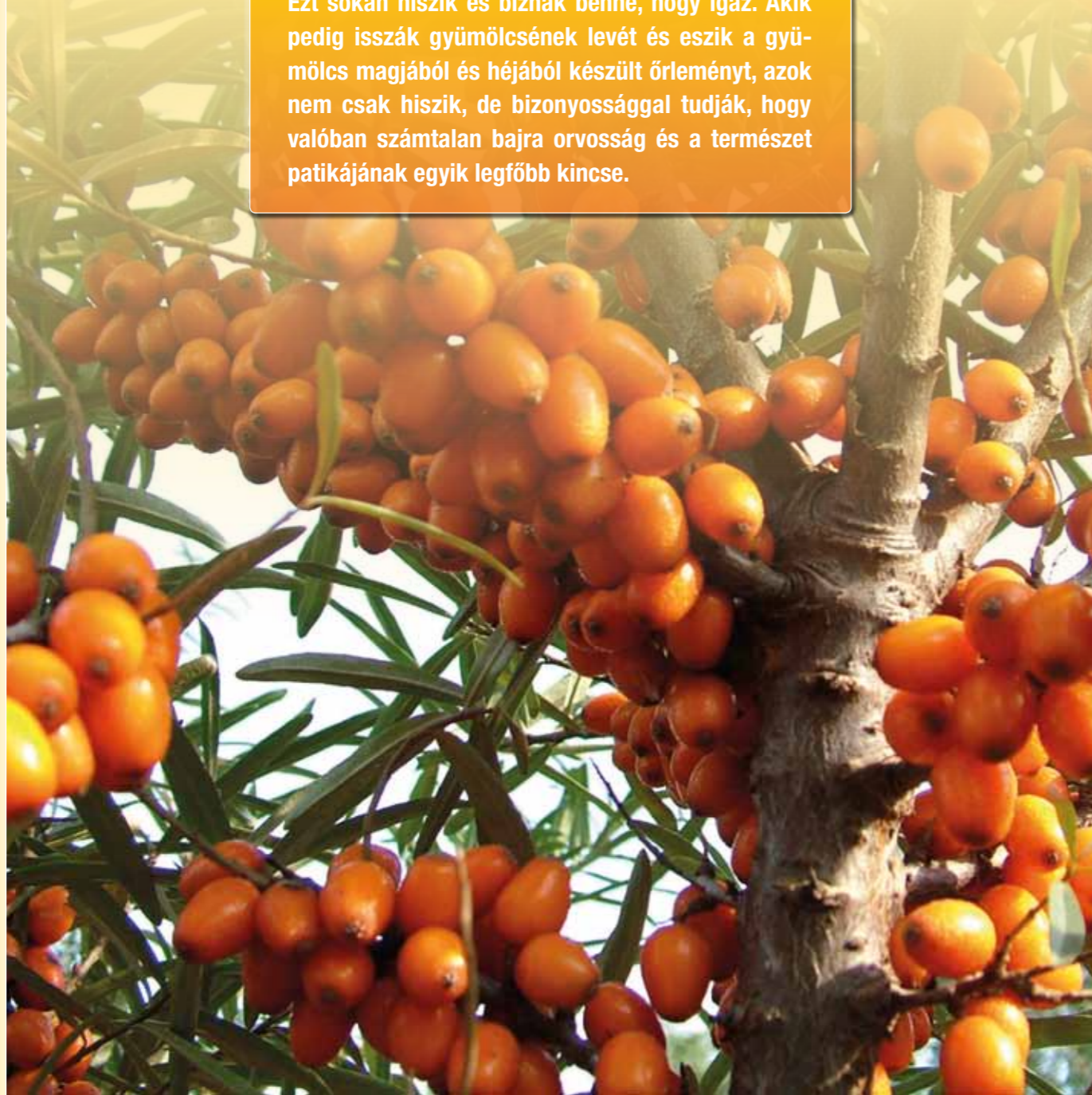


A gyógyító növények királynője: a homoktövis

Ha megkérdezik egy szakembert, mire jó a homoktövis, a válasz csak annyi szokott lenni: mindenre. Ezt sokan hiszik és bíznak benne, hogy igaz. Akik pedig isszák gyümölcsének levét és eszik a gyümölcs magjából és héjából készült örleményt, azok nem csak hiszik, de bizonyossággal tudják, hogy valóban számtalan bajra orvosság és a természet patikájának egyik legfőbb kincse.



A homoktövis sűrűn ágas, 1,5–3 méter magas, lombhullató, szélporozta cserje. Hajtásai rendszerint tövisesek, termése narancssárga bogyó, talaj iránt nem igényes, a napot szereti. A téli hideget jól viseli, a fagyok nem károsítják. Szibéria és Mongólia területén is eredményesen teremthető.

Már a hetedik században klasszikus tibeti gyógyszerként jegyezték fel. Az egyik legrégebben használt gyógynövény, az egészség tárának is hívják. Több mint 190 biológiailag aktív komponenst tartalmaz.

teszi alkalmassá a talaj megkötésére az erdőirtásokon. Hazánkban gyakran ültetik dísznövényként, mert termése hosszú ideig díszít.

ITTHON IS TERMELIK A GYÓGYÍTÓ GYÜMÖLCSÖT

Könnyen szaporítható fás és gyökérdugványokról. Leghamarabb gyö-



Gyümölcsöt 5–6 éves korától hoz. A termés alakja tojásformájú, 7–9 mm átmérőjű, egymagvú.

Termése augusztus elejétől október végéig érik be, savanykás, de a feldolgozás után kellemes ízű üdítőként fogyasztható.

Természetes előfordulási helye megtalálható tengerpartok laza, erősen alkális homoktalajaitól a hegyvidéki kötött, savanyú erdőtalajokig. Ez utóbbi tulajdonsága

Gyógyhatások:
A, E, F, C, B₁, B₂, P
vitaminokban gazdag,
karotinoidokat, flavonoidot,
káliumot, cinket, magnéziumot,
kalciumot, nyomelemeket és
zsírsavakat tartalmaz. Magas
antioxidáns tartalma miatt
daganatgátló hatású.

kérsarjak telepítésével nyerhetünk csemetét, melyből egy törzs alakításával szép fácskát nevelhetünk. Nem különösebben igényes, az öntözést és a tápanyagellátást (szerves trágyát) meghálálja azonban.

A kecskeméti **Szent Kristóf Ház Kft.** évek óta termeli és gyártja a homoktövisből készült finomságokat: a bionektárt, a bioelőt, a biolekvárt és a bioörleményt.

Nagy Ervinné, a cég vezetője már minden egyes apró részét ismeri a homoktövisnek.

– A bogyo szedése a sűrű tüskék miatt rendkívül nehéz, időigényes munka. A készítmények alapanyagául szolgáló biohomoktövis a Kecskemét határában lévő **Biokontroll Hungária Kht.** által ellenőrzött ökológiai gazdálkodásunkból származik – mondta lapunknak Nagy Ervinné.

– Termékeink tartalmazzák a bogyo húsának levét és a benne lévő olajokat. A préselt kíméletes eljárással, vákuumos technikával kezeljük, hogy megőrizze a gyógynövény jótékony hatóanyagait. A nektárhoz biomézet, a lekvárhoz bionádcukrot használunk, de a cukorbetegség számára 100%-os préslevet is árulunk – tette hozzá a termelő, aki egyedülálló módon nyers formában is árusít a biopiacon a termékből. Kipréselt lét, mézzel vagy méz nélkül és nyers héjmagörleményt is. Senki más nem árusítja így, pedig ilyenkor van a legnagyobb beltartalmi értéke.

Ivólé, dzsem, bor, likőr, zselé, pálinka, héj és magörlemény, sőt olajtermék is készül belőle, valamint skandináv kozmetikumok kedvelt alapanyaga is. Kiemelkedő a C-vitamin-tartalma, mely a citroménak tízszerese.

A kínaiak nem véletlenül nevezik a homoktöviszt a gyógyító növények királynőjének. Ősidők óta jól ismerik és használják ezt a csodaszert, akárcsak a tibetiek és a mongolok. Nagy alázattal tisztelik varázslatos erejét és a testre, lélekre gyakorolt üdvös hatását.

GYÓGYHATÁSA IGEN SOKRÉTÚ

Általában elmondható a homoktövisről, hogy gyógyítási és megelőzési céllal egyaránt használatos, melyet úgy külsőleg, mint belsőleg eredményesen lehet alkalmazni. A homoktövis növeli szervezetünk ellenálló képességét, például műtét vagy fertőző betegségek utáni legyengüléskor igen jó immunrendszer-erősítő. Csökkenti a vér koleszterinszintjét, ezáltal lassítja az érlemezés kialakulását. Elősegíti az optimális testsúly fenntartását. A különböző készítményeket szedhetjük testi, lelki fáradtság, kimerültség, étvágytalanság,

fertőzésveszély (influenza és náthás meghűlések) esetén, de eredménnyel alkalmazhatjuk szénanátha és minden típusú allergia ellenében is. Gyulladáscsökkentő és hámosító hatásának köszönhetően segíti a sebgyógyulást, jótékonyan hat a repedezett, száraz bőrre, de a bőrbetegségek (akne, ekcéma) gyógyulását is serkenti. Nem elhanyagolható védelmet nyújt az UV-sugárzás ellenében. A magolajából készült készítményeket epehólyag-gyulladásban és hasnyálmirigy-megbetegedésben szenvedőknek nem javallják. Egyébként az előírásokat betartó fogyasztását követően mellékhatást



még nem mutattak ki. A magolaj különösen alkalmas nehezen gyógyuló sebekre, fagyási és égési sérülésekre, sőt sugársérülésekre is. Hatékonyan alkalmazható gyomorpanaszok (gyomorégés), gyomorfekély, nyombélfekély kezelésére is. Alkoholistáknál elősegíti a májfunkció helyes működését, illetve csökkenti az elvonási tünetek kellemetlenségét. A leveléből készült teát megfázásos, hűléses megbetegedések esetén alkalmazzák.

A GYÁRTÁS FOLYAMATA

1. Leszedik.
2. Kipréselik a levét.
3. Ízesítik és palackokba töltik.
4. Héját, magját megszártják.
5. Megőrlik, ebből lesz a homoktövispor.

TALAJMŰVELÉS, TÁPANYAG-GAZDÁLKODÁS

A homoktövisnek egészséges fejlődés esetén a hatodik évben el kell érnie a 2,5–4 méteres magasságot. Ez csak folyamatos tápanyag-utánpótlás, öntözés és növényápolás mellett lehetséges.

ÖNTÖZÉS

Termése télen is a fán maradhat. Márciusban virágzik,

ezután fejlődik ki a termés. Ekkor a nagyobb adagú öntözés (50 mm) a bogyófejlődést és a kedvező rügydifferenciálódást egyaránt elősegíti.

BETAKARÍTÁS

A gyümölcs szürete a növény biológiai adottsága miatt – sűrűn tövises – nehézkes. A vesszők teljes hosszában és a levélhónaljakban szorosan ülő, rövid kocsányú bogyókat nehéz megfogni. Egy szedő naponta 25–35 kg termést tud leszedni, ezért kézi szedése nem gazdaságos.

Szibériában a szürettel megvárják az első fagyokat, ezután már kézzel is könnyen lerázzák, majd összegyűjtik a termést. A biológiai érték megőrzése érdekében még a fagyok előtt tanácsos szüretelni, azonban ezért a terméssel megrakott ágakat lemetszik a fákról, és az e célra kialakított cséplőgéppel szedik le a bogyókat.

Radics Márk

MEGREDELHETŐ:

Nagy Ervinné, (06-30) 943-0168

Magánszemélyek részére: rendeles@biohomoktovis.hu

Kis- és nagykereskedők részére: info@biohomoktovis.hu

Tisza Kábel

Informatikai hálózat
kivitelezése és üzemeltetése

Közép- és Dél-Magyarország
régióiban

Tel.: (06-20) 778-2191