

# Leśne pożytki w kontekście prawnej ochrony roślin lasów liściastych

Ewa Referowska-Chodak

**Abstrakt.** W publikacji przedstawiono 36 gatunków leśnych roślin użytkowych, które są w Polsce objęte ochroną ścisłą lub częściową i występują głównie w lasach liściastych i mieszanych. Ich użyteczność wynika z walorów smakowych, leczniczych, ozdobnych, przydatności w codziennym życiu, a także z przypisywanych im magicznych właściwości. Część z tych zastosowań jest we współczesnych czasach już nieaktualna, jednak niektóre gatunki pozostały nadal ważnym źródłem surowców farmaceutycznych, spożywczych czy dekoracyjnych. Opisano m.in. takie gatunki, jak barwinek pospolity (*Vinca minor*), bluszcz pospolity (*Hedera helix*), bobrek trójlistkowy (*Menyanthes trifoliata*), ciemnyca biała (*Veratrum album*), cis pospolity (*Taxus baccata*), czosnek niedźwiedzi (*Allium ursinum*), kalina koralowa (*Viburnum opulus*), konwalia majowa (*Convallaria majalis*), kopytnik pospolity (*Asarum europaeum*), pierwiosnek lekarski (*Primula veris*), pokrzyk wilcza jagoda (*Atropa belladonna*) i przytulia wonna (*Galium odoratum*). Przedstawiono także rozmiar ich pozyskania ze stanowisk naturalnych w latach 2009–2012.

**Słowa kluczowe:** lasy liściaste, rośliny chronione, leśne pożytki, medycyna, estetyka, żywność, magia.

**Abstract. Forest benefits in the context of deciduous forests' plants law protection.** This paper presents 36 species of forest useful plants, which are in Poland under strict or partial protection in law and which are growing in deciduous or mixed forests. Their utility is the result of some gustatory, pharmaceutical or decorative values, use in quotidian life and arrogated magic properties. Some of these applications are actually out of date, but some species rested an important resource of pharmaceutical, comestible or decorative stocks. In this paper there are described species inter alia: *Vinca minor*, *Hedera helix*, *Menyanthes trifoliata*, *Veratrum album*, *Taxus baccata*, *Allium ursinum*, *Viburnum opulus*, *Convallaria maialis*, *Asarum europaeum*, *Primula veris*, *Atropa belladonna* and *Galium odoratum*. Some data about their collection from nature in years 2009-2012 is also presented.

**Key words:** deciduous forests, protected plants, forest benefits, medicine, aesthetics, food, magic.

## Wstęp

Z ochroną gatunkową roślin w Polsce mamy do czynienia już od pierwszej połowy XV w., kiedy król Władysław Jagiełło objął ochroną cis pospolity (*Taxus baccata*). Do dnia dzisiejszego

lista gatunków chronionych znacznie się wydłużyła (Rozporządzenie 2012), obejmując gatunki endemiczne, reliktowe, rzadkie, zagrożone, związane ze specyficznymi siedliskami i zbiorowiskami, o wartościach dekoracyjnych czy leczniczych.

Część z tych gatunków miała lub ma nadal praktyczne znaczenie dla człowieka, począwszy od wspomnianych już walorów leczniczych i dekoracyjnych, aż po walory konsumpcyjne, magiczne czy wykorzystywane w gospodarstwie domowym. Z uwagi na ich stopień zagrożenia, częstość występowania i użyteczność, objęto te rośliny ochroną gatunkową ścisłą lub częściową, w tym pierwszym przypadku znacznie ograniczającą możliwość ich użytkowania, a w tym ostatnim przypadku – zakładającą kontrolę wielkości ich pozyskania ze środowiska naturalnego (Ustawa 2004, Rozporządzenie 2012).

Niniejsza publikacja poświęcona jest użytkowym gatunkom roślin chronionych, będących zarówno pod ochroną ścisłą, jak i pod ochroną częściową, a spotykanych w Polsce w lasach liściastych oraz lasach mieszanych. Pracę przygotowano w oparciu o przegląd wybranej literatury, jak również oferty handlowej wybranych firm, głównie farmaceutycznych, wykorzystujących chronione gatunki roślin do wyrobu swoich produktów. Wykorzystano także informacje uzyskane z Generalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska (GDOŚ) odnośnie do wydanych pozwoleń na pozyskanie chronionych gatunków roślin i ich realizacji w latach 2009–2012 w całej Polsce (numer wniosku: DIŚ-ZPI.403.136.203) i analogiczne dane z Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Lublinie (numer pisma: WPN.070.8.2014.JR). Ze względu na fakt, że do dnia korekty artykułu nie uzyskano z GDOŚ potwierdzenia o kompletności przesłanych materiałów (na co wskazują dokładniejsze dane ze wspomnianej Regionalnej Dyrekcji Ochrony Środowiska w Lublinie) zastrzega się, że podane informacje należy traktować jako potwierdzone minimum ingerencji człowieka w stan naturalnych populacji chronionych gatunków roślin. W kilku przypadkach zweryfikowano dane, kontaktując się z pracownikami Regionalnych Dyrekcji Ochrony Środowiska w Olsztynie i Białymstoku. Przedstawione w publikacji gatunki roślin pogrupowano według ich użyteczności, a w opisie zaznaczono, w jakim zbiorowisku można dany gatunek spotkać i jakie było jego zastosowanie dawniej i/lub współcześnie.

## Gatunki o właściwościach leczniczych

Bobrek trójlistkowy *Menyanthes trifoliata* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2, Zał. 3). Poza wybranymi zbiorowiskami terenów otwartych, gatunek rośnie w olsie torfowcowym i rzadziej porzeczkowym (Witkowska-Żuk 2008, 2013) oraz w borealnej brzezinie bagiennej (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Roślina zawiera substancje trujące, jest wykorzystywana w farmacji (Witkowska-Żuk 2008, 2013) dzięki zawartości goryczy, garbników, kwasów organicznych i soli mineralnych w liściach (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007). Oddziałują one na takie procesy, jak przemiana materii oraz organy, jak żołądek, jelita, trzustkę, system nerwowy, wątrobę, pęcherzyk żółciowy i narządy krwiotwórcze (Schulz i Überhuber 1990). W ludowym lecznictwie napary lub odwary z bobrka stosowano w zaburzeniach trawienia, zaparciach, przy gorączce i w chorobach płuc. W czasach współczesnych wykorzystywany jest jako lek pobudzający wydzielanie soków trawiennych, poprawiający apetyt oraz jako środek uspokajający (Grochowski W. i Grochowski A. 1994), w tym towarzysząco przy kuracji antyalergicznnej (Schulz i Überhuber 1990). Napar m.in. z liści bobrka pomaga w leczeniu chorób wątroby i dróg żółciowych (Schulz i Überhuber 1990). Dopuszczony przez Rozporządzenie (2012) sposób pozyskania to ścinanie ziela ręcznymi narzędziami

(Rozporządzenie 2012 – Zał. 3). Przykładowe produkty zawierające liść bobrka to Krople Żołądkowe Forte Herbapolu Lublin ([www.herbapol.com.pl](http://www.herbapol.com.pl)), Nalewka Gorzka Herbapolu Kraków ([www.herbapol.krakow.pl](http://www.herbapol.krakow.pl)) oraz Ziola wzmagające trawienie Labofarmu (<http://sklep.labofarm.pl>) na niestrawności i brak łaknienia. Suszone liście bobrka trójlistkowego (na wyżej opisane dolegliwości) jest np. w ofercie sklepu RUNO z Hajnówki, pozyskującego ziele ze środowiska naturalnego ([www.sklepik.runobio.pl](http://www.sklepik.runobio.pl)). Jako gatunek użytkowy bobrek wymieniany jest także przez Grzywacza i Staniszewskiego (2003).

Ciemnżyca zielona *Veratrum lobelianum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Występuje głównie w Sudetach i Karpatach, m.in. w górnoreglowych świerczynach (Matuszkiewicz i in. red. 2012, Witkowska-Żuk 2013), na niżu – w łąkach olszowych i wilgotnych grądach (Witkowska-Żuk 2013). Jest rośliną trującą, wykorzystywaną w medycynie (Witkowska-Żuk 2013). Sproszkowany korzeń pobudza do kichania (Witkowska-Żuk 2008).

Obrazki alpejskie *Arum alpinum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek rośnie w niższych położeniach górskich – głównie w grądach niskich, rzadziej w żyznej buczynie lub lasach łąkowych. Zawiera substancje trujące, jest też rośliną leczniczą (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Obrazki plamiste *Arum maculatum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek rośnie w żyznych lasach liściastych, w cienistych i wilgotnych miejscach, na nielicznych stanowiskach w północno-zachodniej Polsce, szczególnie w grądzie subatlantyckim (Piękoś-Mirkowa i Mirek 2006, Matuszkiewicz i in. red. 2012). W przytaczanych w tekście pozycjach literatury dotyczących roślin rosnących w lasach nie wspomina się o tym gatunku (zapewne ze względu na potwierdzone występowanie tego gatunku tylko na nielicznych stanowiskach) i jego leczniczych właściwościach. Jednak w ofercie firmy Heel jest preparat homeopatyczny zawierający substancje z obrazków plamistych: Naso-Heel SNT, łagodzący objawy podrażnienia lub stanu zapalnego górnych dróg oddechowych – gardła, nosa ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)).

## Gatunki o walorach dekoracyjnych

Cebulica dwulistna *Scilla bifolia* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Cebulica rośnie w południowej części kraju (Witkowska-Żuk 2008, 2013), jest gatunkiem diagnostycznym środkowo- i wschodnioeuropejskich żyznych lasów liściastych (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Współtworzy aspekt wiosenny szczególnie w buczynach i łąkach. Często uprawiana jest w celach dekoracyjnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Kłokoczka południowa *Staphylea pinnata* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Krzew spotykany tylko w południowej części Polski, w żyznych lasach liściastych. Gatunek chętnie wykorzystywany do celów ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Kosaciec syberyjski *Iris sibirica* – ochrona ścisła, gatunek wymaga czynnej ochrony (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Kosaciec spotykany jest w lasach łąkowych i olsach, dokąd przechodzi z wilgotnych łąk trzęślicowych. Często wykorzystuje się jego egzemplarze uprawne do celów ozdobnych (Witkowska-Żuk 2013).

Parzydło leśne *Aruncus sylvestris*, *A. dioicus* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Na niżu spotykany jest wyłącznie w lasach liściastych (Witkowska-Żuk 2008, 2013), w górach – m.in. w jaworzynie karpackiej (Matuszkiewicz i in. red. 2012), a dodatkowo w strefach przejściowych między lasami a roślinnością otwartych terenów (Witkowska-Żuk 2008, 2013). Roślina trująca, często jest uprawiana w celach ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Pełnik europejski *Trollius europaeus* – ochrona ścisła, gatunek wymaga czynnej ochrony (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Pełnik spotykany jest najczęściej na wilgotnych śródleśnych polanach (Witkowska-Żuk 2008, 2013), w szczególności w świetlistej dąbrowie (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Roślina zawiera trujące substancje, jest często uprawiana jako bylina ozdobna (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Pióropusznik strusi *Matteucia struthiopteris* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Roślinę można spotkać w łągach olszowych (gwiazdnicowy, nadrzeczna olszyna górską), nad brzegami potoków, częściej na południu i północy Polski (Witkowska-Żuk 2008, 2013, Matuszkiewicz i in. red. 2012). Jest często wykorzystywana w uprawie do celów ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Śnieżyca wiosenna *Leucoium vernum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Roślina występuje głównie w Bieszczadach i Sudetach, w lasach łągowych (Witkowska-Żuk 2008, 2013), poza górami w łągach jesionowo-wiązowych (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Jest trująca, uprawiana w celach ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Śnieżyczka przebiśnieg *Galanthus nivalis* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek spotykany jest głównie w południowej Polsce, w świeżych i wilgotnych lasach liściastych (składnik ich wiosennego aspektu – Witkowska-Żuk 2008, 2013) oraz w łągach jesionowo-wiązowych (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Zawiera trujące substancje. Śnieżyczka jest często uprawiana jako gatunek dekoracyjny (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

## Gatunki o kilku zastosowaniach

### Medycyna i estetyka

Bluszcz pospolicie *Hedera helix* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2). Gatunek rośnie w głównej mierze w łągach, cieplejszych buczynach i łągach. Dla człowieka cała roślina wraz z owocami jest trująca (dla dzieci śmiertelnie), stanowi jednak surowiec farmaceutyczny (Witkowska-Żuk 2008, 2013), w postaci liści, łodyg i owoców. Zawierają one m.in. glikozydy, kwas jabłkowy i mrówkowy, pierwiastki śladowe (Alberts i Mullen 2002). Oddziałują na takie organy, jak narządy oddychania, wątrobę, pęcherzyk żółciowy, nerki, pęcherz moczowy oraz męskie i żeńskie narządy rozrodcze (Schulz i Überhuber 1990). Preparaty z bluszczu, zwiększające wydzielanie i działające lekko uspokajająco, stosowane są przeciw kaszlowi, krztuścowi i zapaleniu oskrzeli, a w homeopatii – na nadczynność tarczycy, w astmie oskrzelowej oraz na schorzenia pęcherzyka żółciowego (Alberts i Mullen 2002) – nalewka z bluszczu pomaga przy leczeniu kolki wątrobowej i kamieni żółciowych (Schulz i Überhuber 1990). Przykładowe współczesne produkty zawierające bluszcz to wykrztuśny syrop Hederasal i tabletki Hederoin Herbapolu Wrocław ([www.herbapol.pl](http://www.herbapol.pl)) oraz syrop wykrztuśny Hedelix firmy Krewel Meuselbach ([www.hedelix.pl](http://www.hedelix.pl)). Dodatkowo gatunek uprawiany jest w celach ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Miodownik melisowaty *Melittis melissophyllum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Roślina rośnie w żyznych lasach liściastych, jak np. świetlista dąbrowa (Zawadzka i Sławski 2007, Matuszkiewicz i in. red. 2012), a także np. w subborealnych borach mieszanych (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Ma właściwości lecznicze (Zawadzka i Sławski 2007), uprawiana jest także jako roślina ozdobna.

Naparstnica zwyczajna *Digitalis grandiflora* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Naparstnica rośnie w prześwietlonych miejscach lasów liściastych (dąbrowy, buczyny, las klonowo-lipowy), częściej w południowej części Polski (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), np. w podgórskiej kwaśnej dąbrowie, można ją spotkać także w subborealnym borze mieszanym (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Jest rośliną trującą, o właściwościach leczniczych (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), stosowaną jako lek nasercowy (Schulz i Überhuber 1990, Zawadzka i Sławski 2007), wzmacniający siłę i zmniejszający częstotliwość skurczów mięśnia sercowego (Grzywacz i Staniszewski 2003). Często uprawiana w celach ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Przylaszczka pospolita *Hepatica nobilis* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek spotykany jest żyznych lasach liściastych i borach mieszanym (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013, Matuszkiewicz i in. red. 2012). Roślina zawiera trujące substancje, ma właściwości lecznicze (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013). Egzemplarze uprawne hodowane są jako rośliny ozdobne (Zawadzka i Sławski 2007).

Wawrzynek wilczełyko *Daphne mezereum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Krzew występuje w lasach liściastych i mieszanym, na żyznych glebach (Grochowski W. i Grochowski A. 1994), m.in. w bagiennej olszynie górskiej, grądzie subatlantyckim, grądzie zboczowym, żyznej buczynie karpackiej (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Zawiera toksyczne związki: dafninę i mezerinę, powodujące zapalenie skóry, wysypki (Grochowski W. i Grochowski A. 1994). W medycynie ludowej był stosowany jako roślina lecznicza (Zawadzka i Sławski 2007). Przykładem współczesnego produktu leczniczego zawierającego wawrzynek wilczełyko, są tabletki Sulfur compositum-Heel firmy Heel, stosowane wspomagająco w łagodnych chorobach skóry, np. w wyprysku ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)). Kwitnące gałązki wawrzyńka są często bezprawnie oblamywane przez ludzi w celach dekoracyjnych (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007).

Wielosił błękitny *Polemonium coeruleum* – ochrona ścisła, gatunek wymaga czynnej ochrony (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Poza podmokłymi terenami otwartymi spotykany jest w olszowych lasach łęgowych. Jest rośliną leczniczą (Witkowska-Żuk 2008, 2013), uprawiana w celach ozdobnych (Witkowska-Żuk 2008).

## Medycyna i konsumpcja

Czosnek niedźwiedzi *Allium ursinum* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2). Wchodzi w skład roślinności wiosennej aspektu świeżych i wilgotnych lasów liściastych, głównie w południowej Polsce (Witkowska-Żuk 2008, 2013), m.in. w żyznej buczynie karpackiej i sudeckiej oraz – bardziej na północ – w żyznej buczynie niżowej (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Jest rośliną o właściwościach leczniczych (Witkowska-Żuk 2008, 2013), ma działanie bakteriobójcze, bakteriostatyczne, może także pomagać w leczeniu nadciśnienia (Grzywacz i Staniszewski 2003, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011) oraz chorób górnych dróg oddechowych, grypy, anginy, przeziębienia, ma działanie grzybobójcze, wspomaga trawienie (Grzywacz i Staniszewski 2003), wzmacnia układ immunologiczny, obniża poziom cukru, działa przeciwniażdżycowo, jednak ma słabsze działanie i wykorzystywany jest w znacznie mniejszym stopniu, niż „zwykły” czosnek (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Stosowany jest jako przyprawa (Schulz i Überhuber 1990, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), stanowi dodatek np. do serów korycińskich, nadając im delikatny czosnkowy posmak (obserwacje własne autorki

z targu w Augustowie, również w ofercie sklepów internetowych, np. EKO-MŁOCINY <http://eko-mlociny.pl>, [www.ser-korycinski.pl](http://www.ser-korycinski.pl)). Według Grzywacza i Staniszeńskiego (2003) młode liście czosnku są doskonałym dodatkiem do sałatek, zup, sosów i jarzyn.

Jarząb brekinia *Sorbus torminalis* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek spotykany w ciepłolubnych dąbrowach, buczynach i grądzie środkowoeuropejskim (Matuszkiewicz i in. red. 2012, Witkowska-Żuk 2013). Jego owoce – po przemrożeniu – są jadalne (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2013). Wykorzystuje się je w lecznictwie ludowym (Witkowska-Żuk 2013). Służą jako środek przeciw bieguncie (Witkowska-Żuk 2008). Jako gatunek użytkowy wymieniany jest także przez Grzywacza i Staniszeńskiego (2003).

Lulecznica krajińska *Scopolia carniolica* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek występuje głównie w górskich buczynach i lasach łągowych. Zawiera śmiertelnie trujące substancje (Witkowska-Żuk 2008, 2013), wywołuje przy zatruciu halucynacje, wymioty, napady szału, zaburzenia wzroku i mowy, paraliż, wreszcie uduszenie (Alberts i Mullen 2002). Suszone ziele palono jako tytoń, a korzeń gotowano na miękko i tarto na kleik, marynowano lub warzono w piwie (Alberts i Mullen 2002). Lulecznica jest jednocześnie rośliną leczniczą (Witkowska-Żuk 2008, 2013), w medycynie ludowej służy do leczenia chorób reumatycznych, bólu zębów, kolkii, jako środek nasenny dla dzieci oraz afrodyzjak (Alberts i Mullen 2002).

Porzeczka czarna *Ribes nigrum* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2, Zał. 3). Gatunek ten występuje w olsach, w tym porzeczkowych i lasach łągowych (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013, Matuszkiewicz i in. red. 2012). Jest wykorzystywany w farmacji (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), oddziałuje na przemianę materii, narządy oddychania, żołądek, jelita, trzustkę, nerki, pęcherz moczowy oraz narządy ruchu (Schulz i Überhuber 1990). Owoce stosuje się jako preparat witaminowy (bardzo duża zawartość witaminy C), przyspieszający przemianę materii, pobudzający apetyt i przeciwgorączkowy (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszeński 2003), a także przeciwwirusowy (Grzywacz i Staniszeński 2003), powstrzymujący krwawienie dziąseł, na wrzody żołądka i dwunastnicy (Schulz i Überhuber 1990). Kisiel z owoców (ale bez pestek) leczy biegunki, sok z owoców pity przed jedzeniem pomaga w leczeniu cukrzycy, a owoce w herbatce czy jako sok pomagają także w leczeniu reumatyzmu i artretyzmu (Schulz i Überhuber 1990). Preparaty z liści działają łagodnie moczopędnie, przeciwwzapalnie (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszeński 2003), wykorzystywane są także w niezbytch żołądka i jelit (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszeński 2003), w chorobie wrzodowej żołądka i dwunastnicy – niedokwaśności (Schulz i Überhuber 1990), chorobach reumatycznych (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszeński 2003) oraz w migrenie i dla poprawienia krążenia (Grzywacz i Staniszeński 2003). Porzeczka czarna uprawiana jest też jako krzew owocowy w celach spożywczych (Witkowska-Żuk 2008, 2013). Owoce zawierają duże ilości cukrów, kwasu cytrynowego i pektyn, wykorzystywane są do robienia przetworów (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszeński 2003, Zawadzka i Sławski 2007). Dopuszczony przez Rozporządzenie (2012) sposób pozyskania to ręczny zbiór liści (Rozporządzenie 2012 – Zał. 3). Przykładowy produkt leczniczy, zawierający liść porzeczki czarnej, to Herbarutin C, wspomagający naturalne procesy obronne organizmu, Herbaaurin „na zdrowy układ moczowy” Herbapolu Warszawa ([www.herbapol.waw.pl](http://www.herbapol.waw.pl)) oraz moczopędna i zwiększająca odporność Herbatka Nefrolfix i moczopędne kapsułki Nefrolcaps Herbapolu Kraków ([www.herbapol.krakow.pl](http://www.herbapol.krakow.pl)). Przykładowe produkty zawierające owoc czarnej porzeczki to Owocowa Apteka – Herbata żurawinowa Herbapolu Lublin ([www.herbapol.com.pl](http://www.herbapol.com.pl)), Herbatki: fix goździkowa,

owocowo-cynamonowa, owocowo-imbirowa, z czarnej porzeczki, z dzikiej róży, z owocem granatu, z żurawiną i owocem granatu, żurawinowa E, żurawinowa, owocowy sad, dla ucznia, królewska z liściem stevii, na skurcze, na wzrok, odporność z acerolą, poot (ograniczająca pocenie się i na ładną cerę), nefrolfix (moczopędna), pankrofix (na trawienie) i krople oczyszczające Herbapolu Kraków ([www.herbapol.krakow.pl](http://www.herbapol.krakow.pl)). Firma ta ma także w ofercie produkt spożywczy – syrop czarna porzeczka z witaminą C.

## Konsumpcja i estetyka

Jarzęb szwedzki *Sorbus intermedia* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). W Polsce występuje tylko na wydmach i morenach blisko Morza Bałtyckiego, w lasach liściastych i mieszanych. Ma jadalne słodkie owoce (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2013), a egzemplarze uprawne dodatkowo wykorzystywane są jako drzewa ozdobne (Witkowska-Żuk 2013). Jako gatunek użytkowy wymieniany jest także przez Grzywacza i Staniszewskiego (2003).

Wiciokrzew pomorski *Lonicera periclymenum* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). W Polsce występuje na Pobrzeżu Bałtyckim i Dolnym Śląsku, w lasach mieszanych i liściastych, szczególnie w kwaśnych dąbrowach i kwaśnym lesie brzoźowo-dębowym (Matuszkiewicz i in. red. 2012, Witkowska-Żuk 2013). Posiada jadalne kwiaty, jednak owoce są trujące (Witkowska-Żuk 2013). Gatunek uprawiany jest jako roślina ozdobna.

## Medycyna, estetyka i magia

Barwinek pospolity *Vinca minor* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2). Roślinę można spotkać w grądach (Witkowska-Żuk 2008, 2013, Matuszkiewicz i in. red. 2012) i buczynach (Witkowska-Żuk 2008, 2013). Jest chętnie uprawiana jako roślina ozdobna (Bremness 1991, Witkowska-Żuk 2008, 2013, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), w ogrodach, parkach i na cmentarzach. Regionalnie liśćmi barwinka przystraja się wielkanocne święconki (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), a wywar z jego ziela wykorzystywano do barwienia wielkanocnych pisanek (Witkowska-Żuk 2008, 2013). Roślina zawiera trujące substancje, które mają zastosowanie w lecznictwie (Witkowska-Żuk 2008, 2013, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Obniża ciśnienie krwi (Schulz i Überhuber 1990, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), pomaga przy zaburzeniach krążenia mózgowego (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), ogranicza nadmierne krwawienia (Bremness 1991, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), a w okulistyce ma znaczenie przy leczeniu zwyrodnień siatkówki. W homeopatii stosuje się barwinek przy krwawieniach, zapaleniach błon śluzowych i egzemach (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Zielarze zalecają go przy leczeniu cukrzycy (Bremness 1991). Preparaty z ziela dobrze wpływają także na ogólny stan nerwowy (Schulz i Überhuber 1990). W dawnych czasach napar wykorzystywano przy zwalczaniu kołtuna (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), okłady na skurcze, a maścią ze słoniny i potłuczonych liści leczono stany zapalne skóry (Bremness 1991). W przeszłości barwinek uważany był za roślinę magiczną (Witkowska-Żuk 2008, 2013), symbol nieśmiertelności, wiecznej miłości, miał chronić dziecko ciężarnej przed zagrożeniami (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Był składnikiem napojów miłosnych i miał moc wypędzania złych duchów (Bremness 1991). W czasach chrześcijaństwa stał się atrybutem Najświętszej Dziewicy (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011).

Cis pospolity *Taxus baccata* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Występuje przede wszystkim w lasach liściastych (Witkowska-Żuk 2008, 2013), jak np. żyzna buczyna niżowa czy storczykowa (Matuszkiewicz i in. red. 2012), rzadziej jodłowo-bukowych dolnego regla, na wyżynach – w jodłowym borze mieszanym, ponadto w borach mieszanych i sosnowych (Witkowska-Żuk 2008, 2013). Prawie cały organizm zawiera trującą taksynę, jest jednak rośliną leczniczą (Witkowska-Żuk 2008, 2013) – w medycynie wykorzystywane są liście (Alberts i Mullen 2002). Wywar z gałązek cisa używano jako lek przeciw robaczycy (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Taksol ma działanie przeciwbiałaczkowe i kancerostatyczne. Gatunek dawniej stosowano do ochrony przed demonami i piorunami, był składnikiem maści wiedzmi (Alberts i Mullen 2002), a także jako trucizna morderców i samobójców (Alberts i Mullen 2002, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), w tym do zatruwania grotów strzał. Przy zatruciu wywiera silny wpływ na serce i układ oddechowy, przy mniejszych dawkach może być psychoaktywny (Alberts i Mullen 2002). Uważano go za złowróżbną roślinę, którą poświęcono zmarłym, sadząc na cmentarzach (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Współcześnie uprawiany wykorzystywany jest jako krzew ozdobny (Witkowska-Żuk 2008), do tworzenia żywoptłów. Drewno z kolei jest bardzo cenionym materiałem użytkowym i snycerskim (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011).

Konwalia majowa *Convallaria majalis* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2, Zał. 3). Konwalię można spotkać w dąbrowach, w tym kwaśnych i świetlistych, sosnowych borach mieszanych (Witkowska-Żuk 2008, 2013, Matuszkiewicz i in. red. 2012), grądach, buczynach i niektórych innych zbiorowiskach leśnych (Witkowska-Żuk 2008, 2013). Jest rośliną trującą (w szczególności jej jagody), jednocześnie ważną rośliną leczniczą (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszewski 2003, Witkowska-Żuk 2008, 2013) – preparaty z ziela i kwiatów stosowane są w leczeniu schorzeń serca (Bremness 1991, Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Zwiększają intensywność i nieco zwalniają częstotliwość skurczów mięśnia sercowego, poprawiając krążenie krwi. Dodatkowo mają łagodne działanie moczopędne (Bremness 1991, Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszewski 2003, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011) i uspokajające (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszewski 2003). Przykładowe preparaty mające w składzie konwalię to nasercowe Convafort, Neocardina, Kelicardina i Cardiol C wrocławskiego Herbapolu ([www.herbapol.pl](http://www.herbapol.pl)) oraz Krople Nasercowe Herbapolu w Krakowie ([www.herbapol.krakow.pl](http://www.herbapol.krakow.pl)). Konwalia majowa wykorzystywana jest także w uprawie jako roślina ozdobna (Bremness 1991, Grzywacz i Staniszewski 2003, Witkowska-Żuk 2008, 2013, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), służyła m.in. do ozdoby wiązanek ślubnych (Bremness 1991) oraz do produkcji kosmetyków (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007) i perfum (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Z innych zastosowań warto wymienić dodawanie olejku konwaliowego do tabaki dla poprawy jej właściwości (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). W czasach starożytnych przypisywano konwalii moc wskrzeszania zmarłych, dlatego też stanowiła symbol zawodu medyka (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Dopuszczony przez Rozporządzenie (2012) sposób pozyskania konwalii to ręczny zbiór kwiatostanów (Rozporządzenie 2012 – Zał. 3).

Kopytnik pospolity *Asarum europaeum* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2, Zał. 3). Gatunek spotykany w żyznych lasach liściastych (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), w tym w podgórnym łągu jesionowym, bagiennej olszynie górskiej, grądach i żyznych buczynach górskich (Matuszkiewicz i in. red. 2012), rzadziej w dolnoregłowym borze jodłowo-świerkowym (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013). Roślina



trująca, stosowana w lecznictwie (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013). Dawniej wierzono, że kopytnik skutkuje na większość czarów oraz na ogień piekielny (Grochowski W. i Grochowski A. 1994). Ziele kopytnika stosowano przeciw różnym dolegliwościom, szczególnie jeśli dotyczyły organów o kształcie zbliżonym do kształtu liści, jak ucho czy nerka, a dodatkowo w leczeniu uzależnienia od alkoholu. Obecnie najważniejszym leczniczym składnikiem jest olejek eteryczny zawierający azaron – toksyczną substancję. Kopytnik działa wykrztuśnie (pobudza wydzielanie śluzu w oskrzelach), uspokajająco, moczopędnie, przeczyszczająco (pobudza wydzielanie śluzu w żołądku i jelitach). Stosowany był w leczeniu gruźlicy płuc, astmy, pylicy (Grochowski W. i Grochowski A. 1994). Przykładowy produkt, który zawierał ziele kopytnika, to przeciwkaszlowa Neoazarina (Azarina) Herbapolu Wrocław ([www.herbapol.pl](http://www.herbapol.pl)). Aktualnie kopytnik jest wycofany ze składu tego leku i ogólnie rzadko w farmacji stosowany. Dopuszczony przez Rozporządzenie (2012) sposób pozyskania to ręczny zbiór ziela (Rozporządzenie 2012 – Zał. 3). Egzemplarze uprawne mają także znaczenie jako rośliny okrywowe w ogrodach (Witkowska-Żuk 2013). Jako gatunek użytkowy kopytnik wymieniany jest także przez Grzywacza i Staniszewskiego (2003).

Pokrzyk wilcza jagoda *Atropa belladonna* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Można ją spotkać w niższych partiach Karpat i Sudetów, na terenach zrębowych na siedliskach żyznych buczyn i grądów. Jest to silnie trująca roślina (dla dzieci śmiertelnie), w celach farmaceutycznych (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2013) wykorzystywane są liście, ziele i kłącza (Alberts i Mullen 2002). Ma silne właściwości przeciwskurczowe, przeciwbólowe, hamuje wydzielanie gruczołów ślinowych, potowych i błon śluzowych (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszewski 2003, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), poraża nerwy współczulne i przyspiesza akcję serca (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Przy przedawkowaniu poraża układ nerwowy – ośrodek oddechowy i naczyniowo-ruchowy (Grochowski W. i Grochowski A. 1994), działa halucynogennie (Alberts i Mullen 2002), wywołując bardzo żywe wizje (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Produkowana z niej atropina wykorzystywana jest przez okulistów – rozszerza źrenice (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2008, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Od starożytności wykorzystywano roślinę jako środek przeciwbólowy (Alberts i Mullen 2002), m.in. w postaci maści z soku (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), a w XIX wieku wyciągi z pokrzyki stosowano w leczeniu żółtaczki, puchliny wodnej, krztuśca, szkarlatyny, chorób nerwowych, epilepsji, chorób skóry i innych (Alberts i Mullen 2002). W czasie I wojny światowej zastrzykami z atropiny ratowano żołnierzy zatrutych gazem fosgenem (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Przykładami współczesnych produktów zawierających pokrzyk są: czopki Hemorol firmy Herbapol Wrocław, przeciw dolegliwościom towarzyszącym żyłakom odbytu ([www.herbapol.pl](http://www.herbapol.pl)). W grupie preparatów z pokrzykiem łagodzących i leczących objawy przeziębienia należy wymienić: granulki Aconitum Dagomed 1 Grypa i syrop Malia Kaszel – na objawy przeziębienia ([www.dagomed.pl](http://www.dagomed.pl)), krople doustne Belladonna-Homaccord na objawy przeziębienia z bólem gardła, a z kaszlem – tabletki Bronchalis-Heel, krople doustne Husteel i krople doustne Tartephedreel N ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)), granulki Mercurius Dagomed 41 Zapalenie gardła na stany zapalne gardła i migdałków, tabletki Angin-Heel SD – także na zapalenie migdałków ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)). W ofercie firmy Boiron są tabletki Coryzalia ([www.boiron.pl](http://www.boiron.pl)) do leczenia nieżytów górnych dróg oddechowych pochodzenia wirusowego, jak i alergicznego (katar, katar sienny, zapalenie zatok). Syrop Drossetux stosowany jest wspomagająco przy leczeniu suchego i drażniącego kaszlu, tabletki Homeogene 9 ograniczają ból gardła i chrypkę ([www.boiron.pl](http://www.boiron.pl)). Na chrypkę można także stosować tabletki Homeovox z pokrzykiem, dodatkowo

pomocne przy leczeniu nadwyrężenia strun głosowych od mówienia i śpiewania (www.boiron.pl). Z kolei tabletki Paragrippe stosowane są w celu złagodzenia objawów grypy, jak gorączka, dreszcze, bóle mięśni i uczucie rozbicia (www.boiron.pl). Pokrzyk wilcza jagoda jest obecny także w grupie preparatów łagodzących stany nerwowe: granulki Cimicifuga Dagomed 9 Menopauza (na zaburzenia kobiece w okresie przekwitania), granulki Chamomilla Dagomed 44 Bolesne ząbkowanie dla dzieci (www.dagomed.pl), tabletki Sedatif PC firmy Boiron, zalecane na nadmierną pobudliwość, nerwowość, drażliwość i zaburzenia snu (www.boiron.pl), czopki Viburcol Compositum firmy Heel – na stany niepokoju u dzieci w przebiegu ząbkowania, kolki niemowlęcej czy przeziębienia (www.heel.pl). Substancje z pokrzyku wilczej jagody są także w składzie preparatów leczących innego typu schorzenia: granulki Cantharis Dagomed 13 Stany zapalne dróg moczowych, tabletki Mercurius-Heel S – na łagodne stany zapalne skóry (www.heel.pl), tabletki lub krople doustne Spigelon – na łagodne bóle głowy (www.heel.pl), zaś żel, maść, tabletki i krople Traumeel S w łagodnych dolegliwościach bólowych mięśni i stawów oraz przy urazach, jak skręcenia stawów (www.heel.pl). Kolejny preparat zawierający pokrzyk – Mucosa compositum – stymuluje mechanizmy obronne ustroju w chorobach błon śluzowych różnego pochodzenia i lokalizacji, np. przewodu pokarmowego, z owrzodzeniami lub bez, górnych i dolnych dróg oddechowych, układu moczowego i spojówek (www.heel.pl). W ofercie firmy Boiron są także leki jednoskładnikowe w postaci granulki o różnym stopniu rozcieńczenia substancji wyjściowej, w tym przypadku z pokrzyku, jednak bez określonego przeznaczenia (www.boiron.pl). Jako gatunek użytkowy pokrzyk wymieniany jest także przez Grzywacza i Staniszewskiego (2003). Pokrzyk uważano także za roślinę czarownic/szamanów (Alberts i Mullen 2002, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), wykorzystywano go do zabijania (trucia) ludzi i drapieżników (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Na Wschodzie dodawano go do piwa i wina palmowego (Alberts i Mullen 2002). W dawnych czasach soku z owoców pokrzyku używano też w celach ozdobnych – jako szminki (Witkowska-Żuk 2008) i do rozszerzania źrenic (Witkowska-Żuk 2008, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011).

## **Medycyna, estetyka, bezpieczeństwo**

Orlik pospolity *Aquilegia vulgaris* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek rośnie w łąkach, buczynach, świetlistej dąbrowie, dębowo-sosnowych borach mieszanych. Zawiera substancje trujące, był wykorzystywany w lecznictwie (Bremness 1991, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013) – niegdyś przygotowywano z niego płyn ściągający (Bremness 1991). Od ponad 300 lat orliki uprawiane są jako roślina ozdobna (Bremness 1991, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2013). Posiadają dodatkową zaletę – odstraszają ślimaki od sąsiednich roślin (Witkowska-Żuk 2013).

## **Medycyna, estetyka, konsumpcja**

Kalina koralowa *Viburnum opulus* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2). Krzew spotykany jest w żyznych i wilgotnych lasach liściastych (Witkowska-Żuk 2013), jak np. łągu jesionowo-olszowym i jesionowo-wiązowym, a także w subkontynentalnym borze mieszanym (Matuszkiewicz i in. red. 2012) oraz w zbiorowiskach ekotonowych (Witkowska-Żuk 2013). Gatunek trujący (poza owocami), leczniczy (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), jego kora zawiera kwas walerianowy (Zawadzka i Sławski 2007) i substancję rozkurczową, hamuje krwawienia i skurcze, stosuje się ją w bólach i zaburzeniach

miesiączkowania, przy skłonnościach do poronień oraz w krwawieniach z odbytu (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Dodatkowo dodaje się korę kaliny do mieszanek przeciw bólowi głowy, reumatyzmowi, rwie kulszowej, zapaleniu kłębuszków nerkowych i mięśniakom macicy (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Konfitury i syropy z owoców – w połączeniu z miodem – są domowym lekiem uśmierającym kaszel, przeziębienie (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011), a sok z owoców z cukrem bywa skuteczny w ograniczaniu nadciśnienia (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Odwar z kwiatów stosowano przy skurczach jelit, wspomagająco na trawienie i jako lek wykrztuśny (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Przykładowe współczesne produkty lecznicze, zawierające kalinę koralową, to tabletki Sedatif PC firmy Boiron na nadmierną pobudliwość, nerwowość, drażliwość i zaburzenia snu ([www.boiron.pl](http://www.boiron.pl)), krople doustne Gynacoheel firmy Heel, uśmierzające objawy podrażnień kobiecych narządów płciowych ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)) oraz krople doustne Horneel SNT firmy Heel, wspomagające w leczeniu zaburzeń cyklu miesiączkowego ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)). Suszona kora kaliny koralowej (na wyżej opisane kobiece dolegliwości) jest np. w ofercie sklepu RUNO z Hajnówki, pozyskującego tę korę ze środowiska naturalnego ([www.sklepik.runobio.pl](http://www.sklepik.runobio.pl)). Jako gatunek użytkowy kalina wymieniana jest także przez Grzywacza i Staniszewskiego (2003). Owoce kaliny po przetworzeniu są jadalne dla dorosłych (Witkowska-Żuk 2013) – przemrożenie lub podgrzanie pozwala na pozbycie się z nich goryczki (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). W niektórych krajach używa się ich do wyrobu np. win czy galaretek (Grochowski W. i Grochowski A. 1994). Kalina wykorzystywana jest jako krzew ozdobny, a sadzona na grobach młodych ludzi miała świadczyć o czystości duszy zmarłego (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011).

Lilia złotogłów *Lilium martagon* – ochrona ścisła (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Jest to jedna z najpiękniejszych polskich roślin, występuje w lasach liściastych i mieszanych (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), np. podgórskiej kwaśnej dąbrowie, dąbrowie świetlistej, subborealnym borze mieszanym (Matuszkiewicz i in. red. 2012). Zawiera trujące substancje, wykorzystywana jest w farmacji (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013). W medycynie ludowej jej zmiążdżone cebule i kwiaty przykładano – dla złagodzenia dolegliwości – na oparzenia lub odmrozenia, próbowano jej także jako środka na porost włosów, stosując na łysinę (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Egzemplarze uprawiane wykorzystywane są do ozdoby ogrodów, parków (Witkowska-Żuk 2008, 2013), a dzięki swemu pięknu lilia od dawna symbolizowała czystość, niewinność, wstydlivość i dziewictwo połączone z majestatem, chwałą i niebiańskim szczęściem. Poświęcono ją wielu świętym, w tym także Matce Bożej i Jezusowi. Na znak niewinności panny młode plotły niegdyś z lillii wianki ślubne (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011). Gatunek miał także znaczenie konsumpcyjne – w dawnych czasach tatrzańscy górale chętnie zjadali cebulę, z której wyrasta roślina (Kłosiewicz S. i Kłosiewicz O. 2011).

Pierwiosnek lekarski *Primula veris* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2). Gatunek występuje w wybranych typach lasów liściastych, m.in. ciepłolubnych dąbrowach, wiązowych łęgach (Matuszkiewicz i in. red. 2012, Witkowska-Żuk 2013), buczynach storczykowych (Witkowska-Żuk 2013). Roślina zawiera trujące substancje (Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2013), jednak młode liście i kwiaty są jadalne (Witkowska-Żuk 2013). Kwiaty stosuje się do dżemów, marynat i wina, a liście do sałatek i nadzienia (Bremness 1991). Pierwiosnek jest wykorzystywany w farmacji (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Zawadzka i Sławski 2007, Witkowska-Żuk 2008, 2013), oddziałuje na narządy krążenia, oddychania,

system nerwowy oraz żołądek, jelita i trzustkę (Schulz i Überhuber 1990). Z korzenia mogą być wytwarzane leki na zapalenie gardła, krtani i oskrzeli, pomocniczo w astmie oskrzelowej (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszewski 2003), gruźlicy, grypie, zapaleniu płuc, pylicy, a także w bólach głowy (Bremness 1991, Grzywacz i Staniszewski 2003). Przykładowy produkt zawierający korzeń pierwiosnka, bez podania gatunku, to syrop wykrztuśny Bronchosol firmy Phytopharm Kłęka SA ([www.europlant-group.com/pl/phytopharm](http://www.europlant-group.com/pl/phytopharm)). Rzadziej stosowany kwiat działa podobnie, choć słabiej, dodatkowo ma łagodny wpływ napotny i uspokajający (Bremness 1991, Grochowski W. i Grochowski A. 1994). Dodany do wody destylowanej sprawia, że uzyskuje się lotion wygładzający cerę (Bremness 1991). Liść wchodzi w skład maści na skaleczenia (Bremness 1991). W literaturze podawane jest także pozytywne oddziaływanie herbatki składającej się z pierwiosnka i perzu na reumatyzm i artretyzm, a preparatów z ziela pierwiosnka na bezsenność i stany nerwowe (Schulz i Überhuber 1990). Pierwiosnek uprawiany jest również w celach ozdobnych (Bremness 1991, Witkowska-Żuk 2008, 2013).

Pierwiosnek wyniosły *Primula elatior* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2). Pierwiosnek wyniosły rośnie w górskich buczynach, lasach łągowych, borach mieszanych świerkowo-jodłowych, nawapiennej świerczynie górnoregłowej, na śródleśnych łąkach. Podobnie jak pierwiosnek lekarski, zawiera trujące substancje, a jadalne są tylko kwiaty (Witkowska-Żuk 2013). Wykorzystywany jest w farmacji (Schulz i Überhuber 1990, Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2008, 2013) i jako roślina uprawna (Bremness 1991, Witkowska-Żuk 2008, 2013). Właściwości lecznicze ma takie same, jak pierwiosnek lekarski (Schulz i Überhuber 1990, Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Grzywacz i Staniszewski 2003). Przykładowy produkt zawierający korzeń pierwiosnka, bez podania gatunku, to syrop wykrztuśny Bronchosol firmy Phytopharm Kłęka SA ([www.europlant-group.com/pl/phytopharm](http://www.europlant-group.com/pl/phytopharm)).

## Medycyna, konsumpcja, bezpieczeństwo

Ciemnżyca biała *Veratrum album* – ochrona ścisła, gatunek wymaga czynnej ochrony (Rozporządzenie 2012 – Zał. 1). Gatunek o ograniczonym zasięgu występowania, w lasach spotykany jest tylko w nadrzecznych olszynach górskich w Bieszczadach. Roślina zawiera trujące substancje (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2013), zatrucie objawia się w postaci bólu w ustach, pragnienia, lęków, wymiotów, osłabienia krążenia i śmierci. W przeszłości stosowano ją do zatrucia strzał, a także jako truciekę na owady, w tym środek na wszy (Alberts i Mullen 2002). Ma jednak właściwości lecznicze (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2013) – stosowane jest kłącze i nalewka (Alberts i Mullen 2002). Sproszkowany korzeń ciemnżycy prowokuje kichanie (Witkowska-Żuk 2008). W starożytności i w medycynie ludowej wdychano proszek przez nos, co miało pomóc na depresję, astmę, reumatyzm, gorączkę. W homeopatii wykorzystywano ciemnżycę do leczenia migreny i wspomnianej depresji. Przykładem współczesnych produktów firmy Heel zawierających ciemnżycę białą jest: Berberis-Homaccord, działający wspomagająco w łagodnych zaburzeniach dróg moczowych takich jak np. uczucie pieczenia w czasie oddawania moczu, Diarrheel S, wspomagający leczenie biegunek, tabletki Hepeel firmy Heel, wspomagające leczenie łagodnych zaburzeń czynności wątroby i pęcherzyka żółciowego: wzdęć, braku apetytu, niestrawności oraz Spascupreel – do zmniejszania łagodnych dolegliwości skurczowych w obrębie jamy brzusznej ([www.heel.pl](http://www.heel.pl)). Dostępny jest także inny lek – jednoskładnikowy firmy Boiron w postaci granulek o różnym stopniu rozcieńczenia substancji wyjściowej z ciemnżycy białej, jednak bez określonego

przeznaczenia (www.boiron.pl). Kolejny preparat zawierający ciemniężycę – jednak bez określenia konkretnego gatunku (*Mucosa compositum*) – stymuluje mechanizmy obronne ustroju w chorobach błon śluzowych różnego pochodzenia i lokalizacji (www.heel.pl). Z zastosowań konsumpcyjnych należy wymienić produkcję z korzenia wódki gencjanówki oraz dodawanie jako środek odurzający do piwa (Alberts i Mullen 2002).

### **Medycyna, estetyka, konsumpcja, bezpieczeństwo**

Przytulia (marzanka) wonna *Galium odoratum* – ochrona częściowa (Rozporządzenie 2012 – Zał. 2, Zał. 3). Roślina rośnie głównie w żyznych lasach liściastych, takich jak grądy, żyzne buczyny, niektóre jaworzyny, spotykana jest także w borach jodłowych i jodłowo-świerkowych (Witkowska-Żuk 2008, 2013, Matuszkiewicz i in. red. 2012). Ma właściwości lecznicze (Grochowski W. i Grochowski A. 1994, Witkowska-Żuk 2008, 2013), substancje czynne działają rozkurczowo na ścianki naczyń krwionośnych, usprawniając obieg krwi, a także na drogi moczowe, zwiększając wydzielanie moczu. Nie można jednak jej przedawkowywać, bo może zmniejszać krzepliwość krwi, uszkadzać wątrobę i powodować zawroty głowy. Przytulia działa też łagodnie uspokajająco, przeciwzapalnie i przeciwbakteryjnie (Grochowski W. i Grochowski A. 1994), nalewka na suszonych liściach łagodzi bóle brzucha (Bremness 1991). Dodatkowo przytulia może być stosowana jako roślina przyprawowa (Witkowska-Żuk 2013), na przykład w Niemczech jako dodatek nawaniający do tytoniu (Grochowski 1988, Grochowski W. i Grochowski A. 1994), a w innych regionach do win i wódek (Bremness 1991, Grochowski 1988, Grochowski W. i Grochowski A. 1994). Innym rodzajem użytkowania tego gatunku jest jego wykorzystanie w przemyśle kosmetycznym i perfumeryjnym (Grochowski W. i Grochowski A. 1994). W dawnych czasach dodawano ziele do mieszanek zapachowych, wkładano pomiędzy prześcieradła, rozrzucono po podłodze (Bremness 1991). Liście wykorzystywano także w gospodarstwie domowym do odstraszenia moli i innych owadów (Bremness 1991). Dopuszczony przez Rozporządzenie (2012) sposób pozyskania to ścinanie ziele ręcznymi narzędziami (Rozporządzenie 2012 – Zał. 3).

### **Wielkość pozyskania chronionych gatunków roślin**

Pozyskanie użytecznych gatunków roślin chronionych, rosnących w lasach liściastych i mieszanych, ma współcześnie trochę mniejsze znaczenie niż w czasach odleglejszych, gdy rośliny te stanowiły podstawę leczenia różnych schorzeń, a w pewnym też zakresie żywiły czy służyły celom magicznym. Obecnie nie dość, że nie wszystkie gatunki są wykorzystywane, to jeszcze część z nich jest uprawiana, co jeszcze bardziej ogranicza potrzebę ich pozyskiwania ze środowiska naturalnego. Odnosi się to przede wszystkim do gatunków o właściwościach leczniczych, dekoracyjnych i konsumpcyjnych, a jednocześnie rzadko występujących.

Jednak niektóre taksony nadal pozyskiwane są w środowisku naturalnym, nieraz w znacznych ilościach (tab. 1).

Według informacji udzielonej przez Generalną Dyрекcyję Ochrony Środowiska oraz Regionalną Dyрекcyję Ochrony Środowiska w Lublinie, w badanym okresie złożono jeszcze dodatkowe wnioski o zgodę na pozyskanie gatunków roślin, jednak nie zostały one zrealizowane:

- barwinek pospolity: 2 000 kg w 2009 roku
- bluszcz pospolity: 3 szt. w 2009 r.
- bobrek trójlistkowy: 6 751,5 kg w 2009 r., 1 666 kg suchej masy (s.m.) w 2010 r., 100 kg i 1 407 kg s.m. w 2011 r., 1 kg liścia w 2012 r.

**Tab. 1.** Zrealizowane pozyskanie dziko występujących użytkowych roślin chronionych w latach 2009–2012 (opracowanie własne na podst. danych GDOS)

*Table 1. Collection from nature of protected useful plant species, in years 2009–2012 (own study based on data from GDEP)*

Gatunek Species	Rok Year	Województwo Voivodship	Pozyskana ilość Quantity collected
Bobrek trójlistkowy	2009	kujawsko-pomorskie	1 512 kg
		podlaskie	1 136,5 kg (w tym zadeklarowane 116,5 kg liści)
		warmińsko-mazurskie	1 001,9 kg
	2010	podlaskie	410 kg (w tym zadeklarowane 80 kg liści i 30 kg s.m.)
		warmińsko-mazurskie	3 384 kg (w tym 1 384 kg s.m.)
	2011	podlaskie	300 kg
		warmińsko-mazurskie	2 093 kg (w tym 1 593 kg s.m.)
	2012	podlaskie	600 kg (w tym 50 kg s.m.)
warmińsko-mazurskie		30 499 kg (w tym prawdopodobnie import) (w tym 499 kg liścia)	
Cis pospolity	2010	wielkopolskie	po 15 zręczów z 18 drzew
Czosnek niedźwiedzi	2009	podlaskie	200 kg (w tym 100 kg liścia)
	2010	podlaskie	201,3 kg
	2011	podkarpackie	750 kg s.m. (zezwole nie na 700 kg w trakcie realizacji)
		podlaskie	371 kg
	2012	podkarpackie	730 kg s.m. (zezwole nie na 700 kg w trakcie realizacji)
		podlaskie	500 kg
Jarzab brekinia	2009	lubuskie	2 kg
	2011	dolnośląskie	po 1–2 liście z każdego z 371 osobn.
	2012	lubuskie	25 szt. (w trakcie realizacji)
Kalina koralowa	2009	podlaskie	15 kg (w tym zadeklarowane 5 kg kory)
	2010	lubuskie	2 kg
		podlaskie	14 kg (w tym zadeklarowane 4 kg kory)
	2011	podlaskie	10 kg
	2012	podlaskie	15 kg
Konwalia majowa	2009	opolskie	do 20 g owoców
	2010	podlaskie	24,5 kg
	2011	podlaskie	1 000 kg liści
	2012	podlaskie	2 000 kg

Kopytnik pospolity	2009	podlaskie	200 kg ziela
	2010	podlaskie	200 kg ziela
	2011	podlaskie	203 kg
	2012	podlaskie	950 kg
Kosaciec syberyjski	2009	warmińsko-mazurskie	60 nasienników oraz 120 fragmentów liści z 40 osobn.
Miodownik melisowaty	2009	podlaskie	1,8 kg
	2010	podlaskie	5 kg s.m.
	2011	podlaskie	7 kg (w tym zadeklarowane 4 kg s.m.)
	2012	podlaskie	3 kg
Porzeczka czarna	2009	podlaskie	600 kg (w tym zadeklarowane 200 kg liści)
	2010	podlaskie	500 kg (w tym zadeklarowane 200 kg liści)
	2011	podlaskie	500 kg
	2012	podlaskie	550 kg
Przytulia wonna	2009	podlaskie	1 196 kg
	2010	podlaskie	1 588 kg
	2011	podlaskie	2 100 kg
	2012	podlaskie	2 150 kg

- cebulica dwulistna – liście z 2 roślin w 2009 r.
- cis pospolity – po 15 zrzechów z 16 drzew w 2010 r.
- czosnek niedźwiedzi – 300 kg w 2009 r., 198,7 kg w 2010 r., 29 kg w 2011 r.
- jarząb brekinia – 3 kg w 2009 r.
- kalina koralowa – 103 kg w 2010 r., 5 kg + 50 kg s.m. w 2011 r.
- konwalia majowa – 6 000 kg w 2009 r., 975,5 kg w 2010 r.
- kopytnik pospolity – 500 kg i 3 szt. w 2009 r., 497 kg w 2011 r.
- miodownik melisowaty – 2,2 kg i 3 szt. w 2009 r.
- orlik pospolity – 3 szt. w 2009 r.
- pierwiosnek lekarski – 100 kg w 2010 r.
- przyłaszczka pospolita – 3 szt. w 2009 r.
- przytulia wonna – 404 kg i 3 szt. w 2009 r., 512 kg w 2010 r.
- wawrzynek wilczełyko – 53 szt. w 2009 r.
- wielosił błękitny – 12 szt. w 2011 r.

Dodatkowo brakuje informacji o wykorzystaniu udzielonego zezwolenia na następujące gatunki i ich ilości, co sugeruje, że mogły być one pozyskane w naturze:

- bobrek trójlistkowy – 2009 r.: 2 000 kg (woj. warmińsko-mazurskie), 2010 r.: 100 kg (woj. podlaskie), 2 000 kg (woj. kujawsko-pomorskie), 2011 r.: 20 kg liści (woj. mazowieckie), 3 300 kg (woj. lubelskie), 2012 r.: 50 poetek o pow. do 25 m<sup>2</sup> (woj. świętokrzyskie);
- cis pospolity – 2009 r.: 3,5 kg (woj. lubuskie), 9 kg nasion, 20 000 szt. siewek i pędy do szczepień (woj. kujawsko-pomorskie), 20 zrzechów i 1,3 kg nasion (woj. warmińsko-mazurskie), 2010 r.: 54 szt. (woj. dolnośląskie) oraz nieokreślona ilość (woj. śląskie);

- czosnek niedźwiedzi – 2010 r.: 200 szt. (woj. podlaskie), 2011 r.: 1 500 kg (woj. lubelskie), 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. śląskie);
- jarzab brekinia – 2009 r.: nieokreślona ilość (woj. lubuskie), 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. lubuskie);
- kalina koralowa – 2011 r.: 2 000 kg (woj. lubelskie), 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. lubuskie), 20 kg (woj. zachodniopomorskie);
- kłokoczka południowa – 2012 r.: 500 sadzonek (woj. zachodniopomorskie);
- konwalia majowa – 2011 r.: 1 000 kg (woj. lubelskie), 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. śląskie);
- kopytnik pospolity – 2010 r.: 500 kg i 200 szt. (woj. podlaskie), 2011 r.: 1 000 kg (woj. lubelskie);
- kosaciec syberyjski – 2009 r.: 10 szt. i 30 fragmentów liści (woj. lubuskie);
- miodecnik melisowaty – 2010 r.: 3 kg s.m. (woj. podlaskie), 2011 r.: 2 kg s.m. (woj. podlaskie);
- pierwiosnek lekarski – 2009 r.: 30 szt. (woj. lubuskie), 2011 r.: 1 000 kg (woj. lubelskie);
- pierwiosnek wyniosły – 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. śląskie);
- pióropusznik strusi – 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. śląskie);
- porzeczka czarna – 2011 r.: 50 kg (woj. mazowieckie), 12 000 kg (woj. lubelskie);
- przylaszczka pospolita – 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. śląskie);
- przytulia wonna – 2011 r.: 300 kg suchej masy (woj. warmińsko-mazurskie), 3 000 kg (woj. lubelskie);
- śnieżyca wiosenna – 2009 r.: 30 szt. (woj. lubuskie);
- śnieżyczka przebiśnieg – 2012 r.: nieokreślona ilość (woj. śląskie);
- wawrzynek wilczczyko – 2010 r.: do 20% diaspor i do 20% osobników danej populacji (woj. lubelskie);
- wielosił błękitny – 2010 r.: 12 osobn. (woj. podlaskie) i 12 osobn. (woj. lubelskie).

## Podsumowanie

Wyróżniamy kilka klas lasów liściastych i mieszanych, każda z nich zawiera zróżnicowane fizjonomicznie, gatunkowo i przestrzennie zbiorowiska leśne, stwarzające różne możliwości i warunki wzrostu dla chronionych użytecznych gatunków roślin.

Klasa kwaśnych dąbrów (*Quercetea robori petraeae*) składa się z sześciu zbiorowisk leśnych, z których największy zasięg geograficzny posiadają pomorski las bukowo-dębowy (*Fago-Quercetum petraeae*) oraz kwaśna dąbrowa trzcinnikowa (*Calamagrostio arundinaceae-Quercetum petraeae*). Znacznie bardziej rozbudowana klasa żyznych lasów liściastych (*Quercus-Fagetum*) zawiera 33 zbiorowiska leśne pogrupowane w dodatkowe jednostki, jak ciepłolubne dąbrowy (*Potentillo albae-Quercion petraeae*), lasy grądowe (*Carpinion betuli*), lasy bukowe (*Fagion sylvaticae*), lasy lipowo-jaworowe (*Tilio platyphyllis-Acerion pseudoplatani*) i lasy łęgowe (*Alno-Ulmion*). Z nich stosunkowo największy zasięg geograficzny posiadają grąd subkontynentalny (*Tilio cordatae-Carpinetum betuli*), grąd środkowoeuropejski (*Galio sylvatici-Carpinetum betuli*), żyzna buczyna niżowa (*Galio odorati-Fagetum*) i karpacka (*Dentario glandulosae-Fagetum*), kwaśna buczyna niżowa (*Luzulo pilosae-Fagetum*) i łęg jesionowo-olszowy (*Fraxino-Alnetum*). Trzecia klasa lasów liściastych obejmuje łęgi wierzbowo-topolowe (*Salicetea purpureae*), a czwarta – olsy (*Alnetea glutinosae*) – z najszerzej rozpowszechnionym



olsem porzeczkowym (*Ribes nigri-Alnetum*) (Witkowska-Żuk 2008, Matuszkiewicz i in. red. 2012). Siedliskowe typy lasu „lasy” i „lasy mieszane”, odpowiednio na nizinach, wyżynach i w górach, zajmują około 48,7% powierzchni wszystkich lasów w Polsce, niezależnie od formy ich własności (na podst. Leśnictwo 2013).

Śród leśnych gatunków roślin użytecznych dla człowieka, te nieco bardziej rozpowszechnione objęte są ochroną częściową. Ich pozyskanie ze środowiska naturalnego może się odbywać tylko po uzyskaniu zgody Regionalnego Dyrektora Ochrony Środowiska lub ewentualnie Generalnego Dyrektora Ochrony Środowiska (Ustawa 2004 – art. 56. 1–2).

W badanym okresie 2009–2012, w skali całego kraju pozyskano co najmniej 40 936,4 kg bobrka trójlistkowego, w tym 695,5 kg liści i 3 057 kg suchej masy (na podst. tab. 1). Jednak w stosunku do 30 000 kg pozyskanych w 2012 roku w woj. warmińsko-mazurskim pracownik RDOŚ w Olsztynie zastrzegł, że prawdopodobnie część tej masy była sprowadzona z zagranicy. W przypadku kolejnego gatunku pod ochroną częściową – czosnku niedźwiedziego – w badanym okresie pozyskano 1 272,3 kg świeżej i 80 kg suchej masy, zaś pozwolenie na zbiór kolejnych 1 400 kg s.m. jest w trakcie realizacji. Konwalii majowej zebrano 3 024,5 kg (w tym zadeklarowane liście – 1 000 kg), kopytnika pospolitego – 1 553 kg, przytulii wonnej – 7 034 kg, a porzeczki czarnej – 2 150 kg (w tym zadeklarowane liście – 400 kg). Kaliny koralowej pozyskano dużo mniej – 56 kg, w tym zadeklarowanych 9 kg kory. Wartości te warto porównać z całkowitym rozmiarem wydanych pozwoleń na pozyskanie, które w przypadku poszczególnych gatunków wyniosły: bobrek trójlistkowy – 22 201,9 świeżej i 6 130 kg suchej masy + 50 poletok o pow. do 25 m<sup>2</sup> + powierzchnie przy jeziorach w zarządzie marszałka woj. warmińsko-mazurskiego; czosnek niedźwiedzi – >3 300 kg; konwalia majowa – >11 000 kg; kopytnik pospolity – 4 050 kg i 203 szt.; przytulia wonna – 10 950 kg świeżej i 300 kg suchej masy + 3 szt.; porzeczka czarna – 14 200 kg, kalina koralowa – 2 184 kg świeżej i 50 kg suchej masy. Nie wykorzystano pozwoleń (lub nie poinformowano o tym) na pozyskanie barwinka pospolitego (2 000 kg), bluszczu pospolitego oraz pierwiosnka wyniosłego i lekarskiego (w tym ostatnim przypadku pozwolenie dotyczyło 1 100 kg).

Śród leśnych gatunków roślin objętych ochroną ścisłą (tab. 1), w okresie 2009–2012 stosunkowo więcej pozyskano miodownika melisowatego (7,8 kg świeżej, 9 kg suchej masy i 6 sadzonek). W przypadku pozostałych gatunków – ciemnicy zielonej, cisa pospolitego, jarzębu brekinii, kosaćca syberyjskiego i lilii złotogłów, ich zbiór był minimalny i wiązał się raczej z badaniami naukowymi czy programami czynnej ochrony, niż z użytkowaniem farmaceutycznym, spożywczym czy dekoracyjnym. Nie wykorzystano natomiast pozwoleń (lub nie ma na ten temat potwierdzenia) w stosunku do cebulicy dwulistnej, orlika pospolitego, przylaszczki pospolitej, wawrzynka wilczełyko, kłokoczki południowej, pióropusznika strusiego, śnieżycy wiosennej, śnieżyczki przebiśnieg i wielosiłu błękitnego.

Analizując pozyskanie użytecznych chronionych gatunków roślin pod względem geograficznym, można zauważyć, że zdecydowanie większe znaczenie ma tylko kilka wybranych województw (tab. 1): podlaskie, w którym w badanym okresie zebrano 17 462,1 kg świeżej i 89 kg suchej masy, warmińsko-mazurskie – 34 000,9 kg świeżej (pewne: ok. 4 000 kg) i 2 977 kg suchej masy, podkarpackie – ok. 1 480 kg s.m. oraz kujawsko-pomorskie – 1 512 kg. W województwach wielkopolskim, lubuskim, dolnośląskim, lubelskim i opolskim odnotowano pozyskanie w zakresie 20 g – 4 kg bądź pojedynczych osobników lub ich fragmentów. W pozostałych województwach (łódzkim, małopolskim, mazowieckim, pomorskim, śląskim, świętokrzyskim i zachodniopomorskim) nie potwierdzono zbioru chronionych gatunków roślin związanych z siedliskami lasów liściastych i mieszanych. A zatem – podobnie jak w przypadku gatunków

charakterystycznych dla borów i borów mieszanych – również w tej grupie roślin pozyskanie z naturalnego środowiska koncentruje się we wschodniej części Polski. Nie ma to szczególnego związku z zasięgiem występowania najczęściej pozyskiwanych roślin, gdyż bobrek występuje w całej Polsce, konwalia i porzeczka czarna wszędzie poza małymi regionami na południu, a kopytnik – poza północnym zachodem Polski. Jedyne czosnek niedźwiedzi w większym zakresie występuje na południu kraju, a w pozostałych regionach w znacznym rozproszeniu (Witkowska-Zuk 2008). Rośliny te mogą jednak występować w większych ilościach, gdyż wschodni region kraju charakteryzuje się mniejszym stopniem przekształcenia i skażenia środowiska, a ziola z niego pochodzące można łatwiej sprzedać pod hasłem „ekologiczne” nie tylko w Polsce, ale i za granicą.

Opisane w publikacji leśne chronione gatunki roślin są użyteczne dla człowieka z kilku powodów. Najczęściej przywoływane są ich walory dekoracyjne (związane z otoczeniem człowieka) bądź kosmetyczne (związane z estetyką człowieka). Posiada je 27 na 36 opisanych gatunków: cebulica dwulistna, kłokoczka południowa, kosaciec syberyjski, parzydło leśne, pełnik europejski, pióropusznik strusi, śnieżyca wiosenna, śnieżyczka przebiśnieg, bluszcz pospolity, miodownik melisowaty, naparstnica zwyczajna, przylaszcza pospolita, wawrzynek wilczelyko, wielosił błękitny, jarząb szwedzki, wiciokrzew pomorski, barwinek pospolity, cis pospolity, konwalia majowa, kopytnik pospolity, pokrzyk wilcza-jagoda, orlik pospolity, kalina koralowa, lilia złotogłów, pierwiosnek lekarski i wyniosły oraz przytulia wonna. Właściwości lecznicze (26 na 36 gatunków), opisane mniej lub bardziej szczegółowo w cytowanej literaturze, odnoszą się do takich gatunków, jak bobrek trójlistkowy, ciemiężca biała i zielona, obrazki alpejskie i plamiste, bluszcz pospolity, miodownik melisowaty, naparstnica zwyczajna, przylaszcza pospolita, wawrzynek wilczelyko, wielosił błękitny, czosnek niedźwiedzi, jarząb brekinia, lulecznica kraińska, porzeczka czarna, barwinek pospolity, cis pospolity, konwalia majowa, kopytnik pospolity, pokrzyk wilcza jagoda, orlik pospolity, kalina koralowa, lilia złotogłów, pierwiosnek lekarski i wyniosły oraz przytulia wonna. W celach spożywczych wykorzystuje się (lub wykorzystywało) czosnek niedźwiedzi, jarząb brekinię, lulecznicę kraińską, porzeczkę czarną, jarząb szwedzki, wiciokrzew pomorski, kalinę koralową, lilię złotogłów, pierwiosnek lekarski i wyniosły oraz ciemiężycę białą i przytulię wonną (12 na 36 gatunków), a w celach magicznych – barwinek pospolity, cis pospolity, kopytnik pospolity, pokrzyk wilczą jagodę (4 na 36 gatunków). W gospodarstwie domowym wykorzystywane były z kolei orlik pospolity, ciemiężca biała i przytulia wonna jako zabezpieczenie przed m.in. nieproszonymi owadami czy ślimakami (3 na 36 gatunków).

Nie wszystkie wymienione w publikacji zastosowania poszczególnych gatunków roślin chronionych są aktualne także współcześnie. Dotyczy to szczególnie sfery wierzeń, magii, ale także praktycznych zastosowań w gospodarstwie domowym czy niektórych leczniczych właściwości tych roślin. Jest to jeden z czynników mniejszego zakresu pozyskiwania użytecznych roślin ze stanowisk naturalnych, poza faktem wzięcia części z nich pod restrykcyjną ochronę, konieczności uzyskiwania stosownych pozwoleń na ich zbiór bądź prowadzenia hodowli poza terenami naturalnego występowania. Tym niemniej nadal część surowca roślinnego pozyskiwana jest w Polsce ze stanu dzikiego i to często w dużych ilościach (tab. 1). Jest on wykorzystywany przede wszystkim do produkcji leków bądź preparatów o właściwościach leczniczych, niesklasyfikowanych jednak jako leki. Są one cenione ze względu na często mniejsze uboczne skutki oddziaływania niż leki generowane chemicznie.

W przyszłości można się spodziewać dalszego zainteresowania użytecznymi gatunkami roślin chronionych, ze względu na coraz bardziej lansowany „ekologiczny” tryb życia zgodny

z naturą i bliski naturze. Społeczeństwo coraz bardziej docenia wartość produktów pochodzących z czystego środowiska, m.in. lasów jako tych zdrowych i bezpiecznych dla naszych organizmów. Należy zatem utrzymać specjalny status prawny opisanych gatunków roślin jako gwaranta kontroli wielkości ich pozyskania. Przy czym instytucje odpowiedzialne za wydawanie pozwoleń na pozyskanie chronionych roślin powinny podejmować decyzje w oparciu o rzetelne dane o ich występowaniu i skutecznie egzekwować raporty z realizacji tych pozwoleń. Dane udostępnione przez Generalną Dyrekcję Ochrony Środowiska nie są bowiem kompletne (z terenu RDOŚ w Lublinie wykazano jedną pozycję, gdy dla tego samego okresu RDOŚ w Lublinie podała ich 113), zawierają błędy w nazwach gatunków, niepełne informacje o zakresie wydanej decyzji bądź nie ma informacji o realizacji wydanych pozwoleń. W tej sytuacji trudno jest mówić o efektywnym zarządzaniu zasobami tych gatunków, nie tylko w skali regionu, ale też całego kraju.

## Literatura

- Alberts A., Mullen P. 2002. Psychoaktywne rośliny i grzyby. Wyd. Muza SA, Warszawa.
- Bremness L. 1991. Wielka Księga Ziół. Wyd. Wiedza i Życie, Warszawa.
- Grochowski W. 1988. Las a produkcja żywności. Wyd. Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa.
- Grochowski W., Grochowski A. 1994. Leśne grzyby, owoce i zioła. Zbiór i wykorzystanie. Państwowe Wydawnictwo Rolnicze i Leśne, Warszawa.
- Grzywacz A., Staniszewski P. 2003. Wiem, co zbieram w lesie. Wyd. Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa.
- Kłosiewicz S., Kłosiewicz O. 2011. Ocalić od zapomnienia. Przyroda w polskiej tradycji. Wyd. Sport i Turystyka MUZA SA, Warszawa, 22–25, 56–59, 118–125, 138–141, 168–169, 174–177.
- Leśnictwo 2013. Rocznik Statystyczny. Wyd. Główny Urząd Statystyczny, Warszawa, 41.
- Matuszkiewicz W., Sikorski P., Szwed W., Wierzba M. (red.) 2012. Lasy i zarośla. Zbiorowiska roślinne Polskie, ilustrowany przewodnik. Wyd. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Piękoś-Mirkowa H., Mirek Z. 2006. Flora Polski. Rośliny chronione. Wyd. Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa.
- Rozporządzenie 2012. Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 5 stycznia 2012 r. w sprawie ochrony gatunkowej roślin. Dz.U. Nr 2012.0.81.
- Schulz J., Überhuber E. 1990. Leki z Bożej apteki. Wyd. Chrześcijański Instytut Wydawniczy „Znaki Czasu”, Warszawa.
- Ustawa 2004. Ustawa z dnia 16 kwietnia 2004 r. o ochronie przyrody. Dz. U. Nr 2004.92.880 z późn. zm.
- Witkowska-Żuk L. 2008. Flora Polski. Atlas roślinności lasów. Wyd. Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa.
- Witkowska-Żuk L. 2013. Flora Polski. Rośliny leśne. Wyd. Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa.
- Zawadzka D., Sławski M. 2007. Spotkania z przyrodą. Las. Wyd. Multico Oficyna Wydawnicza, Warszawa.

<http://eko-mlociny.pl/Sery-Korycinskie> – strona sklepu internetowego z ofertą sera korycińskiego z czosnkiem niedźwiedzim  
<http://sklep.labofarm.pl> – strona sklepu internetowego z ofertą produktów ziołowych firmy Labofarm  
[www.boiron.pl](http://www.boiron.pl) – strona internetowa francuskiej firmy BOIRON SA  
[www.dagomed.pl](http://www.dagomed.pl) – strona internetowa firmy Dagomed Pharma  
[www.europlant-group.com/pl/phytopharm](http://www.europlant-group.com/pl/phytopharm) – strona internetowa firmy Phytopharm Kłęka SA  
[www.hedelix.pl](http://www.hedelix.pl) – strona internetowa poświęcona syropowi Hedelix  
[www.heel.pl](http://www.heel.pl) – strona internetowa niemieckiej firmy Heel  
[www.herbapol.com.pl](http://www.herbapol.com.pl) – strona internetowa firmy Herbapol Lublin  
[www.herbapol.krakow.pl](http://www.herbapol.krakow.pl) – strona internetowa firmy Herbapol Kraków SA  
[www.herbapol.pl](http://www.herbapol.pl) – strona internetowa firmy Herbapol Wrocław SA  
[www.herbapol.waw.pl](http://www.herbapol.waw.pl) – strona internetowa firmy Herbapol Warszawa  
[www.ser-korycinski.pl/oferta.html](http://www.ser-korycinski.pl/oferta.html) – strona sklepu internetowego z ofertą sera korycińskiego z czosnkiem niedźwiedzim  
[www.sklepik.runobio.pl](http://www.sklepik.runobio.pl) – strona internetowa sklepu RUNO z Hajnówki

**Ewa Referowska-Chodak**

Katedra Ochrony Lasu i Ekologii

SGGW w Warszawie

[echodak@wl.sggw.pl](mailto:echodak@wl.sggw.pl)