληνες, Ρωμαίους και Βυζαντινούς, γι' αυτό και έγινε εκτενέστερη αναφορά αφού αυτή η περίοδος είναι συνδεδεμένη με την πορεία της ιατρικής στην Αρχαία Ελλάδα καθώς και οι ιατρικές περίοδοι αυτής.

**Πειραματική περίοδος.** Αναφέρεται στους Άραβες και στους Αλχημιστές.

**Επιστημονική περίοδος.** Από τον 19<sup>ο</sup> αιώνα μέχρι σήμερα.

Δε θα γίνει καμιά εκτενέστερη αναφορά στις περιόδους αυτές αφού η ανάλυση αυτή αποτελεί ιστορικό αντικείμενο της φαρμακολογίας.

Σε όλη αυτή τη μακραίωνη φάση, για να αντιμετωπιστούν οι διάφορες παθήσεις και τραυματισμοί, είναι φυσικό όπως γνωρίζουμε να υπάρχει η επίδραση κάποιας χημικής ουσίας (δραστική ουσία). Ακόμη κι αν ήξεραν τη δραστική ουσία που θα λειτουργούσε κατασταλτικά δεν είχαν προφανώς τη δυνατότητα να την κατασκευάσουν εργαστηριακά, όπως γίνεται σήμερα. Άρα η μόνη αυτόχθων πηγή ήταν τα φυτά. Παρατηρώντας λοιπόν τη συμπεριφορά τους στα ζώα κυρίως αλλά και στον άνθρωπο μπόρεσαν να κρίνουν τι ενδείκνυται για να αντιμετωπίσουν την κάθε περίπτωση. Το μεγαλειώδες είναι ότι η οργανωμένη δράση απέδωσε ιατρικά συγγράμματα που σώζονται μέχρι και σήμερα αλλά κινδυνεύουν να ιδιοποιηθούν ιστορικά αν δεν αναδειχθούν. οι φαρμακολόγοι ακολουθούν μια συγκεκριμένη μέθοδο κατάταξης των φαρμάκων σε είδη

#### **Μπαχαρικά**

**Έλαια**

**Αλοιφές**

**Ζώα**

**Μέλι**

**Γάλα**

**Χόρτα άγρια και κηπευτικά**

**Φυτικούς καρπούς**

**Λάδι**

**Οίνος**

**Ορυκτά**

**Μέταλλα**

Ανάλογα με τη θρησκευτική τους χρήση κατά ομάδες

**Διουρητικά**

**Όσα προκαλούν διάρροια**

**Αφροδισιακά και κατασταλτικά της γενετήσιας ορμής κ.λ.π.**

Η επίδραση των Ελλήνων φαρμακολόγων ιατρών στους μεταγενέστερους υπήρξε πολύ μεγάλη αφού αυτοί χρησιμοποίησαν και εφάρμοσαν κατά γράμμα τις οδηγίες τους. Αποτελεί πλέον ειδικό αντικείμενο μελέτης η συγκέντρωση του αρχαιοελληνικού γίνεσθαι αφού παρατηρούνται πολλές μεταφράσεις από Γόθους, 6<sup>ος</sup> αιώνας, Ευρωπαίους τον Μεσαίωνα και Άραβες που έτσι διάσωσαν τη γνώση αυτή μέχρι σήμερα.

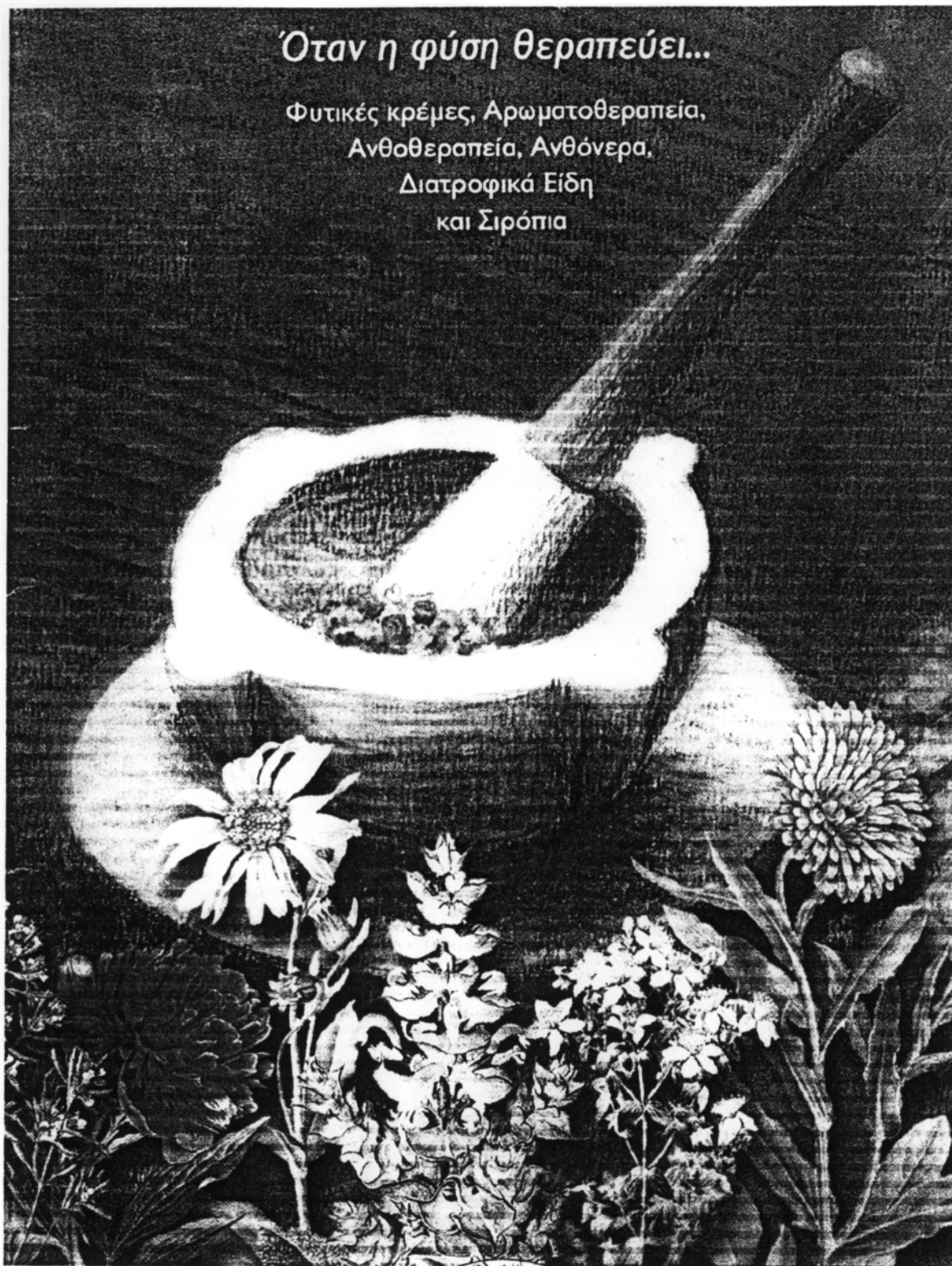
Η επίδραση φτάνει τόσο έντονη μέχρι τις μέρες μας που ακόμη και σήμερα διάφορες εμπορικές εταιρίες λανσάρουν φυτικά σκευάσματα καθώς και καλλυντικά υιοθετώντας και αρχαία ονόματα όπως Αίολος, Πλούτων κ.α.  
(Εικόνες 45, 46 , 47 )

<b>Αγγελική</b> .....	Ηρεμιστικό, άφισο. Για καρδιακά, αναπνευστικά και δερματικά προβλήματα, αναρεξία, άσθμα, έλκος στομάχου, αρθρίτιδα, ψωρίαση.
<b>Αρκευθος</b> .....	Αντιρρευματικό, αντιτοξικό, εμμηναγωγικό, τονωτικό. Για νευρική υπερένταση, στρες, γυναικολογικά, αρτηριοσκληρώση, ρευματισμούς, κυτταρίτιδα, παχυσαρκία.
<b>Αχιλλασία</b> .....	Αντιφλεγμονώδες, αιμοστατικό. Κατά της υπέρτασης, αύπνιας, αιμορροΐδων. Για γυναικολογικά προβλήματα, νευραλγία
<b>Βαλεριάνα</b> .....	Υπναγωγό, υποτασικό, ηρεμιστικό. Για αυπνία, ημικρανία, νευρική δυσπεψία, πιτυρίδα.
<b>Βανίλια</b> .....	Αρωματικό, βαλσαμικό, αφροδισιακό.
<b>Βασιλικός</b> .....	Τονωτικό, αναζωογονητικό, μνήμη, πονοκέφαλοι, εντομοσπωθητικό.
<b>Βάλαμο Καναδά</b> .....	Αντισηπτικό, ρυθμιστικό, χαλαρωτικό. Για άσθμα, βρογχίτιδα, πληγές, πονόλαιμο, κατάθλιψη.
<b>Βάλαμο Περού</b> .....	Αντιφλεγμονώδες, αντισηπτικό, σπολυμαντικό, πληγές έλκη στομάχου.
<b>Βάλαμο Τολού</b> .....	Αντιφλεγμονώδες, αντισηπτικό, σπεκκρτικό, αντιβηχικό.
<b>Βενζόη</b> .....	Απεκκρτικό, θερμαντικό, πνευμονικό αντισηπτικό. Για ακμή, έκζεμα, ψωρίαση, κακή κυκλοφορία, βήχα.
<b>Βετιβέρ</b> .....	Αντισηπτικό, αντισπασμωδικό, τονωτικό της κυκλοφορίας, για ακμή, αρθρίτιδα, ρευματισμούς.
<b>Γαρούφαλλο</b> .....	Αντιμολυσματικό, αντιμυκητιασικό, γενικό τονωτικό. Για πονόδοντο, ακμή, μώλωπες, εγκαύματα, διαστρέμματα, πληγές, κολικούς, ναυτία, δυσπεψία. Εντομοσπωθητικό.
<b>Γεράνιο</b> .....	Τονωτικό της κυκλοφορίας, αντιγηραντικό, αντικυτταρίτιδικό, αιμοστατικό, εντομοσπωθητικό. Για άγχος, νευρικότητα, γυναικολογικά, κατακράτηση υγρών.
<b>Γιασεμί Αιγύπτου</b> .....	Χαλαρωτικό, ηρεμιστικό, αφροδισιακό. Για πονοκεφάλους, προβλήματα περιόδου, κατάθλιψη, νευρική εξάντληση
<b>Γκρέιπ-Φρούτ</b> .....	Χολαγωγικό, στυπικό, κατά της κυτταρίτιδας, παχυσαρκίας, δυσπεψίας και κατακράτησης υγρών.
<b>Γλυκάνισο</b> .....	Εμμηναγωγικό, γαλακταγωγικό, αντισπασμωδικό, τονωτικό. Για σμηληδόρροια, προβλήματα εμμηνοποίησης, δυσπεψία, κολίτιδα, ασθματική βρογχίτιδα, ταχυκαρδία.
<b>Δάφνη</b> .....	Εντομοσπωθητικό, τονωτικό αναζωογονητικό, για μώλωπες, πληγές, αιματώματα.
<b>Δενδρολίβανο</b> .....	Δυναμωτικό, τονωτικό, αντισηπτικό. Για τόνωση της μνήμης, της ενέργειας και του σώματος γενικά. Εξαιρετικό σε τονωτικό λάδι μασάζ. Ενισχύει την τριχοφυΐα.
<b>Δυόσμος</b> .....	Αντισηπτικό, τονωτικό, διουρητικό. Για ακμή, δυσπεψία, ναυτία, πυρετό, στρες, ημικρανία.
<b>Ελίφρυσος</b> .....	Κυκλοφορικό, θρομβώσεις, κίρρωση. Για τρούματα, εγκαύματα, ακμή, ρύθμιση χοληστερόλης.
<b>Εστραγκόν</b> .....	Θερμαντικό, διεγερτικό, εξισορροπητικό του πεπτικού και νευρικού συστήματος.
<b>Ευκάλυπτος</b> .....	Διαύγεια, αντισηπτικό, βρογχοδιασταλτικό. Για γρίπη, κρυολόγημα, ιγμορίτιδα, λαρυγγίτιδα.
<b>Θούγια</b> .....	Ελιές, κυκλοφορικό.
<b>Θρούμπι</b> .....	Τονωτικό, θερμαντικό, αντιβιοτικό, αντιπαραστικό.
<b>Θυμάρι</b> .....	Αντισηπτικό, τοπικό αντιβιοτικό. Για βρογχίτιδα, ωτίτιδα.
<b>Ινούλα</b> .....	Αντιμυκητιασικό, μικροβιοστατικό, βλενολυτικό.
<b>Cajerut</b> .....	Αντισηπτικό, βρογχοδιασταλτικό, θερμαντικό. Για μολύνσεις αναπνευστικού, κίρρους, αιμορροΐδες
<b>Κανέλλα</b> .....	Αντισηπτικό, αντιβακτηριακό. Για διάρροια, δυσπεψία, κακή κυκλοφορία, ρευματισμούς.
<b>Κάρδαμο</b> .....	Θερμαντικό, τονωτικό, ευστόμαχο. Για το πεπτικό σύστημα, εντερικούς σπασμούς, βρογχίτιδα.
<b>Κέδρο Λιβάνου</b> .....	Αντισηπτικό για ακμή, λιπαρό δέρμα, πιτυρίδα, ενίσχυση της τριχοφυΐας.
<b>Κοριάνδρος</b> .....	Θερμαντικό, τονωτικό, χωνευτικό, αντιφουσητικό, ευστόμαχο. Για άγχος, στρες, αύπνια
<b>Κουνούκιο</b> .....	Επουλωτικό, ηρεμιστικό για αυπνία, νευρικότητα. Για γερασμένο δέρμα, ρυτίδες.
<b>Κύμινο</b> .....	Θερμαντικό, τονωτικό, αντισηπτικό, αντιφουσητικό, ευστόμαχο. Για δυσπεψία, σπασμούς εντέρων, αυπνία.
<b>Κυπαρίσσι</b> .....	Ηρεμιστικό, αναζωογονητικό. Για άσθμα, βρογχίτιδα, γυναικολογικά, κυκλοφορικό, κυτταρίτιδα
<b>Λεβάντο</b> .....	Αναζωογονητικό, χαλαρωτικό, θεραπευτικό, ηρεμιστικό. Για αυπνία, στρες, δερματικά προβλήματα.
<b>Λεβαντίνη</b> .....	Δράση παρόμοια με της Λεβάντας. Για αναπνευστικά, κυκλοφορικό, μυϊκά προβλήματα
<b>Λεμόνι</b> .....	Αναζωογονητικό, διεγερτικό, αντισηπτικό. Για πεπτικά, ηπατοχολικά προβλήματα.
<b>Λεμονόχορτο</b> .....	Αναλγητικό, αντικαταθλιπτικό, αντισηπτικό, εντομοκτόνο. Για μύκητες των ποδιών, εντονη εφίδρωση, μυϊκή τόνωση, κολίτιδα, δυσπεψία.
<b>Λιβάνι</b> .....	Αναζωογονητικό, αντιφλεγμονώδες. Για άσθμα, βρογχίτιδα, τόνωση του ανοσοποιητικού.
<b>Λουίζα</b> .....	Αντισπασμωδικό, ηρεμιστικό, χαλαρωτικό. Για στρες, αυπνία, κατάθλιψη, εντερικά προβλήματα.
<b>Λυγαριά</b> .....	Εξισορροπητικό του ορμονικού συστήματος. Για γυναικολογικά προβλήματα, προβλήματα εμμηνοποίησης, πονόδοντο, προσόπη και δάγματα εντόμων.

Εικόνα 45 Ενημερωτικός κατάλογος φαρμακευτικών φυτών( Fresh Line2003 )

Όταν η φύση θεραπεύει...

Φυτικές κρέμες, Αρωματοθεραπεία,  
Ανθοθεραπεία, Ανθόνερα,  
Διατροφικά Είδη  
και Σιρόπια



Εικόνα46 ( Fresh line2003)

<b>Μανούκα</b> .....	Αντιβακτηριακό, αντιμυκητιασικό, μυοχαλαρωτικό. Για προβλήματα δέρματος, ψωρίαση, μυκητιάσεις δέρματος και δήγματα εντόμων.
<b>Μανταρίνι</b> .....	Ηρεμιστικό, αντιρυτιδικό. Για ακμή, λιπαρό δέρμα, κατακράτηση υγρών, παχυσαρκία, δυσπεψία, αιπνία
<b>Μαντζουράνα</b> .....	Θερμαντικό, δυναμωτικό, αντισπασμωδικό, τονωτικό των μυών. Για δυσπνοία, ευερεθιστότητα, αιπνία, ζάλαδα.
<b>Μαραθόσπορος</b> .....	Ανοσοκωφιστικό, κατά των εντερικών ζυμώσεων. Για γαλακτοφορία και όλα τα γυναικολογικά.
<b>Μαστίχα</b> .....	Αντιφλεγμονώδες, αντιβιατικό. Για δερματικά προβλήματα, αρθρίτιδα, ισχυαλγία, βρογχίτιδα, ουρηθρίτιδα
<b>Μαύρο έλατο</b> .....	Αντιμικροβιακό, σπασμολυτικό, τονωτικό. Για ρευματισμούς, αναπνευστικά προβλήματα, γρίπη, βήχα, άγχος, στρες.
<b>Μελισσόχορτο</b> .....	Αναζωογονητικό, ηρεμιστικό. Για αιπνία, υστερία, νευρική κρίση, ευερεθιστότητα.
<b>Μέντα</b> .....	Δροσιστικό, αναζωογονητικό. Για πονοκέφαλο, τυμπανισμό, ημικρανία, ισχυαλγία, εκζέμα.
<b>Μοσχοκάρυδο</b> .....	Χωνευτικό, θερμαντικό, αναλγητικό, αντιοξειδωτικό. Για μυϊκούς πόνους, τυμπανισμό, δυσπεψία, ναυτία.
<b>Μύρρα</b> .....	Τονωτικό, αντιγηραντικό, αναφροδισιακό. Για δυσεντερία, αιμορροΐδες, υπερθρεσείδισμο.
<b>Μυρτιά</b> .....	Τονωτικό, δερματικό, ορμονικό εξοσμοροποιητικό, για λιπαρό δέρμα, αιμορροΐδες, πρόβλημα ωοθηκών και θυρεοειδούς.
<b>Νερατζιάς φύλλο (Pefitegram)</b>	Αντισηπτικό, σπασμολυτικό, πεπτικό τονωτικό. Για ακμή, εφίδρωση, λιπαρό μαλλί και δέρμα, δυσπεψία, αιπνία, νευρική εξάντληση.
<b>Νερολί</b> .....	Αναζωογονητικό, χαλαρωτικό, νευροτονωτικό. Για παρυσία, αιμορροΐδες, κόπωση, κατάθλιψη.
<b>Νισουλί</b> .....	Αντισηπτικό, αντιαλλεργικό, κατά των ιώσεων. Για ωτίτιδα, λαρυγγίτιδα, ορμονικό πρόβλημα
<b>Παλμαρόζα</b> .....	Αντιρυτιδικό, αντιμυκητιασικό. Για βρογχίτιδα, ανανέωση του δέρματος και σμηγματορροία.
<b>Πατσουλί</b> .....	Χαλαρωτικό, αναζωογονητικό, νευρικό τονωτικό. Για ξηρά δέρματα, ακμή, εκζέμα
<b>Περγαμόντο</b> .....	Αναζωογονητικό, τονωτικό, χαλαρωτικό. Για άγχος, στρες, κατάθλιψη, αιπνία.
<b>Πεύκο Σιβηρίας</b> .....	Αντισηπτικό, αναζωογονητικό. Για σθμα, βρογχίτιδα.
<b>Πικραμυγδαλό</b> .....	Αρωματικό, προσοχή μπορεί να προκαλέσει εξανθήματα στο δέρμα.
<b>Πιπέρι μαύρο</b> .....	Τονωτικό (πεπτικό, αναπνευστικό, ουροποιητικό) για ψυχρότητα, ανικανότητα, πονοδοντο, χρόνια βρογχίτιδα, ρευματισμούς.
<b>Πιπέρι κόκκινο</b> .....	Ανιγηρτικό, αντισηπτικό, τονωτικό της κυκλοφορίας.
<b>Πιπερόριζα</b> .....	Θερμαντικό, χωνευτικό. Για προβλήματα του εντέρου, εντερικούς σπασμούς, ναυτία
<b>Πορτοκάλι</b> .....	Ηρεμιστικό, αντιρυτιδικό. Για φροντίδα του δέρματος, κατακράτηση υγρών, παχυσαρκία, δυσκοιλότητα, στρες.
<b>Ραβενσάρο</b> .....	Αντιμολυσματικό, σπασμολυτικό, νευρο-τονωτικό. Για αιπνία και χρόνια μυϊκή κόπωση
<b>Ρίγανη</b> .....	Αντισηπτικό, σπασμολυτικό, χωνευτικό, παρυσιακό. Για μασάζ σε επώδυνες αρθρώσεις.
<b>Ροδοξύλο</b> .....	Ανιγηρτικό, αντιμυκητιασικό, τονωτικό. Για κατάθλιψη, υπερκόπωση, αιπνιστ, μολύνσεις.
<b>Salvia Sclarea</b> .....	Χαλαρωτικό, αντικαταθλιπτικό, ευφορικό, για εμμηνοπαύση, πρόβλημα περιόδου, αιμορροΐδες, νευρική εξάντληση.
<b>Σαντολόξυλο</b> .....	Χαλαρωτικό, ανιγηρτικό, σπασμολυτικό της λέμφου και του φλεβικού συστήματος, καρδιοτονωτικό.
<b>Σιτρονέλλα</b> .....	Αντιψευρικό, σπασμολυτικό εντόμων, καρδιοτονωτικό. Για πόνους της λεκάνης, ρευματισμούς, αρθρίτιδα, κολικούς.
<b>Ταγιέτης</b> .....	Αντιμυκητιασικό, αντιπαρυσιακό. Για μολύνσεις του αναπνευστικού, παρυσία εντέρων
<b>Tea-tree</b> .....	Αντισηπτικό, αντιμυκητιασικό. Για εντερικά παρυσία και κάθε είδους μόλυνση. Τοπικό αναισθητικό.
<b>Τριαντάφυλλο</b> .....	Κατευναστικό, χαλαρωτικό, αντικαταθλιπτικό, αντιρυτιδικό. Για χρόνια βρογχίτιδα, σθμα, ψυχρότητα, ανικανότητα
<b>Ylang-Ylang</b> .....	Ηρεμιστικό, αντισηπτικό, σπασμολυτικό. Για υπέρταση, ψυχρότητα, δερματικά προβλήματα
<b>Υσσώπος</b> .....	Αποσμηροποιητικό του αναπνευστικού, αντισηπτικό, αιμοκαθαριστικό. Για πνευμονία, αμυγδαλίτιδα.
<b>Φασκόμηλο</b> .....	Αποσμηροποιητικό του κυκλοφορικού, αντισηπτικό, βρογχοδιασταλτικό. Για κυτταρίτιδα, παχυσαρκία, έρπη, πρόβλημα εμμηνοπαύσης
<b>Φλισκούνη</b> .....	Βλεννολυτικό, τονωτικό, εμμηνοσυνεχιστικό, εντομοπωθητικό.
<b>Χαμομήλι Ρωμαϊκό</b> .....	Ηρεμιστικό, μυοχαλαρωτικό, αντισηπτικό. Για σθμα, παρυσία των εντέρων.
<b>Χαμομήλι Μπλέ</b> .....	Ηρεμιστικό αναζωογονητικό, αντισηπτικό, μολυστικό. Για μολύνσεις του δέρματος, στομαχικές διαταραχές.



Εικόνα 47 Ενημερωτικός κατάλογος φαρμακευτικών φυτών( Fresh Line2003 )

Για πληροφοριακούς λόγους στα παραρτήματα υπάρχει ένας πλήρης κατάλογος αλφαβητικός, ασθενειών και παθήσεων αντίστοιχα, θεραπευτικά φυτά για κάθε περίπτωση.

Οι αρχαίοι φαρμακολόγοι γνώριζαν την ιδιαίτερη βαρύτητα που έχει η διαδικασία παρασκευής και ανάμειξης των φαρμάκων. Έκαναν δοκιμές επί των ασθενειών για να κρίνουν την αποτελεσματικότητα συνδέοντας τη διαδικασία αυτή με τη γνώση για κάθε φάρμακο. Φρόντιζαν για την αποθήκευση και συλλογή του κάθε

φυτού την κατάλληλη εποχή. Ανάλογα με την εποχή συγκομιδής των φυτών τα φάρμακα γίνονταν αποτελεσματικά ή έχαναν τη δύναμή τους. Γι' αυτό προτιμούσαν η συλλογή να γίνεται με καιρό αίθριο. Αλλά και με κριτήριο τον καιρό υπήρχαν ιδιαιτερότητες. Είχαν παρατηρήσει αποτελεσματικότητα των φυτών αν συλλέγονταν από επερχόμενη ξηρασία και καταιγίδες καθώς και αν οι περιοχές είναι ορεινές, ψηλές, αν επικρατούν άνεμοι και είναι ψυχροί και άνυδροι, γιατί τότε οι θεραπευτικές τους ιδιότητες είναι ισχυρότερες. Είχαν παρατηρήσει ότι οι φαρμακευτικές ιδιότητες των βοτάνων που προέρχονται από πεδινές πολύ υγρές σκιερές και χωρίς ανέμους περιοχές ήταν αδύνατες και περισσότερα αυτά που δεν συλλέγονταν την κατάλληλη εποχή θα έχουν μαραθεί.

Είχαν κάνει εκτενέστερες παρατηρήσεις για να μπορούν να προσδιορίσουν τη φάση ακμής και παρακμής σχετικά με την βλάστηση των φυτών. Αυτό προκύπτει από την παρατήρηση στη μεταβολή του σχήματος των φύλλων και το μέγεθος που είχε το κοτσάνι του άνθους καθώς και στους καρπούς. Είχαν προσδιορίσει ότι ορισμένα φάρμακα από βότανα διατηρούνται αποθηκευμένα για πολλά χρόνια, ενώ μερικά έπρεπε να χρησιμοποιηθούν σε διάρκεια τριών χρόνων. Όσα φυτά είχαν τρυφερό βλαστό τα μάζευαν ενώ είχαν τους σπόρους τους, αυτά που έφεραν άνθη πριν πέσουν και όσα είχαν καρπούς όταν είναι ώριμα. Η συγκομιδή σπόρων από φυτά γινόταν όταν άρχιζαν να ξεραίνονται και πριν πέσουν κάτω. Το χυμό από τα κοτσάνια και τα φύλλα των βοτάνων τον έβγαζαν μόλις αυτά είχαν βλαστήσει, σε νεαρή ηλικία και σε φάση ακμής. Η συλλογή βέβαια αφορούσε και τις ρίζες. Η αποθήκευση είχε και αυτή τους δικούς της κανόνες ανάλογα με το τι ήθελαν να αποθηκεύσουν. χρησιμοποιούσαν ξύλινα κιβώτια από συγκεκριμένο ξύλο ή δοχεία πυλού για τα υγρά σκευάσματα. (Αλεβιζόπουλος Γ 1993; Προβατά Μ 2003 ; Fabre Ρ 2003; fresh Line 2003 )

#### **4.5 Η ΚΗΠΕΥΤΙΚΗ ΣΤΗΝ ΑΡΧΑΙΑ ΕΛΛΑΔΑ**

Η Αρχιτεκτονική Τοπίου αρχίζει από τα πρώτα στάδια του πολιτισμού. Ως κηποτεχνία εξελίσσεται με απόλυτο και ολοκληρωμένο προσδιορισμό στην περίοδο της Αναγέννησης και καταλήγει στα τέλη του περασμένου αιώνα ως Αρχιτεκτονική Τοπίου. Στην ενότητα αυτή δεν είναι σκοπός να καταγραφεί η εξελικτική διαδικασία από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα, αλλά να γίνει μια σύντομη αναφορά στο τι υπήρχε στην αρχαιότητα από άποψη κηποτεχνίας.

Λίγα πράγματα είναι γνωστά για τους ελληνικούς κήπους. Το βέβαιο είναι ότι οι Έλληνες της αρχαίας Ελλάδας είχαν μικρή αλλά σημαντική συνεισφορά στην ανάπτυξη της διακοσμητικής κηποτεχνίας. Στην Ομηρική και Αρχαϊκή περίοδο οι άνθρωποι ήταν γεωργοί. Προείχε λοιπόν η διαδικασία γεωργικών τεχνικών και εκμετάλλευσης της γης, για να καλυφτούν οι διατροφικές ανάγκες. Αυτό έγινε με πάρα πολύ μεγάλο κόπο μέχρι να φτάσουν οι αποδόσεις να είναι ικανοποιητικές.

Στην ελληνική εξοχή υπήρχαν πολλά αγριολούλουδα σε αφθονία. Το γνωστότερο λουλούδι όμως που καλλιεργήθηκε κηποτεχνικά είναι το τριαντάφυλλο. Από πηγές περιγράφεται ο κήπος του Μήδα. Ο ιδανικός όμως ελληνικός κήπος για την εποχή εκείνη είναι του βασιλιά Αλκίνοου. Αποτελείται από τρία μέρη, έναν οπωρώνα με αχλαδιές ροδιές μηλιές συκίες και ελιές, έναν αμπελώνα και ένα μέρος με παρτέρια στο οποίο υπήρχαν τακτικά φυτεμένα λουλούδια. Υπήρχε περίφραξη και η τροφοδοσία με νερό γινόταν από ένα πίδακα.



Στην κλασική περίοδο του 5<sup>ου</sup> π.Χ. αιώνα οι Αθηναίοι συγκεντρώνονταν σε ευρύχωρα σημεία όπως η Αγορά και η Ακαδημία για να συζητήσουν τα διάφορα γεγονότα και να ανταλλάξουν απόψεις. Οι λεπτές τους απαιτήσεις είχαν σαν αποτέλεσμα στους δημόσιους αυτούς χώρους να φυτέψουν δέντρα όπως φτελιές πλατάνια και μυρτιές και να τους μεταμορφώσουν σε πάρκα.

Αυτή η δημιουργία των δημόσιων πάρκων στο κέντρο της πόλης επηρέασε πολλούς ευγενείς και τους ώθησε να δημιουργήσουν κήπους στις κατοικίες τους.

Στους Έλληνες οφείλεται και η καλλιέργεια φυτών σε δοχεία, διαδικασία που εφαρμόζεται ακόμη και σήμερα για διακοσμητικούς λόγους. Η αιτία της δημιουργίας αυτής για την εποχή εκείνη ήταν όμως διαφορετική. Οι γυναίκες φύτευαν στα δοχεία σπόρους ταχείας ανάπτυξης για τη γιορτή του Άδωνη. Τα φυτά αυτά μετά τη γρήγορη ανάπτυξη μαραίνονταν, γεγονός με το οποίο ήθελαν να συμβολίσουν τον πρόωρο θάνατο του νεαρού εραστή της θεάς Αφροδίτης. Έτσι το έθιμο ενώ αρχικά σήμαινε τον κύκλο αναπαραγωγής αντιπροσώπευε την ματαιοδοξία και τις πρόσκαιρες απολαύσεις της ζωής. (Ροιδης κ.α. 1999)

# ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

**ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΤΩΝ ΑΣΘΕΝΕΙΩΝ ΚΑΙ ΠΑΘΗΣΕΩΝ  
ΑΛΦΑΒΗΤΙΚΩΣ ΜΕ ΤΑ ΑΝΤΙΣΤΟΙΧΑ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΑ ΦΥΤΑ  
ΓΙΑ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ**

Α

- Άγγειοεπικοδομητικά : Ύντριστις, Άμαμέλις, Καλέντουλα
- Άγκυλωση : Μαλακτικά, Διαλυτικά
- Άγχος : Πασσιφλόρα
- Άδένων συστήματος ρύθμιση και καλύτε-  
ρευση λειτουργίας των : Ταραξάκο, Τσουκνίδα, Κενταύριο, Άχιλλαιία, Βα-  
τομουριά, Νεροκάρδαμο, Βαξίνιο.
- Άδένων παθήσεις : Ποδόφυλλο, Σμίλαξ
- Άδένων πρήξιμο : Κισσός, Μηνύαθος
- Άδυναμία βαρεία : Έλιά
- Άδυναμία μερική : Κανέλλα
- Άδυνάτισμα : Λουίζα, Άψιθιά (βλ. και  
Παχυσαρκία)
- Αερίων αποβολή : Μπαντιάνα, Νεπέτα,  
Άγγελική, Κύμινο, Μελίλωτος, Μά-  
λαθρο, Μαΐδανός, Λεβίστικο, Λεμόνι,  
Έρυθραιία, Κάρβι, Καρδάμωμο, Σέλι-  
νο, Άχιλλαιία, Θυμάρι, Δενδρολίβανο,  
Άνηθος, Βασιλικός, Μέντα
- Αεροφαγίας (κατά) : Τεύκριο
- Αιμαγωγία : Δενδρολίβανο.
- Αίματος άντισηπτικά : Μαΐδανός
- Αίματος αύξηση ρευστότητας : Άγριάδα,  
Κριθάρι
- Αίματος ένταση κυκλοφορίας : Τσουκνί-  
δα
- Αίματος ευεργετικά : Κρομμύδι, Τσου-  
κνίδα, Βερονίκη
- Αίματος καθαριστικά : Καρόττο, Κου-  
νουπίδι, Τριφύλλι, Ρούμεξ, Κάρδαμο,  
Ταραξάκο, Λεμόνι, Άρκευθος, Δεν-  
δρολίβανο, Άψιθιά, Λαππα, Άγγυνά-  
ρα, Καρπούζι, Σαμπούκος, Καρυδιά
- Αίματος κυκλοφορίας ευεργετικά : Μαι-  
δανός, Δενδρολίβανο, Μαντζουράνα,  
Μέντα.
- Αίματος πίεση — κατά — Βλέπε Πίεση  
αίματος ή Ύπερτάσεως — κατά —.
- Αιματοουρία : Άγριμόνιο, Κουμαριά.
- Αιμόπτυση : Ποδόφυλλο, Βίνκα, Κου-  
μαριά, Κυδώνι, Ίτιά, Άρνικα, Γαϊ-  
δουράγκαθο, Έκουίζετο, Ίπεκακουά-  
να, Σύμφυτο, Άμαμέλις.
- Αιμοπτύσεων άρραιωση : Φελλιάνδριο.
- Αιμορραγία : Πλανταγκο, Ποταντίλλα,  
Λαμιο, Έκουίζετο, Φραουλα, Σκολο-  
πενδριο, Καστανιά, Λουίζα.
- Αιμορραγία μύτης : Βλέπε Μύτης αιμορ-  
ραγία.
- Αιμορραγίας εγκεφαλικής άποτροπή : Κρό-  
των τίγκλιον.
- Αιμορραγία μήτρας : Κουμαριά, Λεμόνι,  
Ύντράστις.
- Αιμορροϊδες : Άμαμέλις, Μπελλαντόνα,  
Περόνι, Κυδώνι, Λεύκη, Βερμπάσκο,  
Σαμπούκος, Ίπποκαστανέα, Κρομμύ-  
δι, Φικάρια, Ρατάνια, Σκροφουλάρια,  
Ύντράστις, Μελιτζάνα, Άρνικα, Δεν-  
δρολίβανο, Νεπέτα, Χελιδώνιο.
- Αιμορροϊδες μήτρας : Σύμφυτο.
- Αίμοστατικά : Έκουίζετο, Ρατάνια, Σα-  
πωνάρια, Τσουκνίδα, Ύντράστις, Ά-  
μαμέλις, Ύπερικό, Πλάτανος, Κα-  
φέλλα.
- Αίμοστατικά μήτρας : Βαμβακιά, Άμα-  
μέλις.
- Αίμοσφαιρίων λευκών αύξηση : Μαντζου-  
ράνα (βλέπε εϊς Ρίγανη).
- Άκμή — κατά — : Καλέντουλα.
- Άκοής διατήρηση : Σατουρέϊα.
- Άκράτεια ούρων : Μπελλαντόνα, Ντα-  
τούρα, Γκλομπουλάρια.
- Άλατιού άποχή : Σέλινο.
- Άλάτων άρθρίτη έξουδετέρωση : Τίλια,  
Τσουκνίδα, Σέλινο.
- Άλάτων άφαίρεση : Λάχανο.
- Άλκοολισμού — κατά — : Πιπεριά.
- Άλωπεκία : Πιλόκαρπος (Ζαμποράντι),  
Παντζάρια.
- Άμηνόρροια : Γκαγιάκο, Θυμάρι, Φα-  
σκόμηλο.

- \*Αμηνόρροια νεανίδων : ΄Αψιθιά.
- \*Αμοιβάδες : ΄Αντράκλα, Μαϊδανός, Ρόδι, Σκόρδο.
- \*Αμυγδαλές : Βίνκα, Γεράνιο, ΄Υσωπος.
- \*Αναιμία : ΄Αψιθιά, Τριγωνέλλα, Σπανάκι, Τομάτες, Μήλα, Νεροκάρδαμο, Τσουκνίδα, Βατόμουρο.
- \*Αναισθητικά : ΄Υντράστις, ΄Ακορος, ΄Απήγανος, Βατόμουρο, Κώνειο.
- \*Αναμεταλλωτικά : ΄Εκουίζετο, Λινάρια, Σπειραία, Ταραζάκο, Σέλινο — Βλέπε και εις Καρόττο —.
- \*Αναλγητικά : Βέρατρο, Κολχικό, Μέντα (Μαντόλ).
- \*Αναλγητικά τοπικώς : Μέντα (Μαντόλ).
- \*Αναπνευστικού συστήματος καταπραϋντικά φλογώσεων : Μολόχα.
- \*Αναπνευστικού συστήματος παθήσεις : ΄Αμυγδαλιά, Λεβάντα, Λάχανο, Θυμάρι, Φελλάνδριο, Μπάμιες, ΄Αλθαία, Γλυκόρριζα, ΄Ινούλα, και εις Συμπλ. ΒΙ.
- \*Ανοσποής τονωτικά : Βασιλικός, Δενδρολίβανο, Δυόσμος.
- \*Ανάρρωση : Σαλέπι (βλ. ΄Ορχις).
- \*Αναφροδισιακά : Νυμφαία, Λυκίσκος.
- \*Ανεμοβλογιά : ΄Ανηθος.
- \*Ανησυχία : Φελλάνδριο.
- \*Ανθελμινθικά : ΄Αζα, ΄Αμυγδαλιά, ΄Αρνικα, ΄Εκβάλιο, (Πικραγγουριά), Τσέτεραχ, Λάχανο, Λεμόνι, ΄Ερυθραία, Θυμάρι, ΄Υσωπος, ΄Αντράκλα, ΄Αψιθιά, Λέονουρος, Τσενταούρεα, Εύώνυμος, Βερβερίς, Τρις, Ρήον.
- \*Άνθρακος (κατά) : Τριγωνέλλα, Τανάτσετο.
- \*Ανικανότης σεξουαλική : Τσουκνίδα, Μέλισσα.
- \*Ανορεξία : Λυκίσκος.
- \*Ανουρία τοξική : ΄Αγγυάρα, ΄Αρνικα.
- \*Αντιαλκοολικά : Πιπεριά.
- \*Αντιβιοτικά : Χιεράτσιο, Τροπαίοιο, Λεβίστικο, Κοχλεάρια, Πουλμονάρια.
- \*Αντιεμετικά : Μπελλαντόνα, Δυόσμος, Φλισκούνη, Μέντα (Μαντόλ), Καλέντουλα.
- \*Αντιδρωτικά φυματιώσεως : Φασκόμηλο.
- \*Αντινευραλγικά : Καρδαμίνη.
- \*Αντινευραλγικά έξωτερικώς : Κισσός.
- \*Αντινευρικά : ΄Αφιόνι, ΄Αχιλλαία.
- \*Αντιπεριοδικά : ΄Υντράστις.
- \*Αντιπυρετικά : Γκέο, Μηνύανθος, Μουριά, Μπετόνικα, Ποτεντίλλα, ΄Αμυγδαλιά, Κυδώνι, Λεμόνι, Λουίζα, Μαϊδανός, Μαρρούβιο, ΄Ερυθραία, ΄Ιπποκαστανέα, Καστανιά, Κράταιγος, Φυσαλίσ, Σέλινο, Τεύκριο, ΄Αψιθιά, ΄Ιτιά, Ραδίκι, Σκόρδο, Τανάτσετο, Μπετούλα.
- \*Αντιπυρετικά έλωδών πυρετών : Ευκάλυπτος, ΄Ιτιά.
- \*Αντιπυρετικά τυφοειδοϋς πυρετού : Θυμάρι.
- \*Αντιπυρετικά φλογώσεως λιθιάσεως και άρθριτισμού : Φράουλα.
- \*Αντισηπτικά : ΄Αρενάρια, ΄Αρνικα, Δενδρολίβανο, ΄Ασπερούλα, ΄Αψιθιά, Μέντα (Μαντόλ), Λουίζα, Σκόρδο, Θυμάρι, Λεβίστικο, ΄Αρκευθος, Βασιλικός, Μάλαθρο, ΄Εκουίζετο, Τίλια, Γκέο.
- \*Αντισηπτικά πνευμόνων : Εύκάλυπτος.
- \*Αντισηπτικά τσιμπημάτων έντόμων : Καλέντουλα.
- \*Αντισκορβουτικά : Λεμόνι, Πορτοκάλι, Τομάτα, Ναστούρτσιο, Βερβερίς, Καλέντουλα, Σέλινο, Σινάπι, Καρδαμίνη, Ταραζάκο, ΄Ακουϊλέγκια.
- \*Αντισπασμωδικά : Ντατούρα, Ρίγανη, Σαντολίνη, Τίλλια, ΄Υντράστις, Πορτοκαλιά, ΄Αγγελική, Γλυκάνισο, ΄Αζα, Βασιλικός, ΄Αμυγδαλιά, ΄Ασπερούλα, Δίκταμο, Βίσκο, Γάλιο, Δενδρολίβανο, Κυδώνι, Λουίζα, Λεμόνι, Λωτός, Μελίλωτος, Μέλισσα, Μέντα, Θυμάρι, Κρόκος, Χαμόμηλο, Τούγια, Βαλεριάνα, Λεβάντα, Βερμπενά, Κάλαμος, Κράταιγος, Νεπέτα, Πασιφιλόρα, Μαρρούβιο, Νυμφαία.
- \*Αντισπασμωδικά έντέρων : Θυμάρι.
- \*Αντισπασμωδικά κοιλιάς : Βασιλικός.
- \*Αντισπασμωδικά νεύρων : Βαλεριάνα.
- \*Αντισπασμωδικά χρόνιου πνευμονικού κατάρρου : ΄Ιπεκακουάνα Κομβαλλάρια, Καλέντουλα.
- \*Αντισπαστικά ρευματισμών : Τσουκνίδα.
- \*Αντισπαστικά Ισχιαλγίας : Τσουκνίδα.
- \*Αντισηπτικά : βλέπε ΄Απολυμαντικά.
- \*Αντισηπτικά αίματος : Μαϊδανός.
- \*Αντιφλογιστικά : ΄Αγρόπυρο, Σολιντάγκο, Ρύζι, Χαμόμηλο, Ποτήριο—Βλέπε και Καταπραϋντικά, Μαλακτικά —.

\*Αντιχοιραδικά : Πανσές (Βιόλα τριχρώμη).  
 \*Αποβολής έμβριου πρόληψη : Βιβούρνο.  
 \*Αποβολής έμβριου συντελεστικό : Μαϊδανός.  
 \*Απογαλακτισμός : (Βλέπε Γάλα).  
 \*Απολυμαντικά - Αντισηπτικά : Βαζίνιο, Χαμόμηλο, Σκόρδο, Άγριοτριαντάφυλλο, Σολιντάγκο, Μπιζέλια, Θυμάρι, Φασκόμηλο, Μαντζουράνα, (βλ. εις Ρίγανη), Μαϊδανός, Μέντα, Άμαμέλις.  
 \*Απολυμαντικά έξωτερικά : Έρίκη.  
 \*Απολυμαντικά σκωληκοκτόνα : Σαντολίνη.  
 \*Απόπνοια άσχημη — άναπνοής — : Μέλισσα.  
 \*Αποσμητικά : Θυμάρι, Λεβίστικο.  
 \*Αποσμηκτικά : Έκουίζετο.  
 \*Αποστημάτων διαλυτικά : Πατάτα, Πλάτανος, Δενδρολίβανο, Δυόσμος, Μαρούλι.  
 \*Αποστημάτων στήθους : Μαϊδανός.  
 \*Αποσυμφορητικά αίμορροϊδων : Πιπεριά, Άμαμέλις.  
 \*Αποσυμφορητικά άρτηριών : Λάχανο.  
 \*Αποσυμφορητικά κισρών : Άμαμέλις.  
 \*Αποτοξινωτικά : Κολοκυθάκια.  
 \*Αποφρακτικά : Σκολοπένδριο.  
 \*Αποχρεμπτικά : Μολόχα, Πολυτριχι, Άγγελική, Ναστούρτσιο, Χελιδάνιο, Νεπέτα, Μαντζουράνα, Άδιαντο, Γλυκάνισο, Λεύκη, Μαρρούβιο, Λομπέλια, Μάλαθρο, Ίπεκακουάνα, Ύσωπος, Φελλάνδριο, Ρίγανη, Τουσιλάγκο, Σκίλλα, Σκολοπένδριο, Σκόρδο, Ύντραστις, Φασκόμηλο, Άνηθος, Βασιλικός, Ύπερικό, Ίνούλα, Καρδαμίνη, Τρις.  
 \*Αρθριτικοί πόνοι : Σολανό ντουλκαμάρα, Δυόσμος, Άχιλλαία.  
 \*Αρθρίτις : Μπορράγκο, Τεύκριο, Ποδόφυλλο, Καρπούζι, Μπετούλα, Τσουκνίδα, Σκόρδο, Σέλινο, Πεπόνι, Πράσο, Μέλισσα, Πορτοκαλιά, Άρον, Γκαγιάκο, Έλιά, Θυμάρι, Ίποκεστανάνα, Φυσαλίσ, Χαμόμηλο, Πτελαία, Σαρόθαμνος, Τίλλια, Σμίλαξ, Καρότο, Μπάμιες.

\*Αρθρίτις άτονη : Έρυθραία, Κώνειο, Λάχανο.  
 \*Αρθρίτις όξεία : Κολχικό, Μπάμιες.  
 \*Αρθρώσεων δυσκαμψία από ρευματισμούς : Κισσός.  
 \*Αρθρώσεων δυσκαμψία : Πεύκο.  
 \*Αρθρώσεων πόνοι : Άρνικα, Μέλισσα, Άρκευθος.  
 \*Αρθρώσεων ρευματισμοί : Μαντζουράνα (βλ. εις Ρίγανη).  
 \*Αρτηριοσκληρώση : Άγγυνάρα, Βίσκο, Τίλια, Πράσο, Κρομμύδι, Σκόρδο.  
 \*Άσθμα (κατά) : Ρίγανη, Σκόρδο, Σμίλαξ, Τουσιλάγκο, Δαφνοκερασιά, Κρομμύδι, Μπελλαντόνα, Ντατούρα, Παριετάρια, Άγριμόνιο, Άρον, Βαλεριάνα, Γκαγιάκο, Γκριντέλλια, Δενδρολίβανο, Κώνειο, Λεβάντα, Λομπέλια, Μάλαθρο, Ίνούλα, Ίπεκακουάνα, Κοχλεάρια, Ύοσκύαμος, Ύσωπος, Φελλάνδριο, Μαϊδανός, Δελφίνιο, Λάχανο, Έφέδρα, Τουσιλάγκο.  
 \*Άσθμα ύγρό : Βρυονία, Μελιττίς.  
 \*Άτονία γενικώς : Άχιλλαία.  
 \*Άτονία πεπτικού συστήματος : Γλυκάνισο.  
 \*Άθηνία : Νυμφαία, Πασσιφλόρα, Άσπερούλα, Κράταιγος, Έρίκη, Άγριοτριαντάφυλλο, Δενδρολίβανο.  
 \*Άθηνία γρίπτης : Πασσιφλόρα.  
 \*Αυτιών βόμβος : Μέλισσα, Δάφνη.  
 \*Αυτιών καθαρισμός : Μαϊδανός.  
 \*Αυτιών πόνοι : Κρομμύδι, Μαϊδανός, Μέλισσα, Δενδρολίβανο, Λουίζα, Μαντζουράνα, Έκουίζετο.  
 \*Αυτιών ροή : Κομβάλλαρια.  
 \*Αυτοδηλητηρίαση : Θυμάρι.  
 \*Άφθες : Πολύγανο.  
 \*Άφροδισακά : Σέλινο, Κουκιά, Κανέλλα.  
 \*Άφωνία : Βαλεριάνα.  
 (Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1)  
 Β  
 Βακτηριοκτόνα : Θυμάρι, Κρομμύδι.  
 Βαλάνου δυνατός κνησμός : Σαλικάρια.  
 Βαλσαμώδη : Ύοσκύαμος, Λεύκη, Μελιττίς, Δενδρολίβανο.  
 Βαρυκαία : Κύμινο.  
 Βήχας : Πουλμονάρια, Τσέτεραχ, Σύμφυτο, Τουσιλάγκο, Ύσωπος, Φελλάνδριο, Φράξινος, Κυδώνι, Μαρούλι,

Μαρρούβιο, Μελίλωτος, Μέντα (Μαντόλ), Άδιάντο, Άλθαία, Άγριμόνιο, Άμυγδαλιά, Άρον, Μενεξές (βιόλα εύσμος), Γλυκόριζα, Καστανιά, Μολόχα, Μπορράγκο, Νυμφαία, Πεϋκο, Πορτοκαλιά, Θυμάρι, Βερμπάσκο, Πολυτρίχι, Άγγελική, Ταραξάκο, Ίνούλα, Έρική, Παριετάρια, Φραγκοστάφυλλο.

- Βήχας νευρικός : Δαφνοκερασιά.  
Βήχας ξηρός με φλόγωση : Όρχις.  
Βήχας σπασμωδικός : Κώνειο, Λαχανο, Λεβάντα, Ντατούρα, Παπαρούνα.  
Βήχας φυματιώσεως : Εύκάλυπτος, Ύντραστis.  
Βλέννας υπερβολική έκκρισις : Βερμπασκο.  
Βλεφάρων εξόγκωση : Κουκιά.  
Βλεφάρων κοκκινίλα : Κενταύριο.  
Βλεφάρων φλογώσεις : Άνηθος, Κενταύριο, (bleué), Εύφράζια, Βερμπενά.  
Βραχνάδα : Λάχανο, Μαϊδανός, Φασκόμηλο.  
Βρεφών σπασμοί : Βαλεριάνα.  
Βρογχίτις : Σπαράγγι, Σϋκο, Ύσωπος, Μαρούλι, Άζαρο, Μενεξές, Γλυκόριζα, Έλάτη, Εύκάλυπτος, Πιλόκαρπος, Ποδόφυλλο, Πολύγαλα, Δαφνοκερασιά, Κρομμύδι, Θυμάρι, Άγριμόνιο, Τουσιλάγκο, Λάχανο, Πολυτρίχι.  
Βρογχίτις χρόνια : Φελλάνδριο, Κουμαριά, Θυμάρι, Κριθάρι, Τεύκριο.  
Βρογχοκήλη : Πορτοκαλιά.  
Βυζικάντι : Σκόρδο, Δαφνοειδές, Θάψια, Κρότων τίγκλιον.  
( Βλέπε και Συμπλήρωμα ΒΙ )

### Γ

- Γάγγραινα : Ίτιά.  
Γάγγραινα πνευμονίας : Εύκάλυπτος.  
Γάγγραινα τραυματική : Λεμόνι.  
Γάλα — απογαλακτισμός — : Βίσκο, Καλάμι.  
Γάλα — διευκόλυνση ροής — : Μαϊδανός, Μάλαθρο.  
Γαλακτικού οξέος εξουδετέρωση : Σέλινο.  
Γαλακτοπαραγωγή : Γκαλέγκα, Βαμβακιά, Γλυκάνισο, Ρετινολαδιά, Καρόττο, Βερμπενά, Λεβίστικο, Βασιλικός, Άνηθος, Τριγωνέλλα.  
Γαλακτόρροια : Καννάβι.

- Γάλατος απόκομμα : Μέντα.  
Γαστραλγία : Κρόκος, Τίλλια.  
Γεννητικά άνδρων — πρήξιμο : Άπήγανος, Δαφνόφυλλα.  
Γέννας διευκόλυνση : Βατόμουρο.  
Γεννητικά γυναικών — πλύσεις : Καρυδιά.  
Γεννητικόν οργάνων γενικώς, πλύσεις : Άμαμέλις.  
Γεννητικόν οργάνων μόλυνση : Ύντραστis.  
Γεννητικόν οργάνων τόνωση : Θυμάρι.  
Γήρατος απομάκρυνση : Καλέντουλα, Μέλισσα.  
Γλαύκωμα — Μείωση οφθαλμικής πίεσεως — : Πιλόκαρπος.  
Γλώσσας παράλυση : Χαμόμηλο.  
Γρίπη : Δενδρολίβανο, Λεβάντα, Μαρούλι, Κρομμύδι, Τίλια, Σαμπούκος, Μέντα, Λεμόνι.  
Γρίπης αναρροινούντες : Τουσιλάγκο.  
( Βλέπε και Συμπλήρωμα ΒΙ )

### Δ

- Δαγκώματα δηλητηριώδη : Γεντιανή.  
Δέρμα «άγριο» : Καλέντουλα.  
Δέρμα γηρασμένο : Μάλαθρο.  
Δερματοπάθειες : Γκαλέγκα, Δίψακος, Φουντουκιά, Δυόσμος (βλ. εις Μέντα) Άλθαία, Μπετούλα.  
Δερματοπάθειες χρόνιες : Κοχλεάρια, Άλόη, Ταραξάκο.  
Δέρματος άντιερεθιστικά : Μάλαθρο.  
Δέρματος εύεργετικά : Άγγούρι, Μέλισσα, Σαμπούκος, Σαροθάμνος, Άγριμόνιο, Μαϊδανός.  
Δέρματος άτροφία : Έκουίζετο, Τομάτα, Λάχανο, Άχιλλαία, Δενδρολίβανο, Φασκόμηλο, Τσουκνίδα, Πατάτα.  
Δέρματος καθαριστικά : Λεβίστικο, Νυμφαία.  
Δέρματος λευκαντικά : Λεμόνι.  
Δέρματος λιπαρότης : Άχιλλαία.  
Δέρματος πρηξίματα : Ταραξάκο.  
Δηλητηριάσεων (κατά) : Έλιά (μηχανικώς) Μέντα (Μαντόλ).  
Διαβήτης : Άψιθιά, Κοχλεάρια, Σέλινο, Βατόριζα, Καρόττο, Ταραξάκο, Καμπούζι (άντι κοινή ζάχαρη).  
Διαβήτης άρχόμενος : Άχιλλαία.  
Διαβήτης — έλάττωση σακχάρου — : Ναστούρτσι, Σέλινο, Γεράνιο, Γκαλέγα.

γκα, Εύκαλυπτος, Καρυδιά.  
Διαβήτης νευρώδης : Βαλεριάνα.  
Διαλυτικά αλάτων : Τσουκνίδα.  
Διαλυτικά — άποφρακτικά άποστημάτων :  
Νεπέτα, Άγρόπυρο, Άρνικα, Άφιόνι,  
Άνηθος, Πατάτα.  
Διαλυτικά έμφράξεως ματιών : Κύμινο,  
Λίλιο, Μελίλωτος.  
Διαλυτικά έξωτερικά : Ύσωπος.  
Διανοητικής καταστάσεως εόεργετικά :  
Κενταύριο, Τσουκνίδα, Βατόμουρο  
(φύλλα), Άχιλλαία, Ταραξάκο.  
Διάρροια : Μουριά, Ποτεντίλλα, Έκουί-  
ζετο, Θυμάρι, Κράταιγος, Άγριμό-  
νιο, Άζαρο, Γεράνιο, Κουμαριά, Κυ-  
δώνι, Μαϊδανός, Φελλάνδριο, Φράου-  
λα, Λουίζα, Βατόμουρο, Ρύζι.  
Διάρροιας έντονης—Πρόκληση — Έκβά-  
λιο (Πικραγγουριά).  
Διάρροια τυφοειδοδς : Άρνικα.  
Διάρροιας πλύσεις : Βερμπάσκο.  
Διάρροια χρόνια : Γκέο, Άρνικα.  
Δύσπνοια : Καρποί Άρκεύθου, Λομπέ-  
λια.  
Διεγερτικά : Μαρρούβιο, Μέλισσα, Ύ-  
σωπος, Φασκόμηλο, Κουκιά, Άζαρο,  
Μπολντό, Πεύκο, Πιπεριά, Καρδάμω-  
μο, Άγγελική, Άχιλλαία, Ίνούλα,  
Μπετούλα.  
Διεγερτικά νευρικού συστήματος : Τλεξ.  
Διεγερτικά στομάχου : Άλόη.  
Διουρητικά : Άγγυάρα, Καρόττο, Λε-  
βίστικο, Σπανάκι, Όνωνίς, Καννάβι,  
Καρπούζι, Σπάρτιο, Σαξίφραγκα, Ύ-  
περικό, Τσέτεραχ, Πεπόνι, Κονβαλ-  
λάρια, Σέλινο, Κολοκυθάκια, Ταρα-  
ξάκο, Έρνιάρια, Κάρδαμο, Άγριο-  
τριαντάφυλλο, Άγγούρι, Ροϋμεξ, Κο-  
χλεάρια, Άρκευθος, Σαμπούκος, Ά-  
βρωνία, Σαροθάμνος, Άκουιλέγκια,  
Άνηθος, Σολανό, ντουλκαμάρα, Μά-  
λαθρο, Φυσαλίς, Χαμόμηλο, Χελιδά-  
νιο, Χιεράτσιο, Άντράκλα, Κόνειο,  
Λάππα, Λεβάντα, Λεύκη, Λινάρι, Φου-  
μάρια, Βερμπάσκο, Γλυκάνισο, Βασι-  
λικός, Κουμαριά, Κύμινο, Μαϊδανός,  
Άσπερούλα, Άχιλλαία, Δίψακος, Βι-  
βούρνο, Βρωνία, Γάλιο, Γλυκόρριζα,  
Άγρόπυρο, Άδωνις, Άμυγδαλιά, Ά-  
ραβόσιτος, Άρενάρια, Μερκουριά-

λις, Παριετάρια, Ντιτζιτάλις, Μπορ-  
ράγκο, Πεύκο, Πλαντάγκο, Κρομμύδι,  
Έκουίζετο, Έλάτη, Έρίκη, Έρύγγιο,  
Τούγια, Άπιθιά, Ίρις, Μελτζάνα, Πο-  
τήριο, Βρώμη, Τεύκριο, Σμίλαξ, Βε-  
ρόνικα, Γκαγιάκο, Φελάνδριο, Πο-  
λύγαλα, Σκολοπένδριο, Λυκίσκος, Ά-  
ζαρο, Μπετούλα, Χελιδώνιο, Σκίλλα,  
Κρόκος, Κενταύριο.  
Διουρητικά άρθρίτη : Βέρατρο.  
Διουρητικά έντονα : Όνωνίς.  
Διφθερίτις : Λεμόνι.  
Δίψα — κατά — : Άγγούρι, Βαλεριάνα,  
Λεμόνι.  
Δοθιήνες : Κρομμύδι, Σαμπούκος, Βερ-  
μπάσκο, Λάχανο.  
Δόντια χαλαρά : Μηνύανθος.  
Δοντιών σκόνη : Γλυκάνισο.  
Δοντιών πόνοι : Μουριά, Μέλισσα, Κολ-  
χικό, Λεβάντα.  
Δροσιστικά : Άγγούρι, Λεμόνι, Μουριά,  
Κολοκύθα, Κριθάρι, Άγρόπυρο, Φρά-  
ουλα, Παντζάρια, Πράσο, Παριετάρια,  
Ίτιά, Σέλινο.  
Δυναμωτικά : Μπιζέλια, Φασόλια, Σπα-  
νάκι, Λεβάντα, Θυμάρι, Πιττόσπορο,  
Φασκόμηλο.  
Δυναμωτικά φυματικών : Φασόλια.  
Δυσεντερία : Νυμφαία, Όρχις, Ποτεν-  
τίλλα, Βερβερίς, Καστανιά, Ίτιά, Άλ-  
θαία, Γαϊδουράγκαθο, Δενδρολίβανο,  
Ύπερικό, Βρωνία.  
Δυσεντερία όξεϊα : Ίπεκακουάνα.  
Δυσεντερίας πόνοι : Μέλισσα.  
Δυσκοιλίότης : Μπελλαντόνα, Πορτο-  
καλιά, Ρήο, Τομάτα, Πεπόνι.  
Δυσκοιλίότης από κακή λειτουργία σικο-  
πιού : Κουσκούτα,  
Δυσκοιλίότης σπασμωδική : Έλιά.  
Δυσμηνόρροια : Άμυγδαλιά, Γκαγιάκο,  
Φασκόμηλο, Χαμόμηλο, Σενέτσιο,  
Μέντα.  
Δυσμηνόρροια όδονηρή : Βιβούρνο.  
Δυσουρία : Άραβόσιτος, Άρενάρια.  
Δυσπεψία : Τεύκριο, Ροϋμεξ, Μπαντιά-  
να, Νεπέτα, Ρήο, Παπάγια, Έρυθραία,  
Εύκαλυπτος, Κνίκος, Κριθάρι (βύ-  
νη) Θυμάρι, Άγριμόνιο, Άκορος, Κυ-  
δώνι, Λυκίσκος, Ύσωπος, Δενδρολί-  
βανο, Κάρβι, Φουμάρια, Άγγελική.

Δυσπεψία άτονη : Πιπεριά, Ίνούλα, Ά-  
λόη, Δάφνη.

Δύσπνοια : Λομπέλια.

Δύσπνοια άλλεργική ή νευρική : Δελφί-  
νιο.

Δύσπνοια από βρογχίτη και άρτηριοσκλη-  
ρωση : Γκριντέλλια.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## Ε

Έγκαύματα : Δαφνοκερασιά, Μελτζά-  
να, Άβρωνία, Στύφνο, Σύμφυτο, Κυ-  
νόγλωσσο, Λάχανο, Λίλιο, Άμυδα-  
λιά, Βερμπάσκο, Κρομμύδι, Σαμπού-  
κος, Καρόττο, Κολοκύθα, Πλάτανος,  
Λάχανο, Μαρούλι.

Έγκαύματα ήλιου : Ποτεντίλλα.

Έγκεφάλου οίεγερση (ύπερ) : Μαϊδανός.

Έγκεφαλικές παθήσεις : Ύοσκύαμος, Ά-  
λόη.

Έδρας σχισμές : Ρατάνια, Μπελλαντόνα,  
Ύντράστις.

Έκζεμα : Πτελασία, Σαλικάρια, Άμυδα-  
λιά, Πανσές, Σαμπούκος, Ρούμεξ, Ύν-  
τράστις, Σολανό ντουλκαμάρα, Λά-  
χανο, Δελφίνιο, Καλέντουλα.

Έκζεμα ξηρό : Άμυδαλιά (λάδι).

Έκζεμα χειρών : Κυδώνι, Λινάρι.

Έκχυμώσεις : Ύσωπος, Μαϊδανός, Βίν-  
κα, Γλυκάνισο, Άρνικα.

Έλκη : Στύφνο, Κυδώνι, Νεπέτα, Πο-  
τεντίλλα, Δυόσμος, Λαγοτσιμιθιά, Μαϊ-  
δανός, Πατάτα, Άμαμέλις, Γλυκόρριζα

Έλκη — Άντικατάσταση περιουδ : Τρο-  
παίοιο.

Έλκη άτονα : Έρυθραία, Θυμάρι, Κνί-  
κος, Άψιθιά, Ίτιά.

Έλκη γαγγραινώδη : Κνίκος.

Έλκη δωδεκαδακτύλου : Σύμφυτο, Λάχανο

Έλκη καρκινώδη : Κνίκος.

(εις χιμους)

Έλκη κοιλιάς : Σύμφυτο.

Έλκη χοιραδικά : Έλάτη.

Έλκων έξωτερικών άποσμηκτικά : Σέλινο,  
Δελφίνιο.

Έλκων καταπραυντικά : (ώρισμένων) :  
Σκόρδο.

Έλκων πόνοι : Άμυδαλιά.

Έλκώσεις : Σαλικάρια, Σκαμπιόζα, Ύν-  
τράστις, Ρούμεξ.

Έλκώσεις άτονες : Νήριο, Ίτιά.

Έλκώσεις βαρειάς μορφής : Λεμόνι.

Έλκώσεις σκορβουτικές : Ναστούρτσιο.

Έλκώσεις στόματος, στήθους : Ποτεν-  
τίλλα.

Έμετικά : Άζαρο, Λομπέλια, Μενεξές,  
Βρυωνία, Βέρατρο, Πανσές, Ίπεκα-  
κουάνα, Κομβαλλάρια, Εύώνυμος, Τ-  
ρις.

Έμετοκοθαρτικά : Σαμπούκος, Ίρις, Κομ-  
βαλλάρια.

Έμετοί χρόνιοι : Κυδώνι.

Έμετός νευρικός : Τίλια.

Έμετών (κατά) : (Βλέπε και Άντιεμετι-  
κά) : Άγριμόνιο, Δαφνοκερασιά, Φλι-  
σκούνι.

Έμμηναγωγά : Ύσωπος, Ρετσινολαδιά,  
Τανάτσετο, Ρίγανη, Σαντολίνα, Κύ-  
μινο, Λεβίστικο, Μελιττίς, Μαϊδα-  
νός, Μάλαθρο, Άγγελική, Δενδρολί-  
βανο, Άζα, Άλόη, Δίκταμνο, Έκβάλιο,  
Γλυκάνισο, Άψιθιά, Βαμβακιά, Ίνού-  
λα, Καλέντουλα, Κρομμύδι, Κρόκος,  
Μηνύανθος, Τούγια, Πιττόσπορο, Ύ-  
περικό, Έρυθραία, Άνηθος, Ίνούλα.

Έμμηνόπαισις : Κράταιγος, Πασσιφλόρα.

Έμμηνόρροια οδυνηρή : Έρυθραία.

Έμμηνόρροιας ρυθμιστικά : Φασκόμηλο,  
Μαϊδανός, Άχιλλαία, Καφέλλα.

Έμφράξεις : Λεύκη.

Έμφράξεις σπλάγγων : Σμίλαξ.

Έμφύσημα (κατά) : Κρομμύδι :

Έντερίτιδες : Βαξίνιο, Άγριοτριαντά-  
φυλλο, Δάφνη.

Έντερων ζυμώσεις : Άχιλλαία.

Έντερων μαλακτικά : Κενταύριο (bleué)

Έντερων νευραλγία : Μαρούλι.

Έντερων τονωτικά : Ίτιά.

Έντερων ώφέλεια : Ραδίκι, Καρόττο.

Έξαμβλωτικά : Άπήγανος.

Έξανθήματα : Σμίλαξ, Μαϊδανός, Τσου-  
κνίδα, Βερμπάσκο, Πατάτα, Τανάτσετο.

Έξάρθρωση : Τανάτσετο.

Έπιληψία : Ύοσκύαμος, Βαλεριάνα,  
Μπελλαντόνα, Μαντζουράνα, (βλέ-  
πε εις Ρίγανη) Πλαντάγκο.

Έπιληψίας άντισπασμωδικά : Κομβάλ-  
λάρια.

Έπιπεφυκίτις : Μελίλωτος, Κυδώνι, Γλυ-  
κόρριζα.

Έπουλωτικά :— Σολιντάγκο, Άχιλλαία,  
Μέλισσα, Άβρωνία, Λεύκη, Λινάρι,



Μελίλωτος, Βερμπενά, Σανίκουλα,  
Ύπερικό, Λύθρα, Λεβίστικο, Άρνικα.  
Έπουλωτικά παθήσεων ούρογεννητικού:  
Παριετέρια.

Έπουλωτικά πληγών: Άγριμόνιο, Άμ-  
πέλι, Άνηθος, Βερονίκη, Γεράνιο,  
Δενδρολίβανο, Δίκταμνο, Εδκάλυπτος,  
Ύπερικό.

Έρεθιστικά έπιφανείας: Φικάρια, Άζα-  
ρο, Έκβάλιο, Ίπεκακουάνα, Πιπεριά.

Έρπησ (κατά): Πανσές, Σολανό - ντουλ-  
καμάρα.

Έρπητος πόνοι: Σκροφουλάρια.

Έρύθημα δέρματος: Μελίλωτος, Άμυ-  
γδαλιά, Παπάγια.

Έρυθήματος πρόκληση έξωτερικώς: Ίπε-  
κακουάνα, Πιπεριά.

Έρυσίπελας: Κυδάνι, Σαμπούκος, Λά-  
χανο, Μαρούλι, Λεμόνι, Ύντρασπις,  
Καλέντουλα.

Εδκοιλία: Λάππα, Άλόη, Άρον, Δα-  
φνοειδές, Μενεξές, Βρυωνία, Γκρατιό-  
λα, Σαμπούκος, Κάσσια, Μελτζάνα.

Εδκοιλία δραστικά: Μερκουριάλις,

Εδκοιλιότητος — κατά — Καστανιά.

Εύλογιάς ούλαι: Λάχανο.

•Εφιδρωτικά: Σολανό - ντουλκαμάρα,  
Πουλμονάρια, Βασιλικός, Μέλισσα,  
Σαμπούκος, Κνίκος, Ώλεξ, Καλέντου-  
λα, Ίπεκακουάνα, Πορτοκαλιά, Πιλό-  
καρπος, Λουίζα, Μενεξές, Γκαλέγκα,  
Γκαγιάκο, Δίψακος, Γκλουπουλάρια,  
Ύσωπος, Πτελαία, Σίλυβο, Τίλια,  
Ρίγανη, Σαπωνάρια, Σκαμπιόζα, Μαϊ-  
δανός, Κώνειο, Λάππα, Λεύκη, Βερ-  
μπενά, Πιτιόσπορο, Άκουβλέγκια,  
Άστράγαλος.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## Z

Ζαλάδες: Μπελαντόνα, Δενδρολίβανο.

Ζεματίσματα: Ύπερικό.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## H

Ήλιοεγκάσματα: Σαμπούκος.

Ήμικρανία: Άκόνιτο, Μάλαθρο, Τίλια,  
Άγριμόνιο, Βαλεριάνα.

Ήμικρανία νευρική και ζαλάδες: Βασι-  
λικός.

Ήμικρανία χρονία: Ίπεκακουάνα, Κομ-  
βαλλάρια.

Ήπατος παθήσεις: Μπολντό, Φουμάρια,  
Άγγυνάρα.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## Θ

Θερμαντικά: Κανέλλα, Χαμόμηλο, Λε-  
βίστικο, Δενδρολίβανο.

Θερμοκρασία σώματος αύξησης: Μέντα  
(λάδι).

Θλάσεις, κατάγματα: Σύμφυτο.

Θρεπτικά: Φασόλια.

Θρομβώσεως - κατά - : Ύπερικό.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## I

Ίδρώτα αύξησης: Μέντα (λάδι).

Ίδρώτα - κατά - : Μπελλαντόνα.

Ίκτερος - κατά - : Μαρούλι, λεμόνι, Άγρι-  
μόνιο, Πουρνάρι, Καλέντουλα, Μαϊ-  
δανός, Σέλινο, Φυσάλις, Χελιδάνιο,  
Άγγυνάρα, Βερβερίς, Λεμόνι, Κα-  
ρόττο.

Ίκτερος ήπατίτιδος: Δενδρολίβανο, Ροϋ-  
μεξ.

Ίλαρά: Άνηθος.

Ίριδος αποκόλληση: Πιλόκαρπος.

Ίριδος διασταλτικά: Μπελλαντόνα, Σκο-  
πόλια.

Ίριδος παράλυση: Μπελλαντόνα.

Ίσχυαλγία: Άκόνιτο, Άζαρο, Γκλουπου-  
λάρια, Τίλια, Μέντα (Μαντόλ).

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## K

Καθαριστικά αίματος: Ταραξάκο, Λάππα,  
Άγγελική, Κάρδαμο, Καρπούζι, Άγ-  
γυνάρα, Καρόττο, Λεμόνι, Ροϋμεξ, Άρ-  
κευθος, Σαμπούκος, Καρυδιά, Δεν-  
δρολίβανο, Άψιθιά, Κουνουπίδι.

Καθαριστικά δέρματος: Ραδίκι, Μπετούλα,

Καθαρτικά: Μαρούβιο, Έρυθραία, Βερ-  
βερίς, Κενταύριο (βιευέ) Φουμάρια,  
Πανσές, Πτελαία, Παντζάρια, Άβρω-  
νία, Ράμνος, Σκροφουλάρια, Άζαρο,  
Ρετινολαδιά, Σολανό-ντουλκαμάρα,  
Ρομπίνια, Σινάπι, Σκαμπιόζα, Σαπ-  
ωνάρια, Άμυγδαλιά, Βέρατρο, Βερ-  
μπάσκο, Γκρατιόλα, Γκλουπουλάρια,  
Κολουτέα, Καρόττο, Μουριά, Ποδό-  
φυλλο, Ροϋμεξ, Εδώνυμος, Ταραξάκο.  
Κάσσια.

Καθαρτικά δραστικά: Ράμνος Πουρσιάνα,  
Ίπόμια.

**Καθαρτικά Ισχυρά:** Θάψια, Κρότων τίγκλιον, Καλέντουλα, Σπάρτιο, Μηνύανθος, Δαφνοειδές.  
**Καθαρτικά σκουλικών:** Ρετσινολαδιά, Λάππα, Λινάρι.  
**Κακοσμία μασχάλης και ποδιών:** 'Αμυγδάλων πικρών άλεύρι. (βλ. εις 'Αδυδαλιά) και αίθ. έλαιο.  
**Κακοσμία σώματος:** (εις 'Αμυδαλιά).  
**Καλόγυροι:** βλέπε Δοθιήνες.  
**Καλό για όλα:** βλέπε εις Γλυκόρριζα.  
**Κάλιοι:** Καρυδιά, Μαργαρίτες κίτρινες, Μολόχα, Λεμόνι, Σκόρδο.  
**Καούρα:** Βαλεριάνα.  
**Καρδιακά νοσήματα:** Στρόφαντος.  
**Καρδιάς εύεργετικά:** Πράσο, Δενδρολίβανο, Μέλισσα, Σκόρδο.  
**Καρδιάς μετριασμός παλμών:** Μαρούλι.  
**Καρδιάς παλμών κατευναστικά:** 'Αζαρο, Βέρατρο.  
**Καρδιάς παλμοί από υπερτροφία:** Σπαράγγι, Ντιτζιτάλις.  
**Καρδιάς πόνοι:** Τίλια, Σπάρτιο.  
**Καρδιάς τακτοποίηση παλμών:** Σπαράγγι, Πουλμονάρια, Γκριντέλλια.  
**Καρδιάς τονωτικά από ύδρωπικία:** Εκίλλα.  
**Καρδιάς υπερτροφία:** Ντιτζιτάλις.  
**Καρδιοαγγειακά:** 'Αδωνις.  
**Καρδιοτονωτικά:** Λυκίσκος, 'Αγγελική, Ντιτζιτάλις, Πορτοκαλιά, 'Αχιλλαία, 'Αγγυνάρα, Πιττόσπορο. Φυλίσκοι  
**Καρκινικές πληγές:** Δαφνοκερασιά.  
**Καρκινοπάθεια:** Σέλινο.  
**Καρκινοθεραπευτικά(ς):** Μαϊδανός, Καρότο, Νεροκάρδαμο, Τριφύλλι.  
**Καρκίνου κατευναστικά πόνων:** Γάλιο.  
**Καρκίνου προληπτικά:** Μαϊδανός, Καρόττο.  
**Καρκινωμάτων διαλυτικά:** Μενεξές.  
**Κασσίδα (κατά):** Λάππα.  
**Κατάγματα - θλάσεις:** Σύμφυτο.  
**Καταπραυντικά:** Τίλια, Στύφνο, Ζυθοβότανο, 'Αχιλλαία, Σπαράγγι, Μενεξές, Φελλάνδριο, Λομπέλια, Κυνόγλωσσο, Κυδώνι, Μελίλωτος, Μελιττίς, Μέλισσα, Κολοκύθα, Κρόκος, Σπανάκι, Λουίζα, 'Ανηθος, (βλέπε και 'Αντιφλογιστικά και Μαλακτικά).  
**Καταπραυντικά βρόγχων και ρινικής κοιλότητας:** Λουίζα.

**Καταπραυντικά νευρικών πόνων:** Σκόρδο  
**Καταπραυντικά νευρικού συστήματος:** Πασσιφλόρα.  
**Καταπραυντικά ρευματικών πόνων:** Σκόρδο.  
**Κατάπτωση γενική:** 'Ερίκη.  
**Καταρράκτης:** Μελίλωτος.  
**Κατάρρους:** 'Ανηθος, Ρίγανη, Σκολοπένδριο, Κουμαριά, Κανέλλα, 'Ακορος, Μενεξές, Βρυωνία, Σαμπούκος, Κολοκύθα, Κριθάρι, Φραγκοστάφυλλο, Μουριά, Νεπέτα, Πεύκο, Βαξίνιο, Μέντα.  
**Κατάρρους άναπνευστικών παθήσεων:** Μπάμιες.  
**Κατάρρους βρογχικός:** 'Ινούλα, Βερόνικα.  
**Κατάρρους επίμονος:** Σέκο.  
**Κατάρρους οξύς και χρόνιος:** 'Αρενάρια, 'Υπερικό.  
**Κατάρρους πνευμόνων:** 'Ινούλα, Κοχλεάρια, Μπάμιες, 'Αλθαία, Γκαγιάκο.  
**Κατάρρους ρινοβρογχικός:** Μπελλαντόνα.  
**Κατάρρους χρόνιος:** Θυμάρι.  
**Κατάρρους χρόνιος πνευμόνων:** Σολανό-ντουλκαμάρα, Μπάμιες.  
**Κατευναστικά:** Μαρούλι, 'Ασπερούλα, Νυμφαία, 'Αντράκλα.  
**Κατευναστικά νευρικού συστήματος:** Σκοπόλια.  
**Καχεξία:** 'Αγριμόνιο, Μελτζάνα.  
**Καχεξία από έλώδεις πυρετούς:** Σέλινο, Ροθμεξ.  
**Καψίματα:** 'Υπερικό, πατάτα, Μέντα.  
**Κεφαλαλγία:** Μέντα (Μαντόλ), Πορτοκαλιά.  
**Κήλη:** Ρετσινολαδιά, 'Ερνιάρια, Σύμφυτο.  
**Κιρσοί:** Καλέντουλα, 'Αμαμέλις.  
**Κιρσών έλκώσεις:** Σαλικάρια.  
**Κιτρινάδα:** 'Υπερικό, Μπετούλα.  
**Κνησμοί:** Στύφνο, 'Αγγυνάρα, Βερμπάσκο, Δελφίνιο.  
**Κοιλιάς άποφρακτικά:** 'Αγγυνάρα.  
**Κοιλιάς άτονία:** Μπαντιάνα.  
**Κοιλιάς κρίσεις από μαρασμό:** Πιλόκαρπος.  
**Κοιλιάς παθήσεις:** 'Αχιλλαία, 'Ανηθος.  
**Κοιλιάς φλογώσεις:** Λινάρι.  
**Κοκκινίλες δέρματος:** Ραδίκι.

**Κοκκύτης :** Γκριντέλλια, Δενδρολίβανο, Θυμάρι, Ίπεκακουάνα, Καστανιά, Κισσός, Σύκο, Κάνειο, Λεβάντα, Λομπέλια, Άζα, Άζαρο, Άρνικα, Βρυανία, Μπελλαντόνα, Δαφνοκερασιά, Σκόρδο.

**Κολικοί :** Μελίλωτος, Άγριμόνιο, Μπελλαντόνα, Άνηθος, Θυμάρι.

**Κολίτης :** Άντράκλα, Άχιλλαία, Κίστος  
**Κολπίτης :** Σαλικάρια.

**Κόπωση :** Τσουκνίδα.

**Κούραση πνευματική :** Δενδρολίβανο.

**Κόφωση χωρίς οργανική βλάβη :** Άκόνιτο, Κύμινο.

**Κοψίματα (κοπή) :** Μαϊδανός, Άμαμέλις.

**Κράμπα :** Καρόττο, Άνηθος, Φασκόμηλο.

**Κράμπα στομάχου :** Βερόνικα, Δεφνοκερασιά, Λεμόνι, Ίπεκακουάνα, Λομπέλια.

**Κρεατοελιές :** Σύκο, Ταραξάκο, Καλέντουλα, Χελιδάριο, Καρυδιά.

**Κρυολόγημα :** Βερμπάσκο, Σαμποθκος, Μέντα, Γλυκόρριζα, Έρική, Παριετάρια, Βαξίνιο, Φραγκοστάφυλο.

**Κρυολόγημα κατάρρους :** Άδιδαντο, Βασιλικός, Σαμποθκος, Φασκόμηλο,

Τίλια

**Κρυοπαγήματα :** Πουλμονάρια, Καρυδιά, Σέλινο.

**Κυκλοφορίας αίματος εδεργειακά :** Τίλια.

**Κυκλοφορίας αίματος ρύθμιση :** Άμυγδαλιά.

**Κυκλοφορίας αίματος τόνωση :** Μέντα, Τσουκνίδα.

**Κύστεως έρεθισμοί καταρροή :** Καννάβι, Κολοκύθα.

**Κύστεως καθαρισμός :** Μπετόνικα.

**Κύστεως πέτρες :** Τσουκνίδα.

**Κύστεως παθήσεις :** Γάλιο, Έλάτη, Νυμφαία, Τσουκνίδα, Έρνιάρια, Έρτίγκερον, Πεπόνι, Τσέτεραχ, Μπάμιες, Σολιντάγκο, Παριετάρια, Μέντα.

**Κύστεως παθήσεις χρόνιες :** Κουμαριά, Άραβόσιτος.

**Κύστεως φλόγωση :** Λεύκη, Λινάρι, Άγρόπυρο, Άρενάρια.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## Λ

**Λαγνείας κατευνασμός :** Μαρούλι.

**Λαιμοβ παθήσεις :** Βαξίνιο.

**Λαιμοβ πληγές :** Φραγκοστάφυλο, Φασκόμηλο.

**Λαιμοβ πόνοι :** Πράσο.

**Λαιμοβ φλόγωση :** Σύκο, Φασκόμηλο, Παριετάρια.

**Λαρυγγίτις :** Πιλόκαρπος, Λεβάντα, Μέντα, (Μαντόλ), Πράσο, Κρομμύδι, Βερμπάσκο, Σκόρδο.

**Λάρυγγος εδεργειακά :** Θυμάρι.

**Λάρυγγος φλόγωση :** Μέντα (Μαντόλ).

**Λειχήνες :** Λινάρι, Πουλμονάρια, Ραδίκι, Στύφνο, Φουμάρια, Βερμπάσκο, Καρυδιά, Πανσές, Χελιδάριο.

**Λευκαντικά :** Σαμποθκος, Τίλια, Λεμόνι.

**Λευκόρροιας — κατά — :** Άγριοτριαντάφυλλο, Θυμάρι, Κουμαριά, Λάμιο, Σκαμπιόζα, Τανάτσετο, Φασκόμηλο, Έλάτη, Εδκάλυπτος, Καρυδιά.

**Λευκόματος ελάττωση :** Πεντάνευρο.

**Λιθίαση :** Όνωις, Μελιττίς, Φυσάλις, Άραβόσιτος, Γάλιο, Πεπόνι, Πράσο, Σολιντάγκο, Κουκιά, Μαϊδανός, Σαξίφραγκα, Σέλινο.

**Λίθοι κύστεως :** Άρον, Τσουκνίδα, Κάρβι.

**Λίθοι νεφρών :** Ροθμεξ, Άγγυνάρα, Τσουκνίδα.

**Λιθοτριπτικά :** Κουμαριά.

**Λόξιγκας — κατά — :** Βαλεριάνα, Δύσμος.

**Λιποθυμία :** Παντζάρι, Λεμόνι, Δενδρολίβανο.

**Λουμπάγκο :** Τίλια, Θυμάρι, Έρτίγκερον, Πεδκο, Νεροκάρδαμο.

**Λυμφοατισμός :** Θυμάρι, Ταραξάκο.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## Μ

**Μαγουλάδες :** Κισσός, Μηνόανθος.

**Μακροζωία :** Άρκευθος, Πιττόσπορο, Σκόρδο, Φασκόμηλο, Καλέντουλα.

**Μαλακτικά :** Παντζάρια, Μερκουριάλις, Μολόχα, Άστράγαλος, Νυμφαία, Ρόζι, Παριετάρια, Παπαρούνα, Κυδάνι, Κυνόγλωσσο, Λίλιο, Λινάρι, Μαϊδανός, Πουλμονάρια, Πατάτα, Σόμφυτο,

Ρετινολαδιά, Τουσιλάγκο, Στύφνο, Φυσαλίσ, Βερμπάσκο, Καρόττο, Κριθάρι, Άλθαία, Άκανθος, Άμυγδαλιά, Μενεξές, Πλαντάγκο, Γλυκόρριζα, Μπάμιες, Σουμπούκος (Βλέπε και Καταπραϋντικά και Άντιφλογιστικά).

Μαλλιών τονωτικά — με ξέπλυμα —: Φασκόμηλο, Δενδρολίβανο, Τίλια, Μάλαθρο, Τσουκνίδα, Έκουίζετο, Άχιλλαία, Καρυδιά.

Μαλλιών εδεργητικές τροφές: Πατάτα, Πράσο, Καρόττο. Πολυτρίχι, Νεπέτα.

Μαστών έμφραξη: Σέλινο, Γεράνιο, Γλυκάνισο.

Μαστών σκασίματα: Κυδώνι, Πουλμονάρια, Ρατάνια, Σύμφυτο, Ύντράστις.

Ματιών καθαριστικά: Εϋφράζια.

Ματιών κριθαράκι: Τανάτσετο.

Ματιών ξεκούραση και εδεργητικά: Κενταύριο — βιευέ —, Άγγελική, Σαμπούκος, Εϋφράζια, Μάλαθρο, Έκουίζετο, Βερονίκη, Βερμπενά, Νεροκάρδαμο.

Ματιών πόνοι: Μάλαθρο.

Ματιών πρήξιμο: Ύσοκύαμος.

Ματιών τονωτικά: Εϋφράζια.

Ματιών φλόγωση: Εϋφράζια.

Μέθη: Λάχανο.

Μελαγχολία: Πασσιφλόρα.

Μετεωρισμός: (Κτηνιατρ.): Σκόρδο.

Μήτρας αιμορραγία: Γεράνιο, Άμαμέλις.

Μήτρας διάβρωση λαμβου: Ύντράστις.

Μήτρας διεγερση συσπάσεων: Βαμβακιά.

Μήτρας εδεργητικά: Βερμπάσκο.

Μήτρας καταπραϋντικά: Βιβούρνο, Μέντα.

Μήτρας παθήσεις: Εδκάλυπτος.

Μήτρας πτώση: Στυπτικά, τονωτικά.

Μήτρας τονωτικά: Κανέλλα.

Μητρίτις: Ρετινολαδιά, Λάχανο.

Μητρορραγίας αιμοστατικά: Άμαμέλις, Λάχανο.

Μνήμης τονωτικά: Φασκόμηλο, Εϋφράζια.

Μυρμηγκιές: Σύκο, Σύμφυτο, Ταραξάκο.

Μύτης αιμορραγία: Δάφνη, Μπετόνικα, Τσουκνίδα, Άμαμέλις.

Μύτης φλόγωση: Μέντα (Μαντόλ).

Μυών πόνοι: Άρνικα.

Μυών τόνωση: Έρίκη.

Μώλωπες — κατά —. Ποτεντίλλα, Σέλινο, Άμυγδαλιά, Άρνικα, Παντζάρι, Ύπερικό, Δίκταμνο.

(Βλέπε και Συμπλ. Β1.)

N

Ναρκωτικά: Δεντρολίβανο, Σκοπόλια, Στύφνο.

Ναρκωτικά έλαφρά: Νυμφαία, Κυνόγλωσσο, Κώνειο. Λεβάντα. Λυκίσκος. Μαρούλι, Κρόκος.

Ναρκωτικά ψαριών: Βερμπάσκο.

Ναυτία: Μπελλαντόνα, Άμύγδαλα, Λεμόνι, Άλόη.

Νευραλγία: Ντατούρα, Πεϋκο, Άκόνιτο, Ύσοκύαμος, Κώνειο, Μέντα (Μαντόλ), Βερμπενά, Μαϊδανός, Λάχανο.

Νευραλγία γλώσσας: Δελφίνιο.

Νευραλγία εξωτερική: Βέρατρο, Κρότων τίγκλιον.

Νευραλγία προσώπου: Λάχανο, Δελφίνιο.

Νύχια εδθραυστα: Έκουίζετο.

Νευρασθένεια: Πασσιφλόρα, Φασκόμηλο.

Νευρική κεφαλαλγία: Λουίζα.

Νευρικοί πόνοι: Λουίζα.

Νευρικοί σπασμοί μυών: Δαφνοκερασιά.

Νευρικός βήχας: Δαφνοκερασιά.

Νευρικού συστήματος καταπραϋντικά: Πασσιφλόρα, Σκοπόλια, Βαλεριάνα, Άρνικα, Άγριοτριαντάφυλλο.

Νευρικού συστήματος τονωτικά: Λεβάντα, Μαρούλι, Ύσωπος, Βρώμη.

Νεύρων παθήσεις: Δενδρολίβανο, Έρίκη, Μέλισσα, Γάλιο, Βερμπενά.

Νεύρων τονωτικά: Καρόττο, Λεβάντα, Σκόρδο.

Νεύρων χρόνιες παθήσεις: Κουμαριά, Καρόττο, Σέλινο, Μαρούλι, Κρομμύδι, Πράσο, Σπανάκι.

Νεύρωση: Άκόνιτο.

Νεύρωση στομάχου: Λεβάντα.

Νεφρίτις: Παριετάρια, Πεπόνι, Τσέτεραχ, Άλθαία, Τανάτσετο.

Νεφρίτις λευκοματική: Έκβάλιο, Πεπόνι.

Νεφρών καθαρισμός: Μπετόνικα.

Νεφρών λίθοι: (Βλέπε και Λιθίαση) Ροδέμεξ, Άγγυνάρα, Σέλινο.

Νεφρών παθήσεις: Νυμφαία, Άγγυνάρα,

Άγριμόνιο, Μενεξές, Πράσο, Λάχανο. Γκριντέλια, Λινάρι, Πράσο, Σολιντάγκο, Τσέτεραχ, Καννάβι.  
 Νεφρών πόνοι : Μπελλαντόνα, Άγριάδα, Άγρόπυρο, Άραβόσιτος, Άρενάρια, Μπετούλα.  
 Νεφρών τόνωση λειτουργίας : Άχιλλαία.  
 Ντελίριο τρέμενος : Νυμφαία, Σκοπόλια.  
 Νυμφομανία : Ντατούρα.  
 Νυχιών εδεργεταικά : Έκουίζετο.  
 ( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

≡

Ξεγδάσματα : Ύπερικό.  
 Ξεφλογιστικά : Άλθαία, Σέλινο ( βλέπε και Άντιφλογιστικά ).  
 Ξινίλες στομάχου : Κυδώνι, Μελίλωτος, Άγγελική, Πατάτα ( βλέπε και υπερχλωρυδρία ).  
 ( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

Ο

Όγκοι καλοήθεις : Μέλισσα.  
 Όδοντόπονοι : Άκόνιτο, Θυμάρι, Κολχικό, Μουριά, Ρίγανη, Δελφίνιο.  
 Όδοντόπονοι περισστέου : Σαμπούκος.  
 Όδοντοφυία : Κρόκος.  
 Οίδημα καρδιοπαθείας : Ντιτζιτάλις.  
 Οξέα ούρων : Μαϊδανός.  
 Οξύουροι : Σαντολίνη.  
 Οράσεως διατήρηση : Σατουρέτα.  
 Οράσεως τόνωση : Καρόττο, Άνηθος, Εδφράζια.  
 Οράσεως καθαριστικά : Μπετόνικα, Μάλαθρο.  
 Οργανισμού αντίσταση : Γεντιανή.  
 Ορεκτικά : Μάλαθρο, Άρκευθος, Τριγωνέλλα, Χαμόμηλο, Μηνύανθος, Πιπεριά, Κάρδαμο, Λεμόνι, Λωτός, Ραδίκι, Φουμάρια, Φελλάνδροιτο, Ρίμπες, Βερονίκη, Γεντιανή, Κοχλεάρια, Δίψακος, Έρικη, Έρυθραία, Κνίκος, Άχιλλαία, Δάφνη, Μαϊδανός, Μαντζουράνα ( βλέπε εις Ρίγανη ) Άψιθιά, Άνηθος, Κάρδαμο, Πουρνάρι, Καστανιά, Μπετούλα.  
 Όρχεων έμφραξη : Κόμινιο.  
 Όρχεων πρήξιμο : Κουκιά.  
 Ούλιτις : Ρατάνια, Πορτοκαλιά.  
 Ούλων εδεργεταικά : Μηνύανθος.  
 Ούλων αίμορροή : Άμαμέλις.  
 Ούλων θεραπεία : Καλέντουλα.

Ούλων στερέωση : Κοχλεάρια, Λεβάντα.  
 Ούλων τόνωση : Πολύγωνο, Ποτεντίλλα, Λεμόνι.  
 Ούλων φλεγμονή κληγές : Κυδώνι, Σύκο.  
 Ούραιμία : Πιλόκαρπος.  
 Ούρηθρας παθήσεις : Ευκάλυπτος, πεπόνι.  
 Ούρηθρας φλόγωση : Κολοκύθα.  
 Ούρικού όξεος έξουδετέρωση : Τίλια, Σέλινο, Τσουκνίδα.  
 Ούρογεννητικού άπολύμανση : Τούγια.  
 Ούρογεννητικού παθήσεις : Ναστούρτσιο, Παριετάρια.  
 Ούρογεννητικού φλόγωση : Ροδιά, Ντατούρα.  
 Ούροδόχου κύστεως παθήσεις : Μπάμιες.  
 Ούρτικάρια : Άγγυνάρα.  
 Ούρων άκράτεια : Γάλιο, Έκουίζετο, Μπελλαντόνα.  
 Ούρων αύξηση : Έλιά, Μέντα ( λάδι ).  
 Ούρων κράτηση σπασμοδική : Πιλόκαρπος.  
 Όφθαλμίτις πυώδης : Μαϊδανός.  
 Όφθαλμών εδεργεταικά : Χελιδόνιο.  
 Όφθαλμών πλώσεις : Γεράνιο.  
 Όφθαλμών ροή : Κομβάλλαρια.  
 Όφθαλμών χρόνιας παθήσεις : Τριανταφυλλιά, Καστανιά.  
 ( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

Π

Παλμών καρδιάς έπιτάχυνση : Μέντα ( λάδι ).  
 Παλμών καρδιάς τακτοποίηση : Πουλμονάρια, Δαφνοκερασιά, Τανάτσετο.  
 Πανάδες προσώπου : Κάρδαμο.  
 Παραλύσεις : Άρνικα, Βαλεριάνα, Σκοπόλια, Τσουκνίδα, Δενδρολίβανο. Πιττόσπορο, Λάχανο. ( και Συμπλ. Β1. )  
 Παράλυση γλώσσας : Θυμάρι.  
 Παρασιτοκτόνα : Άνηθος, Λεβάντα, Μάλαθρο, Άγριοτριαντάφυλλο, Ίπιά, Άψιθιά.  
 Πάρικινσον : Ντατούρα.  
 Παχυσαρκίας — κατά — : Άμπέλι, Κομβάλλαρια, Ταραξάκο, Μπάμιες, Άνηθος, Άψιθιά, Βαλεριάνα, Λουίζα.  
 Πεπτικού συστημ. άτονία : Μπολοντό, Ναστούρτσιο.

Πεπτικού συστήματος άνωμαλία : Σολιντάγκο.  
 Περιτονίτις : Ρετσινολαδιά.  
 Πέτρα κύστεως : Τσουκνίδα, Άρον, Κάρβι.  
 Πέτρα νεφρών : Τσουκνίδα.  
 Πέψεως τονωτικά : Άγγελική, Άρκευθος, Άσπερούλα, Θυμάρι, Ραδίκι, Τανάτσητο, Μπολντό, Ναστούρτσιο, Άρνικα, Ταραζάκο.  
 Πίση αίματος — κατά — : Μαϊδανός, Σκόρδο, Έλιά, Βίσκο, Τσουκνίδα, Σέλινο, Καφέλλα.  
 Πιπεριοθ άντικατάσταση : Τροπαίολο.  
 Πιτυρίδα : Παντζάρια, Δενδρολίβανο.  
 Πλευρίτις : Πιλόκαρπος, Άλθαία, Λάχανο, Γλυκόρριζα, Σκόρδο, Τουσιλάγκο, Άγγελική.  
 Πληγές : Βίνκα, Έλιά, Καλάμι, Καλέντουλα, Κοχλεάρια, Κυδώνι, Λεύκη, Λίλιο, Λινάρι, Λομπέλια, Ύσωπος, Δαφνοκερασιά, Καρυδιά, Λάππα, Τσουκνίδα, Τριγωνέλλα, Έρύγγιο, Μαϊδανός, Πατάτα, Άμαμέλις.  
 Πληγές άτονες : Κανέλλα.  
 Πληγές γαγγραινώδεις : Δενδρολίβανο, Δίκταμνο.  
 Πληγές πυορροούσες : Σκόρδο.  
 Πληγών έπούλωση : Νυμφαία, Πλανταγκο, Λύθρο, Άκουλέγκια, Μαντζουράνα (βλ. Ρίγανη).  
 Πληγών καθαρισμός : Μαϊδανός.  
 Πληθωρικότης : Κρομμύδι, Φράουλα.  
 Πνευματικές ένοχλήσεις : Νυμφαία.  
 Πνευματική ξεκούραση (Διανοητική) : Σέλινο.  
 Πνευμονία : Άζαρο, Δαφνοκερασιά, Μενεξές, Γλυκόρριζα, Τουσιλάγκο, Λομπέλια, Σκίλλα.  
 Πνευμονία όξεΐα : Σδκο, Ντιτζιτάλις, Δαφνοκερασιά.  
 Πνευμόνων καθαρισμός : Κρομμύδι.  
 Πνευμόνων κατάρρους : Άγριμόνιο, Άλθαία, Γλυκόρριζα, Σαμπούκος.  
 Πνευμόνων κατάρρους χρόνιος : Άγγελική, Άζα, Κοχλεάρια, Εδκάλυπτος, Δενδρολίβανο.  
 Πνευμονικές παθήσεις : Μαϊδανός.  
 Ποδιών επίδρωση — κατά — : Έκουίζετο.

Ποδιών κακοσμία : βλ. Πικραμύδαλα (εις Άμυδαλιά)  
 Ποδιών ξεκούραση : Καλέντουλα, Σινάπι, Λεμόνι.  
 Πολυουρίας — κατά — : Βαλεριάνα, Μπελλαντόνα.  
 Πονόδοντοι : Λεβάντα.  
 Πονοκέφαλοι νευρικοί : Δενδρολίβανο.  
 Πονοκέφαλος : Δυόσμος (βλέπε εις Μέντα), Λάχανο, Λεβάντα.  
 Πονοκέφαλος από κρυολόγημα : Θυμάρι, Μέντα.  
 Πονόλαιμος : Βατόμουρο, Κράταιγος, Ύσωπος.  
 Πόνων άνακουφιστικά : Ζυθοβότανο.  
 Πρηξίματα : Άγριμόνιο, Δενδρολίβανο, Καννάβι, Μελίλωτος, Στύφνο, Καρόττο.  
 Πριαπισμός : Ντατούρα, Λυκίσκος.  
 Προσώπου άνοιχτοί πόροι και δέρμα όχι καθαρό : Βλέπε εις Λεμόνι.  
 Προσώπου εύεργετικά : Φασκόμηλο, Τίλια, Μέντα.  
 Προσώπου φλεβίδια : Τουσιλάγκο.  
 Προσώπου φρεσκάρισμα : βλέπε εις Πατάτα.  
 Προσώπου χρώμα : Άνηθος, Δενδρολίβανο.  
 Προσώπου τονωτικά : Μέντα.  
 Πταρνιστικά : Ίπεκακουάνα, Κομβαλλάρια, Νήριο.  
 Πυρετοί άτακτοι : Χιεράτσιο.  
 Πυρετός : (βλέπε και Άντιπυρετικά) Γεντιανή, Γκλομπουλάρια, Έλιά, Ποτεντίλλα, Φασκόμηλο, Πιττόσπορο.  
 Πυρετοί διαλείποντες : Άκορος, Άρνικα, Βαλεριάνα, Βερβερίς, Εύκάλυπτος, Κνίκος, Σενέτσιο, Τανάτσητο, Μπετόνικα, Ύντράστις, Ρουμέξ, Άγγυνάρα, Καρυδιά.  
 Πυρετός έλώδης : Ύπερικό, Ίτιά.  
 Πυρετός έξανθηματικού : Κνίκος.  
 Πυρετός με φλόγωση : Βερβερίς.  
 Πυρετός τυφοειδής : Άρνικα.  
 Πυρετός τριήμερος : Κράταιγος.  
 Πυρωτικά : Φασκόμηλο.  
 (βλέπε και Συμπλήρωμα Β1)  
 Ρ  
 Ραχιτισμός : Ναστούρτσιο, Θυμάρι, Άγριμόνιο.  
 Ρευματικές παθήσεις : Πανσές, Πατάτα, Όνωρίς, Τσουκνίδα, Μπετούλα.

**Ρευματικοί πόνοι :** Βέρατρο, Δάφνη, Ντουλακάρα, Άχιλλαία, Μπετόνικα, Δυόσμος, Ίτιά, Σκόρδο.

**Ρευματισμοί τών άκρων :** Βερμπάσκο.

**Ρευματισμοί άρθρώσεων :** Δενδρολίβανο.

**Ρευματισμοί χρόνιοι :** Σαροθάμνος, Θυμάρι, Ίπποκαστανέα, Κολχικό, Κρότων τήγκλιον, Άγγυνάρα, Κανέλλα, Σπαράγγι, Τομάτα, Σέλινο.

**Ρευματισμοί επίμονοι :** Όνωνίς.

**Ρινική συμφόρηση :** Μαντζουράνα (βλ. εις Ρίγανη).

**Ρυτίδες — κατά — :** Τίλια, Μάλαθρο, Σαμπούκος.

(Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1)

Σ

**Σακχάρου ελάττωση :** Γεράνιο, Γκαλέγκα, Εδκάλυπτος, Καρυδιά, Ναστούρτσιο, Σέλινο.

**Σεξουαλική άνικανότης :** Τσουκνίδα.

**Σεξουαλικών έπιθυμιών ελάττωση :** Ζυθοβότανο.

**Σιαλογόνα :** Ναστούρτσιο.

**Σικοτιού εδεργετικά :** Άγριμόνιο, Καρόττο, Κάρδαμο, Κρομμύδι, Μαϊδανός, Άχιλλαία, Κοχλεάρια, Ραδίκι, Άγγυνάρα, Μαντζουράνα, Μαρούλι, Ταραξάκο, Έρυθραία, Ύπερικό, Σπάρτο, Μέντα, Σαντολίνη, Ροδιά, Τανάτσετο.

**Σικοτιού άνεπάρκεια :** Άγγυνάρα, Έρύγγιο.

**Σικοτιού έμφραξη :** Ποδόφυλλο.

**Σικοτιού κίρρωση :** Κρομμύδι.

**Σικοτιού πόνοι :** Έλιά, Μπελλαντόνα.

**Σικότι χονδρό :** Δενδρολίβανο, Ταραξάκο.

**Σκασίματα :** Πατάτα.

**Σκορβοθο :** (βλέπε και Άντισκορβοθικά), Έλάτη, Κριθάρι (βύνη), Σέλινο, Πιττόσπορο, Σινάπι, Φουμάρια, Λεμόνι, Λάχανο, Ναστούρτσιο, Πορτοκαλιά, Τεύκριο.

**Σκορβοθο στόματος :** Κοχλεάρια.

**Σκωληκοκτόνα :** Κρομμύδι, Σαντολίνη, Σκόρδο, Χηνοπόδιο, Τανάτσετο, Φουντουκιά, Τριαντάφυλλο, Λυκίσκος, Μουριά, Πατάγια, Άψιθιά, Ίτιά, Μέντα.

**Σπασμοί :** Ύοσκύαμος.

**Σπασμοί βρεφών :** Βαλεριάνα

**Σπασμοί νευρικοί τών μυών :** Δαφνοκερασιά, Δυόσμος (βλ. Μέντα).

**Σπειριών θεραπεία :** Ταραξάκο, Μαϊδανός, Μελτζάνα, Τομάτα.

**Σπερματορροια :** Μπελλαντόνα.

**Σπειριά :** Μελτζάνα, Τομάτα, Ταραξάκο.

**Σπλάγχχνων έμφραξη :** Σμίλαξ.

**Σπλήνα έξογκωμένη :** Ταραξάκο

**Σπλήνας εδεργετικά :** Άγριμόνιο, Τσέτερραχ, Σκίλλα.

**Σταφυλίτις :** Φασκόμηλο.

**Στειρότης — κατά — :** Γεράνιο.

**Στηθάγχη :** Άζα, Ρεπάνι, Άλθαία, Βατόμouro, Βερβερίς, Βίνκα Σαμπούκος, Σαπωνάρια, Φράουλα, Κυδώνι, Λεμόνι, Δαφνοκερασιά, Άρνικα.

**Στηθάγχη - έξωτερικώς - :** Παριετάρια, Πιλόκαρπος.

**Στηθικά άποστήματα :** Μαϊδανός.

**Στηθικά :** Καννάβι, Πουρνάρι, Τσέτερραχ.

**Στήθους έλκώσεις :** Μουριά.

**Στήθους έξογκώματα :** Κουκιά.

**Στήθους παθήσεις :** Βερβερίς, Γλυκόρριζα, Τριαντάφυλλο, Βερμπάσκο, Τσέτερραχ, Βρώμη.

**Στήθους πόνοι :** Πολύγωνο, Μαντζουράνα.

**Στήθους πρήξιμο :** Δυόσμος.

**Στήθους φλεγμονή :** Ταραξάκο.

**Στόματος παθήσεις :** Τριαντάφυλλο (άγριο)

**Στόματος φλόγωση :** Κυδώνι, Βερμπάσκο, Μαντζουράνα, (βλ. εις Ρίγανη).

**Στομαχικά :** Άρκευθος, Μέλισσα, Κολοκυθάκια, Μπανιάνα, Καρόττο, Πορτοκαλιά, Άκορος, Άψιθιά, Γκλομπουλάρια, Δενδρολίβανο, Καρδάμωμο, Μέντα, Καρυδιά, Κοριάνδρο, Χαμόμηλο, Κύμινο, Λεβίστικο, Λουίζα, Μαλαθρο, Καστανιά, Ταραξάκο, Πιττόσπορο, Βερμπενά, Σέλινο, Άλθαία, Γλυκόρριζα, Άνηθος, Γλυκάνισο, Κανέλλα Κάρβι, Γεντιανή, Λυκίσκος, Δάφνη, Φασκόμηλο.

**Στομάχου άτονία :** Βερονίκη, Κάρβι, Νεπέτα.

**Στομάχου κράμπα :** Χαμόμηλο.

**Στομάχου παράσιτα :** Βαλεριάνα.

**Στομάχου πόνοι :** Μπελλαντόνα.

**Στομάχου τονωτικά :** Ρίγανη, Σκόρδο.

Ύσωπος, Φασκόμηλο, Ίτιά, Σέλινο, Ταραξάκο.

Στραβολαΐμισμα : Ρίγανη, Θυμάρι.

Στραμπούληγμα : Άγριμόνιο, Ύσωπος.

Στυπτικά : Άμπέλι, Γκέο, Άσπερούλα, Βαξίνιο, Βατόμουρο, Βίνκα, Γάλιο, Θυμάρι, Κολουτέα, Ίπποκαστανέα, Καστανιά, Πτελαΐα, Τριαντάφυλλο, Ροδιά, Σαλικάρια Σκαμπιόζα, Σκολοπένδροιο, Κουμαριά, Λάμιο, Μελίλωτος, Πλαντάγκο. Πολύγωνο, Ποτεντίλλα, Ροϋμεξ Έκουΐζετο, Σανίκουλα.

Συμφόρηση τοπική : Φικάρια.

Συγκάματα : Άγριοτριαντάφυλλο.

Συμφορήσεις αιμορροΐδων : Πιπεριά.

Συμφορήσεις φλεβών : Άμαμέλις.

Συνάχι : Τριαντάφυλλο (Άγριο).

Σώματος κανονικού βάρους διατήρηση : Άχιλλαΐα, Βατομουριά, Τσουκνίδα, Ταραξάκο, Κενταύριο, Άνηθος.

Σώματος ύγεια : Τσουκνίδα.

(Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1)

#### Τ

Ταινοκτόνα : Μουριά, Νεφρόδιο, Ροδιά, Φουντουκιά.

Τονωτικά γεν. : Μηνόανθος, Βασιλικός, Μπαντιάνα, Λάμιο, Δίκταμνο, Λεμόνι, Άρκευθος, Λουΐζα, Λυκίσκος, Μελισσα, Μελιτίς, Μέντα, Πτελαΐα, Χαμόμηλο, Τριαντάφυλλο, Ροδιά, Σαπωνάρια, Σέλινο, Φουμάρια, Σινάπι, Σκροφουάρια, Σπανάκι, Τανάτσετο, Καλέντουλα, Κάρβι, Κρομμύδι, Γεντιανή, Δάφνη, Άγγελική, Άδωνις, Άκορος, Άρνικα, Άσπερούλα, Άχιλλαΐα, Γκριντέλλια, Γκέο, Βατόμουρο, Άμπέλι, Δενδρολίβανο, Τεύκριο, Ροϋμεξ, Λάχανο, Άγγυνάρα, Μαΐδανός, Σατουρέϊα, Άνηθος, Σαροθάμνος, Ίνούλα, Ίτιά, Λεόνουρος, Τσενταούρεα, Πολύγωνο, Ίρις, Άρνικα, Καστανιά, Ταραξάκο, Πουρνάρι, Μάλαθρο, Ποτήριο, Καρότο, Νεπέτα, Σέλινο, Έρυθραΐα, Μπετούλα.

Τονωτικά βρόγχων : Ίρις.

Τονωτικά δέρματος : Κανέλλα.

Τονωτικά έγκύων γυναικών : Τριγωνέλλα.

Τονωτικά έντέρων : Φασκόμηλο, Ίτιά.

Τονωτικά — έξωτερικώς — : Ύσωπος, Εϋκάλυπτος.

Τονωτικά Ιστών : Έκουΐζετο.

Τονωτικά καρδιάς : (βλ. Καρδιάς τονωτικά).

Τονωτικά κυκλοφορίας αίματος : Κανέλλα.

Τονωτικά νευρικού συστήματος : Βιβούρο.

Τονωτικά πεπτικού συστήματος : Κανέλλα, Άψιθιά.

Τονωτικά στομάχου : Άνηθος.

Τονωτικά εις ψυχικάς παθήσεις : Τριγωνέλλα.

Τονωτικό ισχυρό γενικό : Μαΐδανός.

Τραχείας φλόγωση : Μέντα (Μαντόλ).

Τρεμούλα : Ύοσκύαμος.

Τρεμούλα γεροντική : Σκοπόλια.

Τριχών ανάπτυξη : Δενδρολίβανο, Τίλια.

Τριχών πτώση : Βλ. εις Καρυδιά, Λεμόνι και Άχιλλαΐα.

Τσιμπήματα έντόμων : Μαΐδανός, Ύπερικό, Άμεμέλις, Λεμόνι, Κρομμύδι.

Τσιμπήματα μελισσών : Κρομμύδι, Σατουρέϊα.

Τυμπανίτις (κατά) : Βαλεριάνα.

Τυφοειδής πυρετός : Σκόρδο.

(Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1)

#### Υ

Ύδρωπικία : Σπάρτο, Ταραξάκο, Κομβάλλαρια, Θυμάρι, Άνηθος, Άγριμόνιο, Έκβάλιο, Βερβερίς, Μερκουριάλις, Ναστούρτσιο, Σαμπουκος, Κρότων τήγκλιον, Σαροθάμνος, Σέλινο, Φυσαλίς, Χελιδώνιο, Λεβίστικο, Μαΐδανός, Άγγυνάρα, Άλόη (ειδική περίπτωση Τσουκνίδα), Παριετάρια, Άψιθιά.

Ύπακτικά : Ραδίκι, Ράμνος, Σινάπι, Άλόη, Άραβόσιτος, Βερβερίς, Γλυκόριζα, Βερμπάσκο, Έλιά, Εϋάνυμος, Άγγούρι, Ταραξάκο, Σαμπουκος, Τανάτσετο.

Ύπερτάσεως — κατά — : Βίσκο, Σκόρδο, Έλιά, Μαΐδανός, Σέλινο, Τσουκνίδα, Κανέλλα.

Ύπερχλωροδρία : Μπελλαντόνα (βλέπε και Ξινίλις στομάχου).

Ύπνου βοηθητικά : Θυμάρι.



**Ύπνωτικά :** Τίλια (έλαφρώς), Μερκουριάλις, Άσπερούλα, Άφιόνι, Βαλεριάνα, Μπολντό, Ύοσκύαμος, Χελιδώνιο, Φελλάντριο, Φουμάρια, Μαρούλι, Καννάβι, Ζυθοβότανο.

**Ύπνωτικά αναρρώσεως :** Μελιττίς, Μαρούλι.

**Ύποχοντρία :** Τίλια.

**Ύστερία :** Τανάτσητο, Τίλια, Ύοσκύαμος, Χαμόμηλο, Πορτοκάλι, Άζα, Βαλεριάνα, Γάλιο, Δενδρολίβανο, Καννάβι, Κρόκος.

**Ύστερου απομάκρυνση :** Μέλισσα.  
( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

#### Φ

**Φαγούρα :** Σκροφουλάρια.

**Φακίδες :** Τίλια, Σαμπούκος.

**Φαλάκρα :** Κάρδαμο, Κρομμύδι, Νεπέτα.

**Φαρυγγίτις χρόνια :** Άγριμόνιο, Πράσο, Σκόρδο.

**Φθειρίαση :** Βέρατρο, Παντζάρια, Πιττόσκορο, Άκουιλέγκια.

**Φλεβών συμφόρηση :** Άμαμέλις.

**Φλεγμονώδεις παθήσεις :** Μενεξές.

**Φλογώσεις επιφανείας :** Σαμπούκος, Παριετάρια, Καλέντουλα.

**Φλογώσεις πεπτικού συστήματος :** Κολοκύθα.

**Φλύκταινες :** Καρυδιά.

**Φρενοβλάβεια :** Σκοπόλια.

**Φυματίωσης δυναμωτικά — :** Φασόλια.

**Φυματίωση :** Θυμάρι, Ευκάλυπτος, Σκόρδο.

**Φυματίωση πνευμόνων :** Παριετάρια, Σπαράγγι.

**Φωνής καθαριστικά :** Πράσο.  
( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

#### Χ

**Χειλέων σκασίμο :** Κυδώνι.

**Χεριών σκασίματα :** Άχιλλαία.

**Χιονίστρες :** Πουλμονάρια, Σέλινο, Τανάτσητο, Πατάτα.

**Χλώρωση :** Ρίγανη, Τανάτσητο, Δενδρολίβανο, Πουρνάρι, Ταραξάκο.

**Χοιράδες :** Ναστούρτσιο, Ποδόφυλλο, Λάμιο, Καρυδιά, Κοχλεάρια, Σκροφουλάρια, Χελιδώνιο, Τεύκριο, Πουρνάρι, Δενδρολίβανο.

**Χολαγωγά :** Ρομπίνια, Τίλια, Άγγυνάρα, Άλόη, Γάλιο, Εύώνυμος, Δενδρολίβανο, Καρόττο, Κουσκούτα, Ρήο.

**Χολαγωγά στη λιθίαση χολής :** Έλιά.

**Χοληστερίνης έλάττωση :** Άγγυνάρα, Λεμόνι, Ταραξάκο.

**Χοληδόχου κύστεως εδεργητικά :** Άχιλλαία.

**Χολής εδεργητικά :** Δυόσμος, Ταραξάκο, Μέντα.

**Χολής παθήσεις :** Φράουλα, Πεπόνι, Άγρόπυρο. ( και εις Συμπλ. Β1 )

**Χολοκυστίτις χρόνια :** Δενδρολίβανο, Κουκιά.

**Χολολιθίαση :** Ναστούρτσιο, Άγρόπυρο, Άντράκλα, Ταραξάκο, Σπάρτιο, Μαϊδανός, Πιττόσκορο, Μέντα, Σαπωνάρια.

**Χωνευτικά :** Άνηθος, Λεβίστικο, Άζα, Κοχλεάρια, Τίλια, Χαμόμηλο, Βερονίκη, Μαϊδανός, Κρομμύδι, Λυκίσκος, Πιπεριά, Βασιλικός, Πράσο, Σατουρέια, Λεβίστικο, Άψιθιά, Φασκόμηλο, Μπέτούλα.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

#### Ψ

**Ψειροκτόνο :** Δελφίνιο.

**Ψυχικής υπερδιεγέρσεως — κατά — :** Βαλεριάνα.

**Ψωρίαση :** Ροδμεξ, Ίνούλα, Θυμάρι, Φουμάρια, Καρπούζι, Δελφίνιο, Άκουιλέγκια.

**Ψαμμίαση :** Καρπούζι.

**Ψοθηκική φλόγωση :** Βιβοδρνο.

( Βλέπε και Συμπλήρωμα Β1 )

## ΛΕΞΙΛΟΓΙΟ

νεοελληνικό - αρχαιοελληνικό  
όνομα                    όνομα

### **A**

Αγκινάρα – κινάρα, κόναρος  
Αγγούρι – σικυός  
Αγριαγκινάρα – τραχέα  
Αμύγδαλο – αμυγδαλή  
Αρακάς – ώχρος  
Άνηθος – ανήτω  
Αχλάδι – άπιος, όγγνη  
Αμπελόπρασσά – γήτεια

### **B**

Βλίτα – βλίτον  
Βαλανίδια, βελανίδια – φηγός

### **Δ**

Δαμάσκηνα – κοκκύμηλα  
Δυόσμος – μίνθη

### **E**

Ελιές – ελάας

### **Z**

Ζυμαρικά – μαζίσκας

### **Θ**

Θυμάρι – θύμος, θύμων

### **K**

Κάρδαμο – κάρδωμον  
Κόλιανδρος – κορίαννος  
Κουκιά – κύαμοι  
Κούμαρα – μιμαίκυλα  
Κοκκινογούλια – τεύτλα  
Κρασί – οίνος  
Κρεμμύδια – κρόμμυα  
Κολοκύθια – κολοκύνθη, σικύα ινδική

## Λ

Λάπατο – λάπαθον

Λάχανο – λαχάνιον

Λούπινα – θέρμος

## Μ

Μάραθα – μάραθα

Μαρούλι – θρύδαξ

Μανιτάρια – μύκων, μύκαι

Μήλα – μήλα

Μολόχα – μαλάχη

Μούρα – μόροι

## Ξ

Ξύδι – όξος

Ξηροί καρποί – τρωγάλια

## Π

Παξιμάδι – δίπυρον, φυστή μάζα

Πεπόνι – πέπων

Πετιμέζι – σήραιον

Πληγούρι – χόνδρος

Πιπέρι – πέπερι

## Ρ

Ραπάνια – ραφανίδες

Ρεβίθια – ερέβινθος, ώχρος

Ρίγανη – ορίγανος

Ροδιά – ροιά

## Σ

Σέλινο – σέλινον

Σινάπι – νάπυ

Σκόρδο – σκόροδο

Σκορδαλιά – σκοροδάλη

Σουσάμι – σύσαμο

Σπαράγγια – ασφάραγκον

Σταφύλι – βότρυς

Σταφίδα – ασταφίδα

Σιμιγδάλι – σιμίδαλη

Σύκα – ισχάδες

## Τ

Τηγανίτες – εγκρίδες  
Τσουκνίδα – ακαλήφη  
Τριφύλλι – μηδική χλόη

**Φ**

Φακές – φακή  
Φασόλια – φάσηλοι

**Ψ**

Ψωμί – άρτος, μάζα, άλφита

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- 1- Ανώνυμος 2003, Σεμινάριο Νερό και Γεωπεριβάλλον σελ. 355
- 2- Ανώνυμος 2003, Σεμινάριο 2003 Ελικά και περιβάλλον σελ. 280
- 3-Αλεβιζόπουλος Γ., Πάγκου Μ, Παυλίδης Μ., Φιλιανός 1993, Εισαγωγή στο φάρμακο ΟΕΔΒ, σελ. 157
- 4-Βίσκου Ι. 2001, Σημειώσεις Μαθήματος Ανθοκομία – Καλλωπιστικά Φυτά σελ. 239
- 5-Δημητράκης Κ.Γ. 1998, Λαχανοκομία Αγρότυπος, σελ. 382
- 6-Εγκυκλοπαίδεια 1996, Η σύγχρονη Ιατρική εκδ. Φυκίρης τόμος 10, σελ. 155
- 7- Ευθυμιάδης Π. Μπιλάλης Δ., Φεγγερός Κ. και Γιάννου Γ. 1999, Εισαγωγή στη Γεωργική Παραγωγή ΟΕΔΒ , σελ. 500
- 8-Ηλιόπουλος Α. 2002, Σεμινάριο Τελειοφοίτων σελ. 50
- 9-Καραμπέτσος Τ. 1999, Ανατομία και Μορφολογία Φυτών , σελ. 340
- 10- Μανωλοπούλου Ε. 2002, Εργαστηριακές Ασκήσεις Μαθήματος Μετασυλλεκτικών Μετασυγκομιστικών Χειρισμών Φυτικών Προϊόντων Σελ150
- 11- Νικόπουλος Δ. 1999, Σημειώσεις από το μάθημα Ειδική Γεωργία Σελ 280
- 12-Περιοδικό Αρώματα τεύχος 17, σελ. 205
- 13-Περιοδικό Έκφραση 2002, Τεύχος 38, Ιανουάριος σελ. 80
- 14-Πετροπούλου Μ. 2001, Τα αρωματικά φαρμακευτικά φυτά στην Ελλάδα ΣΤΕΓ ΤΕΙ Καλαμάτας, σελ. 119
- 15-Προβατά Μ. 2003, Φυτικά σκευάσματα άνθεια σελ. 15
- 16-Ροΐδης Σεκλιζιώτης Σκοτίδα Α. 1999, Στοιχεία Αρχιτεκτονικής Τοπίου ΥΠΕΠΘ σελ. 317
- 17-Υφούλης Α. 1992, Φυτά Μεγάλης Καλλιέργειας III , ΟΕΔΒ, σελ.209
- 18-Υφούλης Α. 1986, Φυτική παραγωγή, Ίδρυμα Ευγενίδου . Σελ 185
- 19- Χριστοφιλόπουλος 2001, Ανθοκομία ΤΕΙ Καλαμάτας, σελ. 104

20-Madey R. 1999, Πλήρης Οδηγός για τα Βότανα Εκδ Ψύχαλος  
σελ.301

21- Fabre P. 2003, Hellas Η υγεία μέσω των φυτών σελ. 35

22- Fresh Line 2003, Φρέσκα Καλλυντικά σελ. 50

**ΟΙ ΕΚΤΥΠΩΣΕΙΣ ΕΙΝΑΙ ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΤΗΣ  
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗΣ VIATECH ΚΑΡΑΜΠΑΤΟΥ**