



NEMZETI
NÉPEGÉSZSÉGÜGYI
KÖZPONT

ALLERGÉN NÖVÉNYEK II.

Lágyszárú növények

Dr. Magyar Donát

A könyvet írta:

Dr. Magyar Donát

aerobiológus, Nemzeti Népegészségügyi Központ,
Környezetegészségügyi Laboratóriumi Főosztály

Szakmai lektorok:

Dr. Orlóci László

igazgató, ELTE Fűvészkert; elnök, Magyar Díszkertészek Szövetsége

Papp László

botanikus, ELTE Fűvészkert

Dr. Szigeti Tamás

Junior Prima díjas levegőhigiénés szakértő
Nemzeti Népegészségügyi Központ

Nyelvi lektor:

Mezőffy Lajosné

Nemzeti Népegészségügyi Központ

Az illusztrációkat készítette:

Abonyi Zsuzsanna és Dr. Magyar Donát

Készült:

A Nemzeti Népegészségügyi Központ nyomdájában. 2021.

Felelős kiadó:

Dr. Müller Cecília

országos tisztifőorvos

Szerkesztette:

Novák Anikó

Kedves Olvasó!

Földünkön közel 300.000 virágos növényfaj ismert, azonban csak néhány száz termel allergén pollent, és ezek közül is alig 50-80 faj fordul elő hazánkban. Elsősorban azok a növények okoznak allergiát, melyek sok virágport termelnek, és azt a levegőbe is juttatják (azaz szélbeporzásúak), hosszan virágoznak és tömeges elterjedésűek. Kiadványunk első részében a leggyakoribb allergén fákat és cserjéket mutattuk be, e második részben pedig a lágyszárú növények szerepelnek. Számos gyomnövény esetén a csíranövényt is ábrázoltuk, mivel ezeket kézi gyomlálással a legegyszerűbb eltávolítani a kiskertekből vagy balkonládákból. Az allergia elleni védekezés természetesen akkor igazán hatékony, ha elérjük, hogy a településeken és az azokat övező mezőgazdasági területeken kevés allergén növény vegyen körül bennünket. Kétségtelenül ennek első lépése, hogy az érintettek (mezőgazdászok, kertészek, kert- és tájépítészek, döntéshozók, betegek, orvosok) ismerjék meg a közvetlen környezetünkben előforduló allergén növényeket. A klímaváltozás következtében számos növényfaj megtelepedésére kell számítanunk, melyek allergizáló és sok esetben inváziós tulajdonsága is már jól ismert. Az újonnan érkező növények között szép számmal akadnak rossz hírnevű allergének, úgy, mint a parlagfű fa méretű rokona. Az invazív növények között meglepően magas az allergének aránya. A száz legveszélyesebb invazív faj között szereplő 32 szárazföldi növényfaj 40%-a esetében

jelzi az orvosi szakirodalom a pollenallergiát. Ezek közül még csak egy növény (a japán keserűfű) telepedett meg hazánkban. Az új allergének behurcolása ellen azonban sokat tehetünk. A korábbi inváziós esetek példája arról tanúskodik, hogy az elterjedést jelentősen segíti az áru-forgalom növekedése, szabályozatlansága, és a megfelelő ismeretek hiánya. Sok özönfaj dísznövényként jelent meg először. A kiskertekből, termőföldekről elterjedt növényfajok ezt követően folyamatosan új térrészeket hódítottak meg. Mindezek miatt fontos az ismeretek bővítése e téren. Jelenleg az internetes vásárlás korlátlan lehetőséget biztosít, hogy egy dísznövényt akár a föld legtávolabbi pontjáról megrendeljünk. Erre számos példát találhatunk. A legveszélyesebb, ismerten invazív, meleg éghajlatról beszerezhető allergén növényeket összegyűjtöttük kiadványunkban. Internetes növényvásárlás, telepítés előtt tehát érdemes e kiadványt átlapozni, és ellenőrizni, hogy „választottunk” nem szerepel-e a listán. Reméljük, hogy kiadványunk ezzel is elősegíti, hogy a jövőben tisztább, és új környezeti eredetű allergénektől mentes levegőt lélegezhessünk be.

A növények tanulmányozásához kellemes olvasást és jó egészséget kívánok!

A szerző

Jelmagyarázat

potenciális allergenitás

A potenciális allergenitás egy adott növényfaj lehetséges allergiakiváltó képességét jelenti a növény pollenszemeinek allergizáló tulajdonsága, a pollen alaktani tulajdonságai és pollentermelése alapján.

A kiadványban mindegyik növényfaj esetén jelöljük a potenciális allergenitás szerinti minősítést az alábbi táblázatban szereplő jelölésnek megfelelően:

jelölés	potenciális allergenitás
	nem allergén
	kis mértékben allergén
	mérsékelten allergén
	erősen allergén
	nagyon erősen allergén
	valószínűleg allergén (további vizsgálatot igényel)

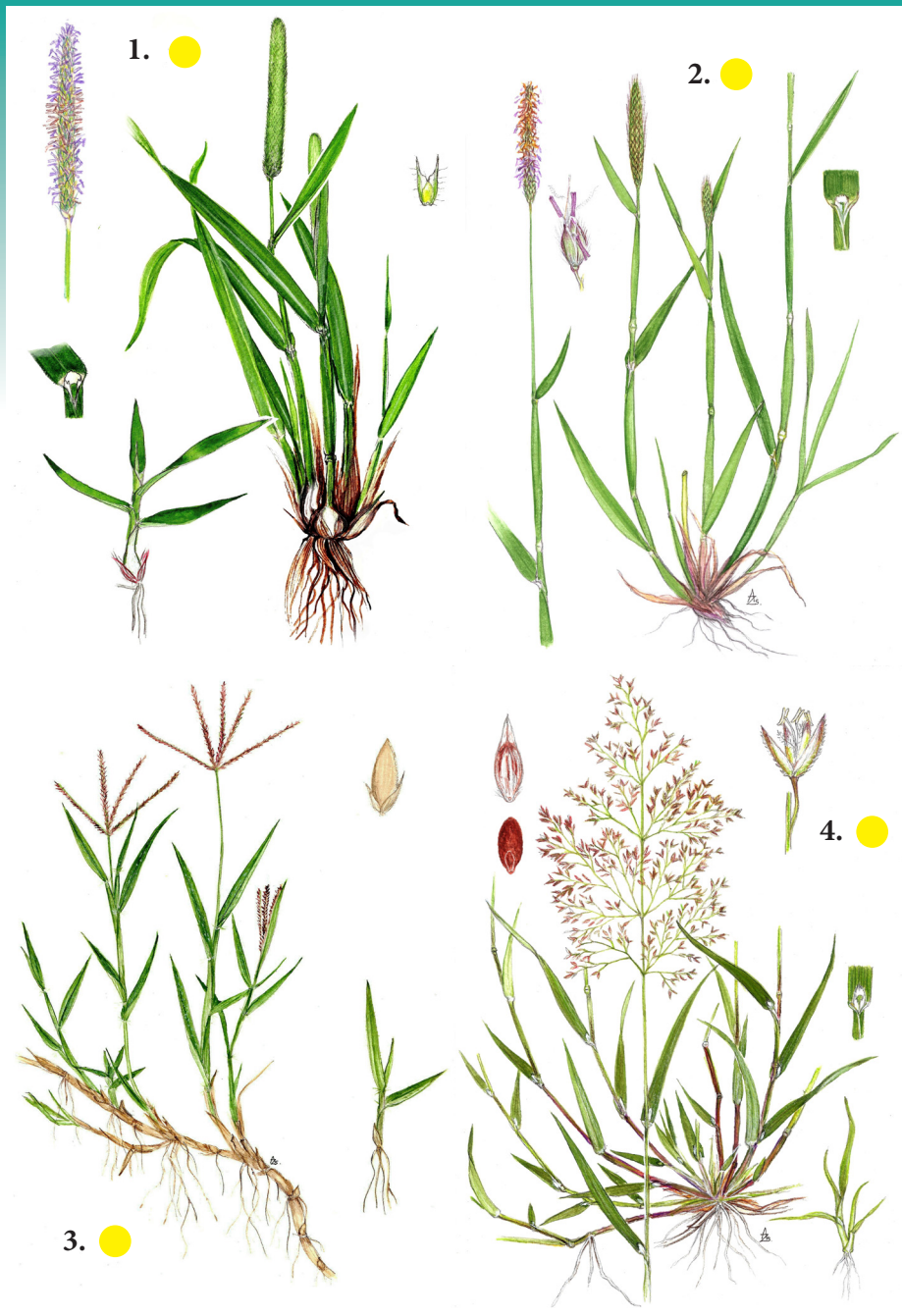
„A színekódok nem az esetleges allergiás tünetek erősségét jelzik, hanem annak valószínűségét, hogy az adott növény hazánkban allergiát okoz. Allergológiai szempontból **nem ajánlottak a sárga, narancssárga, piros és szürke színnel jelzett növények**. A potenciális allergizációról bővebben: Magyar, D., Zséli, G., Szigeti, T., Páldy, A., Udvardy, O., Orlóci, L: A növények potenciális allergizációja - áttekintés és módszertani javaslat. Egészségtudomány, 2020 (4).”

Pázsitfűfélék

(Poaceae)

Igen széles körben elterjedt növénycsalád, számos (668) nemzetséggel. Jellemzőjük a szalmaszár (nádszár), a széles levél és a virágzat, mely többnyire kalász vagy buga. Sztyeppék, kaszálók, legelők gyepek növényei; számos termesztett (pl.: búza, kukorica, rizs) és kerti dísnövény, valamint gyomfaj tartozik ide. Szélbeporzásúak, de az egyes fajok által termelt pollenmennyiség, és a virágzási időszak nagyon különböző. Pollenszemeik allergének. A pázsitfűfélék pollenszezonja időben elnyújtott, áprilistól egészen október végéig tart, mivel több száz faj pollenszórásából adódik össze, melyek részben átfednek, részben egymást követik. A szezon allergiások számára legmegterhelőbb időszaka a május, ekkor szóródik először nagy mennyiségű pollen, melynek következtében az allergiás tünetek fellángolnak. A nyárfa termések repítőszerei (nyárfaszöszt) is pont ekkor jelennek meg a levegőben. A lakosság gyakran ezeknek az ártalmatlan (vagyis allergént nem tartalmazó, belül üres) nyárfaszöszöknek tulajdonítja a fűpollen allergia tüneteit. E félreértés sokszor a nyárfák kivágásához vezet. A gyepes területek nagy része a nyári hőségben elszárad, kiég. Ez jelentősen csökkenti a pollenkoncentrációt június végén, illetve júliusban. Az allergiások számára ez általában enyhe, majdnem tünetmentes időszak. A pollenkoncentráció előrejelzése fontos információ a fűpollen allergiásoknak (ebben a pázsitfűfajok összevontan szerepelnek). A pollenelőrejelzés felhív-

ja a figyelmet az esetleges viharasztma veszélyére, mely a nyári viharok során alakulhat ki. Ekkor a nedvességtől szétrobbanó fűpollenből allergén részecskék áramlanak ki, melyek a tüdő mélyebb régióiba jutva, akár végzetes kimenetelű asztmás rohamot is okozhatnak. Az allergiások a magasra nőtt gyepek megfelelő gondozásával védekezhetnek az allergia ellen. Az alábbiakban a pollenallergia szempontjából figyelemre méltó fajokat mutatjuk be a termesztett gabonafélék, kerti gyepalkotó, és a vadon élő (gyom) pázsitfűfélék közül. Réteken, legelőkön fordul elő a **mezei komócsin** (*Phleum pratense*, 1. ábra). Az orvosi szakirodalomban a legerősebben allergizáló pázsitfűként szerepel. A virágzat hengeres, tömött. Pollenzórás: 6-8. hó. Hasonlít hozzá a sima komócsin (*P. phleoides*), és a **réti ecsetpázsit** (*Alopecurus pratensis*, 2. ábra), de ez utóbbi faj kevésbé allergén (pollenzórás 4-7. hó). Tömött, hengeres bugavirágzata igen puha, a csúcsa tompa. Eurázsia-ban mindenütt megtalálható; az amerikai kontinensre és Ausztráliába betelepítették. A **csillagpázsit** (*Cynodon dactylon*, 3. ábra) erősen allergén. Virágzata ujjas kalász (a kalászok egyenlő magasságból indulnak). Kedvezőtlen tulajdonsága, hogy a rövidre nyírt gyepekben is képes pollent termelni. Sűrű gyepet alkot, a föld alatt kúszó erőteljes tarackokkal is terjed, akár több méter átmérőjű klónokat is létrehoz. Tűz után is újrasarjad. Pollenzórás: 6-10. hó. A **fehér tippan** (*Agrostis stolonifera*, 4. ábra) tarackokkal, és a talajon elfekvő legyökeresedő indáival is terjed. Vizenyős, nedves fekvésű területeken fordul elő. Legelők értékes növénye, de pázsit és golfpályák létesí-



1. mezei komócsin, 2. réti ecsetpázsit, 3. csillagpázsit,
4. fehér tippán

tésére is használják. Dísz változatát „csüngő bambusz” néven árulják. Pollenszórás: 6-8. hó. Külföldön jelentős allergénként tartják számon rokonát, a takarmánynövényként egyébként értékes óriás tippant (*Agrostis gigantea*), és a **borjúpázsit** (*Anthoxanthum odoratum*, 5. ábra).

A **rozs** (*Secale cereale*, 6. ábra) erősen allergén, azonban igen nagyméretű pollenje nem jut messzire, így csupán a gabonátábla közelében okozhat tüneteket. Kékeszöld színű, vastag viaszréteggel fedett szalmaszára van, kalásza 5-20 cm hosszú, tömött, enyhén bókoló, négyszögletes keresztmetszetű. Szemtermése a búzáénál karcsúbb, megnyúltabb. Mára háttérbe szorult a búzával szemben, hazánkban a Nyírségben, a Duna-Tisza közén, valamint Somogy, Zala, Veszprém és Győr-Moson-Sopron megyében termesztik. Szereti a savanyú homoktalajokat. Olyan helyekre vetik, ahol más gabona nem tud megteremni. Pollenszórás: 5-6. hó.

A magasra növő fűfélék közül említést érdemel a nád (*Phragmites australis*), a bambusz (*Bambusa* spp.) és a **siska nádtippan** (*Calamagrostis epigeios*, 7. ábra). Ez utóbbi vágások, rétek, legelők, lápos területeken tömegesen előforduló, gyomnövény. Pollenszórás: 6-7. hó. Az egész északi mérsékelt égövben megtalálható. Nád helyett tetőfedésre is használják. Közele rokonai, a magasra megnövő, dísznövényként kedvelt nádtippanok (pl. *C. acutiflora*, *C. brachytricha*), a kertészetekben kaphatók, ám a fűpollen allergiások ezekre is érzékenyek lehetnek. Allergén és inváziós terjedésre képes a nálunk dísznö-



7. ●



6. ●



5. ●

5. borjúpázsit, 6. rozs, 7. siska nádtippan

vényként fellelhető olasz nád (*Arundo donax*), és a vörös alangfű (*Imperata cylindrica*). A többi díszfű faj telepítése sem javasolt allergiások lakóhelyének közelébe, kertekbe, utcafrontra, ablak közelébe. Kedvelt dísznövény a **pampafű** (*Cortaderia selloana*, 8. ábra), melynek őshazája Dél-Amerika. E növény 2-3 méter magas; nyár végén pedig nagyon mutatós, hatalmas, 1 méteresre is megnövő fehér vagy rózsaszín pollenadó buga virágzatot fejleszt. A buga télen is díszíti a növényt. Hasonló nagy virágzattal ékeskedő díszfű a virágos nád (*Miscanthus sinensis*), a **csíkozott levelű zebrafű** (*Miscanthus sinensis* 'Zebrinus' 9. ábra) a vattacukorfű (*Muhlenbergia capillaris*), a nagyvirágú fényperje (*Koeleria macrantha*) és élő tollborzfü (*Pennisetum alopecuroides*). Ezek helyett érdemes inkább a levelükkel díszítő, kis virágzatú fűfajokat ültetni.

A városi zöldterületek, kertek pázsitfűvei közül a leggyakoribb az **angolperje** (*Lolium perenne*, 10. ábra). E lazán bokros növekedésű fű, meddő hajtásokkal is rendelkezik. Enyhe, nedves teleken zöld marad, pollenszórása is hosszú ideig húzódik: májustól szeptember végéig tart. Kalászának tengelye hullámvonalú, ezen ülnek a virágokat tartalmazó füzerkék. A szélben finoman rezgő, pollent szóró portokok megjelenését ne várjuk meg. Rendszeres nyírással, a gyept 30 cm alatt tartásával a pollentermelés megakadályozható. A **vörös csekesz** (*Festuca rubra*, 11. ábra) szintén a településeken, és azok közelében elterjedt fűféle. Kis méretű virágzata miatt nem jelentős a pollentermelése. Sűrű, tömött gyept alkot, jól bírja a szárazságot, és a rövidre nyírást, ezért a fűmag-

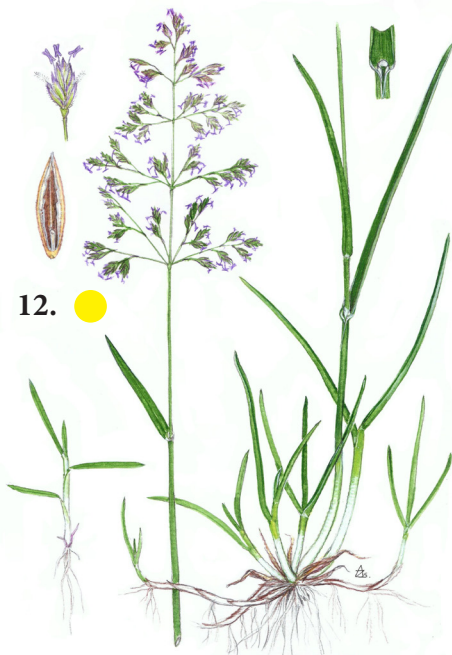


8. pampafű, 9. csíkozott levelű zebrafű, 10. angolperje,
11. vörös csenkesz

keverékekben szinte mindig alkotóelem, de önállóan is telepítik. Közeli rokonával, a réti csenkesszel (*Festuca pratensis*) együtt gyakran található városi környezetben is. Hasonlóan a városi környezetben is megélő, taposást tűrő, ugyanakkor kaszálókön, legelőkön is tömegesen jelenlévő faj a **réti perje** (*Poa pratensis*, 12. ábra).

A **csomós ebír** (*Dactylis glomerata*, 13. ábra) a mérsékelt övi területeken nagyon gyakori, minden kontinensen fellelhető fűfaj. Nagy szénatermésre telepített gyepek növénye, de városi környezetben is sokszor felbukkan. Korán kihajt, kaszálás után is gyorsan sarjadzik. A pollenszórás fő időszaka májustól július végéig tart, de akár októberig is elhúzódhat. Említést érdemel az **egérárpa** (*Hordeum murinum*, 14. ábra), amely a termesztett árpa (*H. vulgare*) hasonló, de kis termetű. Városokban, útmenti gyomtársulásokban gyakran találkozhatunk vele. Elhanyagolt gyepekben a nagyobb állományok pollentermelése számottevő lehet, mely fűnyírással megelőzhető. Virágzása májustól júliusig tart. Nyár közepére jellemzően elszárad, kiég.

A **zöld muhar** (*Setaria viridis*, 15. ábra), és a ragadós muhar (*S. verticillata*) szintén elhanyagolt városi zöldterületeken előforduló gyom. Allergének, de pollentermelésük valószínűleg nem jelentős. Hazánkban is fellelhető az inváziós terjedésre képes aszályfű (*Eleusine indica*). Külföldi felmérésekben allergenitást mértek számos további fűfaj esetében, melyek között szerepelnek a rozsnokok (*Bromus* spp.), a közönséges tarackbúza (*Elymus repens*), a nyugati búzafű (*Pascopyrum smithii*), a sziki fű (*Distichlis*



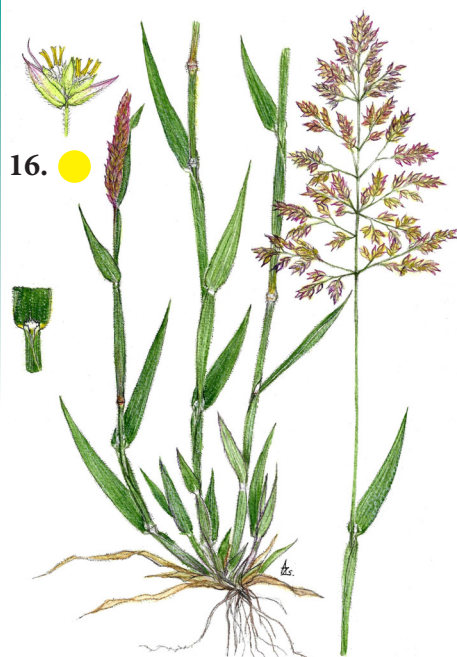
12. réti perje, 13. csomós ebír, 14. egérárpa, 15. zöld muhar

spicata), az alacsony szúnyogfű (*Bouteloua gracilis*), a fe-nyércirok (*Sorghum halepense*), a bahiafű (*Paspalum no-tatum*), a pelyhes **selyemperje** (*Holcus lanatus*, 16. ábra) és a franciapaerje (*Arrhenatherum elatius*).

Disznóparéjfélek

(Amaranthaceae)

Egyik leggyakoribb képviselőjük a **szőrös disznóparéj** (*A. retroflexus*, 17. ábra, pollenszórás: 7-10. hó). Egynyári növény, hazánkban az egyik legelterjedtebb, és legin-kább terjedő gyomfaj, főként kapáskultúrákban jellem-ző. Levélnyele hosszú, a levél rombusz-tojásdad alakú. Hasznos fajtái is vannak, melyeket gabonapótló magju-kért, vagy főzeléknövénynek ültetnek. A vörös, lecsüngő virágzatú **bókoló amaránt** (*A. caudatus*, 18. ábra) dísznö-vényként kedvelt. A fent említett kertészeti fajták is okoz-hatnak allergiát. A **celózia** (*Celosia argentea*, 19. ábra) a disznóparéj közeli rokona, balkonládákban, napos kertrészekben citrom, narancssárga, tűzpiros és bíbor színekben pompázó dísznövény. Hullámos-karéjos, ka-kastaréjra emlékeztető és tollas megjelenésű változatai is vannak. Pollenszórás: augusztustól a fagyok beálltáig.



16. selyemperje, 17. szőrös disznóparéj, 18. bókoló amaránt, 19. celózia

Libatopfélék

A libatopok és labodák közeli rokonai a disznóparéjféléknek. Pollenszemeik is ugyanakkor, nyár elején jelennek meg. Ezek is főként gyomok, kapásokban, városi útszegélyeken, romtalajokon nőnek. Az allergiások a kertjük, portájuk tájékáról kézi gyomlálással távolítsák el ezeket a növényeket. Haszonnövények is tartoznak ide (pl.: répa, mángold és spenót). Virágaik egyszerűek, zöld színűek. Gyakori fajok a **fehér libatop** (*Chenopodium album*, 20. ábra) és a **pokolvarlibatop** (*C. hybridum*, 21. ábra), valamint a **kerti laboda** (*Atriplex hortensis*, 22. ábra) és a **tatár laboda** (*Atriplex tatarica*, 23. ábra) - ez utóbbit régebben főzelék- és dísnövényként is termesztették. Hazánkban a szikes vidékeken, továbbá Oroszországban, és az Amerikai Egyesült Államok déli részén gyakoriak a sziksófű fajok (*Salsola* spp.). E növényt Olaszországban és Franciaországban termesztik is. Egyik faja, a western-filmekből jól ismert, szél által görgetett ördögszekér (*S. tragus*), inváziós terjedését Spanyolországból és a Közel-Keletről is jelezték. A kerti seprűfű (*Bassia* vagy *Kochia scoparia*) gyomnövény, de „nyári ciprus” nevű díszváltozata Japánban igen elterjedt, és hazánkban is egyre népszerűbb. A libatoppollen allergiások számára e növények ültetése, felhasználása nem javasolt. Pollenszórás: 7-10. hó.

20.



21.



22.



23.



20. fehér libatop, 21. pokolvarlibatop, 22. kerti laboda,
23. tatár laboda

Földimogyoró

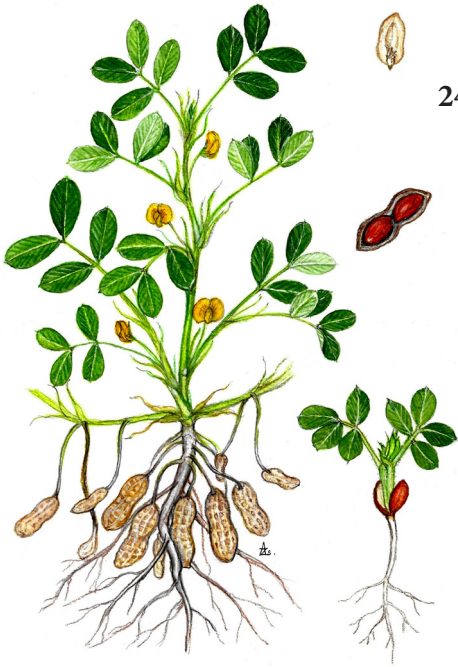
(*Arachis hypogaea*, 24. ábra)

E növény föld alatt kifejlődő termése közkedvelt csemege, amely igen erős allergént tartalmaz. Főként ételallergénként ismert. Kiadványunkban azért kapott helyet e csemege, mivel nassolás közben kiszóródó apró részecskéi a háziporba kerülhetnek, és onnan felkavarodva, belélegezve légúti allergiás tüneteket is kiválthatnak az arra érzékenyeknél.

Kenderfélék

(*Cannabaceae*)

E növény családba tartozik a kender és a komló. A kender (*Cannabis sativa*) nem csupán, mint a marihuána alapanyaga ismert. E növényt a rostjáért és olajáért is termesztik, de gyomnövényként is felbukkan. A **japán komló** (*Humulus japonicus*, 25. ábra) a közönséges komlóhoz (*H. lupulus*) hasonló kúszónövény. Kelet-Ázsiában őshonos, de Európába és Észak-Amerikába is áterjedt, veszélyes inváziós fajként tartják nyilván. A kertekbe dísnövényként ültetik, de könnyen kivadul, Magyarországon is többfelé terjed (folyók mentén, ártereken, erdőszéleken). A pollenallergián túl, leveleinek horgas szőrei bőrgyulladást is okozhatnak. Kétlaki, július és szeptember között virágzik.



24.



25.



24. földimogyoró, 25. japán komló

Fészkesek

(őszirózsafélék, Asteraceae)

E növényekről a pompás kerti virágok jutnak eszünkbe: a margaréta és a krizantém, de tartoznak ide gyomnövények is, mint az üröm, a gyermekláncfű (pitypang), a bogáncs és a bojtorján, a tetszetős, de özönfajjá vált borzas kúpvirág, az aranyvessző, a betyárkóró és a parlagfű. Számos dísz- (dália, százszorszép, medvetalp), gyógy- (kamilla, árnika, cickafark, körömvirág, varádics, peremizs) és haszonnövény (napraforgó, cikória) is e család tagja. Nem kell pollenallergiától tartanunk a dísznövények azon fajtáinál, ahol a virágzat telt formájú, pompon vagy gömb alakú. Az egyszerű („anemone”) virágzatok is csak elvétve okoznak tüneteket, amikor közelről megszagoljuk őket, vagy nagyobb kiterjedésű ágyásaik közelében hosszabb ideig tartózkodunk. Ezekből a pollenszemek kevésbé jutnak a levegőbe, mert virágaikat a rovarok porozzák be. Ábráinkon a Magyarországon védett **árnika** (*Arnica montana*, 26. ábra) mellett a köztéri virágágyások szemet gyönyörködtető növényei, a **napfényvirág** (*Helenium autumnale*, angolul: sneezeweed, 27. ábra), valamint a **bíbor kasvirág** (*Echinacea purpurea*, 28. ábra) szerepelnek. A fészkesek fajokban gazdag családjában gyakori a keresztreakció, amikor nem egy fajra, hanem sok fajt magába foglaló fajcsoportra érzékeny valaki. A belőlük előállított készítmények (teák, kenőcsök, stb.) is allergiát okozhatnak, az arra érzékenyeknél. A jelentősebb allergén, polle-nadó fészkeseket az alábbiakban részletesen jellemezzük.



26. árnika, 27. napfényvirág, 28. bíbor kasvirág,

Parlagfű

(*Ambrosia* spp.)

Hazánkban a legtöbb pollenallergiás megbetegedést az **ürömlevelű parlagfű** (*A. artemisiifolia*, 29. ábra) okozza. Észak-amerikai eredetű, invazív gyom. A Kárpát-medencében nagyon elterjedt, de Európa más területein is előfordul (Olaszországban a Pó völgyében, Franciaországban a Rhône-völgyében, továbbá Ukrajnában). Becslések szerint a hazai lakosság 20-25%-a érzékeny rá. A növényt az ország egész területén megtaláljuk, elsősorban a mezőgazdasági földterületeken; ezeken belül is leginkább a napraforgósokban, és azok szegélyén, kukoricásokban és a tarlókon. A művelésből kivont területeken, parlagokon is elterjedt. A bolygatott talajú területeken azonnal megjelenik: öntéstalajokon, ruderaliákon, építési területeken, elhanyagolt telkeken, vasúti töltéseken. Ha a talajt nem bolygatják, a többi gyom lassan átveszi a helyét, kiszorítja. A parlagfű pollen a nyálkahártyára jutva szinte azonnal válaszreakciót vált ki az erre érzékenyeknél. A parlagfűre allergiásoknál könnyebben kialakul az allergia más növényekkel szemben is. E betegeknek az asztma kialakulásának kockázata is fokozottabb. A parlagfű allergia bármely életszakaszban kialakulhat. A pollenszemek a széllel több száz kilométer távolságra is eljuthatnak. A fiatal növények levelei hasonlítanak a bársonyvirágra vagy büdöskére (*Tagetes*). A levelek sötétzöldek, szőrözöttek, rövidnyelűek 1-2(3)-szorosán, szárnyasan szeldeltek (a legfelső szárlevelek néha tagolatlanok). Erő-

29. ●



29. ürömlevelű parlagfű

teljes növekedésű, a kifejlett növény általában 20-140 cm magas, dúsan elágazó. Az allergén, pollent termelő virágok, az ágak végén füzérekben helyezkednek el (termős virágok lejjebb, vagy a füzérek alján, vagy a felső lombszelevek hónaljában ülnek). A porzós jelleg a magasabb állományokban erősödik. Az elterjedését segíti, hogy egy növényen akár több tízezer mag is beérhet, melyek a talajban akár 30-40 évig is megőrizhetik csírázókéességüket. Kézi gyomlálással, mezőgazdasági területeken gyomirtós permetezéssel, évi többszöri kaszálással védekezhetünk ellene. A kaszálás törvénybe iktatott kötelessége a földtulajdonosoknak. A nem megfelelően időzített kaszálás hatására még több virágzatot fejleszt a növény. A növény érintése egyeseknél bőrirritációt okoz. Tévesen gyógynövényként alkalmazzák egyesek, de fogyasztása veszélyes, agy- és vesekárosító lehet. Virágzásuk hosszú ideig, július végétől októberig végéig tart. A pollenszórás csúcsideje augusztus közepe és szeptember első hete közé esik.

A parlagfű nemzetség 40 faja ismert. A mediterrán tengerpartok homokdűnéin él az egyetlen Európában őshonos faj, a tengerparti parlagfű (*A. maritima*). A parlagfű többi fajának eredeti élőhelye az amerikai kontinens, ahonnan több fajtát is behurcolták Európába. Az évelő parlagfű (*A. psilostachya*) hazánkban is felbukkant, de nem terjed komolyabban. Jelentős kockázatot jelenthet viszont az **óriás parlagfű** (*A. trifida*, 30. ábra) melynek kisebb állományait már fölfedezték Európában. Az *A. confertifolia* egy évelő, és nehezen irtható, agresszív gyom, mely jelenleg Izraelben okoz nagy károkat.

30. ●



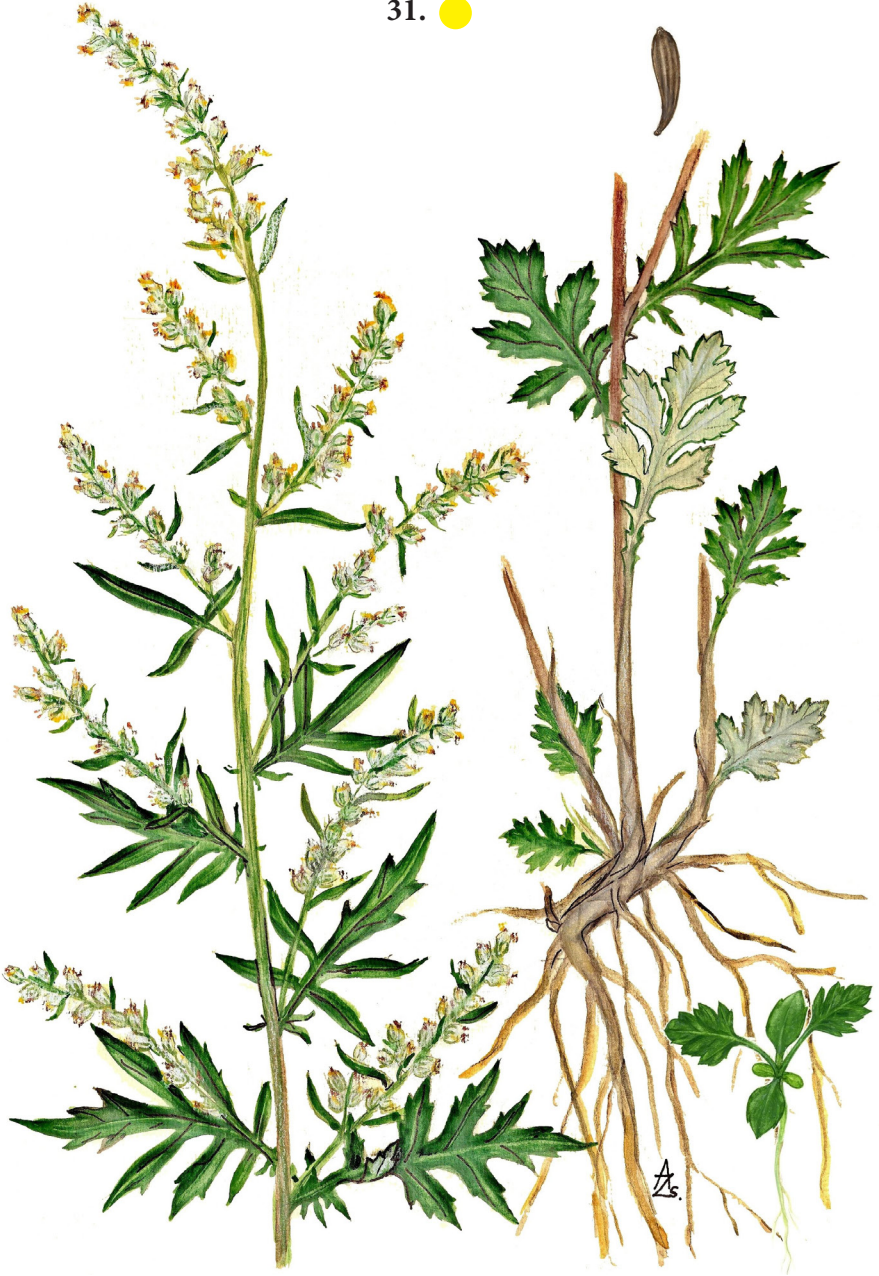
30. óriás parlagfű

Fekete üröm

(*Artemisia vulgaris*, 31. ábra)

Erősen allergén, 50–200 cm magas, bozóttá növő gyomnövény. Szára barnás, fásodó, a levelei kétháromszorosán, szárnyasan szeldeltek, színükön sötétzöldek, fonákjukon fehéren molyhosak. Apró, csöves virágai sárgásak, vörösesbarnásak. Utak mentén, és szántóföldi gyomtársulásokban gyakori. A parlagfű rokona, de vele ellentétben, kaszálás után nem hajt újra a virágzati tengely. Észak-Európában a fekete ürömöt tartják (a nyír mellett) a legerősebb allergénnek. Más, dísz-, fűszer- vagy gyógynövényként ismert ürömfajok pollenszemei is allergizálhatnak (pl.: a tárkony (*A. dracunculus*) és az istenfa (*A. abrotanum*)). Tengerpartokon, szikeseken, sivatagos területeken különféle ürömfajok nagy állományai fordulhatnak elő (pl. a háromfogú üröm (*A. tridentata*), mely az Amerikai Egyesült Államok egyes száraz vidékein „sagebrush” néven ismert, 2 m magas félcserje). Nálunk az üröm okozta pollinózis tüneteit többnyire elfedi a vele egy időben virágzó parlagfű. Pollenszórás: 7–10. hó.

31. ●



31. fekete üröm

Parlagi rézgyom

(*Iva xanthiifolia*, 32. ábra)

A parlagfű rokona. Magasranövő (120- 150, de akár 300 cm), egynyári gyomnövény. Felső részén dúsan ágas, leveles; levele kihegyesedő tojásdad; széle egyenlőtlenül, durván fogazott. A virágok nem feltűnőek, zöldes-sárga színűek. Bőségesen termeli a pollenszemeket. Észak-Amerika középső részéről hurcolták be; hazánk keleti része felől terjedőben van. Júliustól szeptemberig virágzik.

Aranyvessző

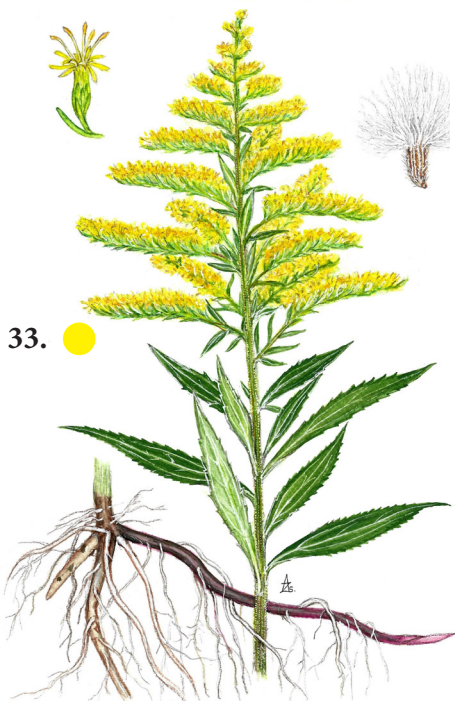
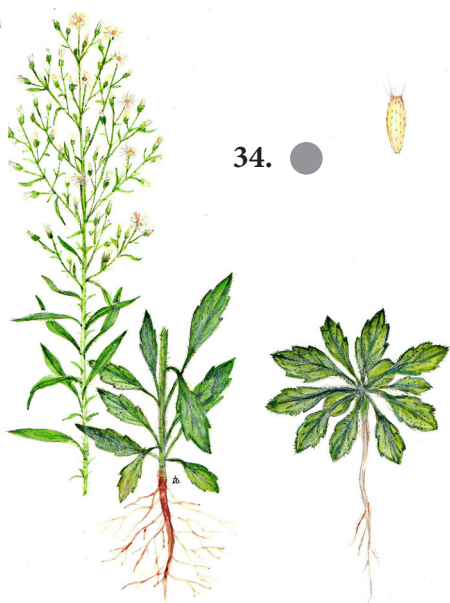
(*Solidago* spp.)

További, említésre érdemes invazív fészkes gyom a hazánkban elterjedt, a sárgán aranyló virágzatáról messziről felismerhető **kanadai aranyvessző** (*S. canadensis*, 33. ábra), és a magas aranyvessző (*S. gigantea*). Díszítőértéke miatt gyakran vázába kerül, és ekkor allergiát okozhat. A nagyobb állományok közelében is tüneteket tapasztalhatnak az allergiások.

Betyárkóró

(*Conyza* vagy *Erigeron canadensis*, 34. ábra)

Szintén invazív, nagy állományokat képez, de kevésbé feltűnő növény.



32. parlagi rézgyom, 33. kanadai aranyvessző, 34. betyárkóró

Szerbtövis

(*Xanthium* spp.)

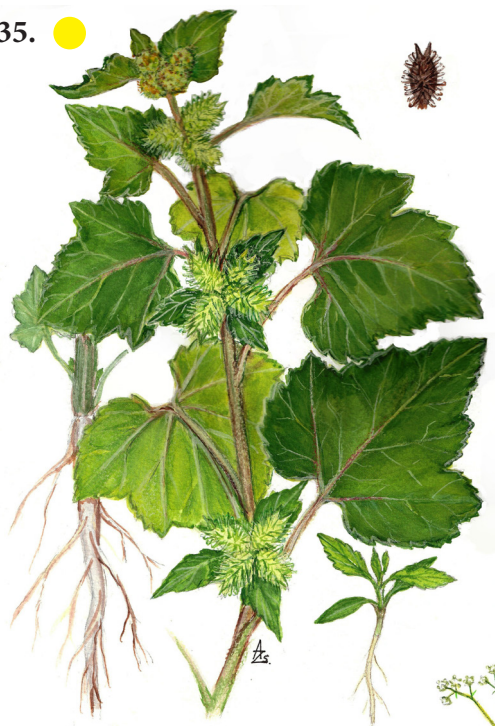
A **bojtorján szerbtövis** (*X. strumarium*, 35. ábra) nagy, zöld, tojásdad, visszahajló horgas tüskékkel borított terméséről könnyen felismerhető. Pollenszemei általában kisebb mennyiségben megtalálhatóak nyáron a levegőben. A parlagfű rokonságában több olyan allergén, inváziós növény is található, melyek hazánkban még nem jelentek meg, vagy csak elvétve bukkantak fel. Ezek a klímaváltozás nyomán további területeket hódíthatnak, és számíthatunk elterjedésükre. Fontos, hogy behurcolásukat, dísznövényként való ültetésüket kerüljük. Külföldi utazásokon a parlagfű allergiásoknál tüneteket okozhatnak. Ezek közül az alábbiakban felsorolunk néhányat.

Keserű hamisüröm

(*Parthenium hysterophorus*, angolul: false ragweed, hamis parlagfű, 36. ábra)

E gyomnövény gyakori Észak- és Dél-Amerikában, de invázív fajként meghódította Ausztráliát, Indiát, ahol amellet, hogy jelentős mezőgazdasági károkat okoz, az egyik legfőbb allergénné vált. Európában (Belgium, Lengyelország) már felbukkant. Magassága 30-90 cm, de akár 2,5 méteresre is megnőhet. Tőlevélrózsája fakózöld, levelei mélyen karéjosak. Virágai kicsi fehér fejecskébe tömörülnek, melyek bugába rendeződve, százával találhatók a növényeken.

35.



36.



35. bojtorján szerbtövis, 36. keserű hamisüröm

Gyöngykosárka

(*Anaphalis* spp.)

A parlagfű rokona, nálunk még ritka dísznövény. Tömegesen nyíló hófehér virágai kedves látványt nyújtanak. Sziklakertekben, évelőágyakban egyre gyakrabban találkozhatunk vele hazánkban is. A magról nem gyomosító, steril fajták ültethetők, de az allergiások ne ezzel a növényvel díszítsék a kertjeiket. Száraz virágként is alkalmazzák, de vigyázzunk vele, mert virágpora kiszóródhat a lakásokban. Pollenszórás: 6-9. hó.

Szálaslevelű sédkender

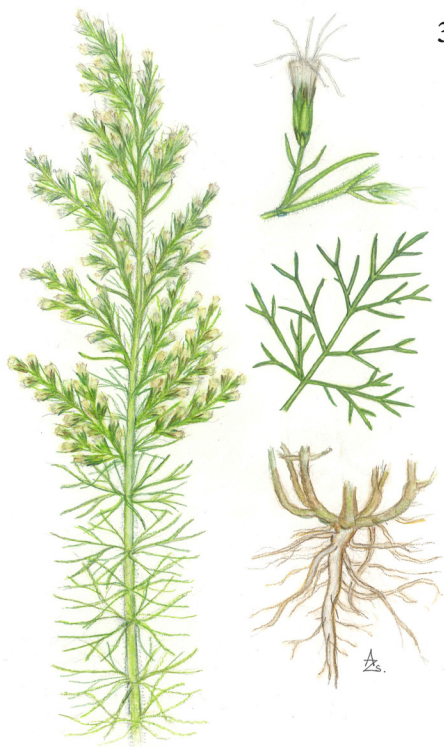
(*Eupatorium capillifolium*, angolul: dogfennel, 37. ábra)

Az Amerikai Egyesült Államok délkeleti részén gyakori, inváziós, allergén pollent termelő gyomnövény, mely szintén a parlagfű rokona. A *Chromolaena odorata* (devil weed, trifid) Afrika trópusi területein terjedő invazív, mérgező, allergén gyomnövény, amely más növényekre felkúszva 10 méter magasságot is elérhet.

Repce

(*Brassica napus*, 38. ábra)

E káposztafélék családjába tartozó növényt azért érdemes megemlítenünk, mivel nagy kiterjedésű területeken term-



37. ●



38. ●

37. szálaslevelű sédkender, 38. repce

esztik, így egyre gyakrabban találkozhatunk a virágporával is, mely rovarbeporzású révén ragadós, és így összetapadva nem jut messzire a széllel. Az allergiás tüneteket tehát inkább csak a repcetáblák közvetlen közelében tartózkodók, illetve a mezőgazdasági munkások tapasztalhatják. Levelei kékeszöldek. Virágai jellegzetesek, élénksárgák. Keresztreakciót ad a pázsitfűfélék, és a nyír virágporával. Pollenzórás: áprilistól szeptemberig. Szárán, levelein, és nem megfelelően gondozott földeken hátrahagyott, őszi szármaradványokon erősen allergén gombák szaporodhatnak el (*Alternaria*, *Phoma* spp.- az előbbi meleg, száraz, napos, míg az utóbbi esős időben okozhat tüneteket).

Palkafélék

(Cyperaceae)

Ismertetőnkben a szélbeporzású sásfélék is említést érdemelnek. Képviselje e gazdag növényfajta sokaságát a mutatós, kertek díszeként ültetett **ósimai sás** (*Carex oshimensis* 'Evergold', 39. ábra), melynek hosszú, vékony leveleit fehér vagy sárga csíkok tarkítják. A legtöbb sásféle e fajjal ellentétben - vízparti növény.

Keserűfűfélék

(Polygonaceae)

A pollenszemeik a levegőben viszonylag alacsonyabb koncentrációban fordulnak elő, május végétől egészen

39. ●



októberig. A pollenjelentésekben gyakran lórom (*Rumex*) pollenként hivatkoznak rájuk. A keserűfűfélékre jellemző az ún. ochrea: a pálhalevelek zárt kürtővé nőnek össze. Termesztett növények is tartoznak ide, például a rebarbara (*Rheum*) és a hajdina, más néven pohánka (*Fagopyrum esculentum*). A keserűfűfélék közé tartozik a sóska is, valamint a **fodros lórom** (*Rumex crispus*, 40. ábra), mely egy gyakori gyomnövény. Nevét hullámos-fodros szélű leveleiről kapta. Elterjedt gyomok a keserűfüvek is. Az apró termetű madárkeserűfű (*Polygonum aviculare*), szó szerint úton-útfélen élénk kerül, hiszen a taposott helyeket kedveli. A sövénykeserűfű (*Fallopia* vagy *Bilderdykia dumetorum*) felfutó, gubancos száraival elborítja a kerítéseket, fákat, oszlopokat. Az óriáskeserűfű fajok közé tartozó **ártéri japán óriáskeserűfű** (*Fallopia* vagy *Reynoutria japonica*, 41. ábra) élő gyomnövény, mely a 2 méter körüli nagyságot is elérheti. Szára felálló, alsó részén levél nélküli és üreges, a csomóknál rekeszekkel tagolt. Levelei nagyok, ép szélűek, széles vagy megnyúlt tojásdadok, többé-kevésbé kihegyezettek. Virágai aprók, leplük tejfehér, 40-100 cm hosszú bugavirágzatot alkotnak. Termése három szárnyat viselő makkocska. Özönfaj; gyökérzetéből fakadó hajtásrendszere összefüggő sarjtelepeket hoz létre. Szinte kiirthatatlan, ha egyszer megtelepedett egy területen. Elszaporodhat az elhanyagolt kertekben, romtalajokon (meddőhányókon, vasúti töltéseken), sövények és utak mentén és az árkokban, ahol tömeges, ott megnehezíti a mederfenntartási munkákat, szétfeszítheti a járdákat, épületeket, gátakat.



40. ●



41. ●



40. fodros lórom, 41. ártéri japánkeserűfű

Csalán

(*Urtica* spp.)

Hazánkban elterjedt növény, üde erdőkben, kertekben, árkok mentén gyakori. Az egész növényt borító csalánszőrök érintése égető, viszkető érzést okoz, apró kiütésekkel. Kétlaki. A porzós virágok lecsüngő füzéreket alkotnak. Pollenje nagy mennyiségben szóródik a levegőben. Mikroszkóppal nehezen különböztethető meg pollenje az erősen allergén falgyométól, mely közeli rokona, így a pollenjelentésekben „csalánfélék” néven, együtt szerepelnek. Ábránkon a **nagy csalánt** (*U. dioica*, 42. ábra) mutatjuk be. Pollenszórás: 5-10. hó.

Falgyom

(*Parietaria* spp.)

A csalánfélék (Urticaceae) családjába tartozó allergén, lágyszárú növények. Hazánkban a **közönséges falgyom** (*P. officinalis*, 43. ábra) gyakori. Az árnyas erdőkben, szurdokokban nagy állományait találhatjuk, de emellett a városi kertekben, belső udvarokban, sövények alatt is megbújik. Levelei lándzsa alakúak, virágai jelentéktelenek. Virágzása: június-szeptember. Rokona, a behurcolt **ágas falgyom** (*P. judaica*, 44. ábra) nálunk viszonylag ritka, azonban a mediterrán vidékeken tömegesen előfordul, például Olaszország romos városfalain burjánzik, és e területeken az egyik legfőbb allergénnek számít, ráadásul virágzása hosszan, március végétől november végéig tart.



42.



43.



44.

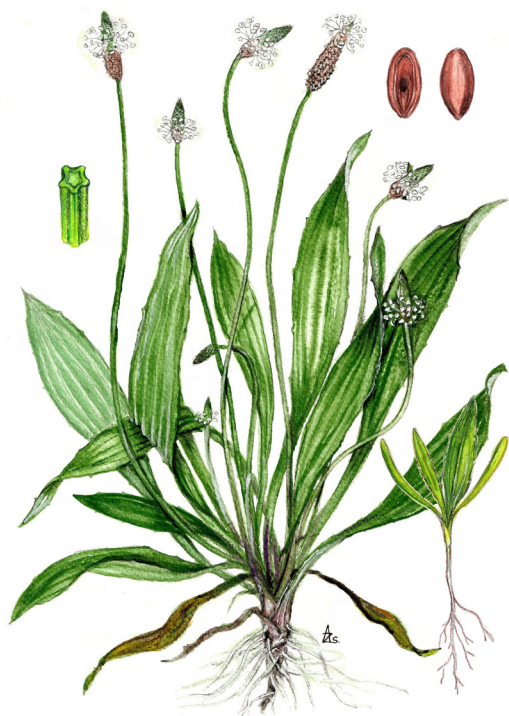


42. nagy csalán, 43. közönséges falgyom, 44. ágas falgyom

Útifű fajok

(*Plantago* spp.)

Útszegélyek, taposott gyomtársulások rétek, legelők jellegzetes növényei. Nem csupán gyomok, hanem üde, nedves mocsárrétek, szikes és sós puszták, homokpusztagyepek, száraz sziklagyepek, védett ritkaságai és értékes gyógynövények is tartoznak közéjük. Világszerte elterjedtek. A füzérvirágzatban az egyes virágok alulról felfelé nyílnak ki, így a pollenszórás elhúzódó, viszont többnyire alacsony pollenkoncentráció jellemzi. A **lándzsás útifű** (*P. lanceolata*, 45. ábra) lándzsa alakú tőlevelein az erek íves rajzolatot adnak. A füzérvirágzata gömbös vagy hengeres, pollenszórásakor szembetűnő a virágzaton a fehér porzók gyűrűje. Közismert gyógynövény, de a belőle származó készítményeket az útifű allergiások nem fogyaszthatják! A **réti útifű** (*P. media*, 46. ábra) tőlevélrózsás, elliptikus vagy széles tojásdad levelei a talajra szorosan ráfekvő csokrot alkotnak. A füzérvirágzata hengeres, melyben pollenszórás idején halványlila porzósálak jelennek meg.



45.



46.



45. lándzsás útifű , 46. réti útifű

Egynyári szélfű

(*Mercurialis annua*, 47. ábra)

Kevésbé feltűnő, kis termetű lágyszárú növény. Szélbeporzású, tehát pollenszemei nagyobb mennyiségben kerülhetnek a levegőbe, de allergiás tüneteket ritkán okoz. Levelei átellenesek, virágai is zöld színűek, aprók, csomókban ülnek.

Erdei tündérfürt

(*Aruncus dioicus*, 48. ábra)

Kétlaki, feltűnő, porzós virágzata sárgásfehér. Árnyékkedvelő, lágyszárú erdei növény; patakparti ligeterdőkben, bükkösökben, gyertyános-tölgyesekben, szurdokerdőkben fordul elő. Hazánkban védett, de allergiások számára jelentősége lehet, mivel díszkertekben néha viszontláthatjuk. Pollenszórás: 6-8. hó.

47. ●



47. egynyári szélfű

48. ●



48. erdei tündérfűt

Névmutató

Pázsitfűfélék	5
Disznóparéjfélék	14
Libatopfélék	16
Földimogyoró	18
Kenderfélék	18
Fészkesek	20
Parlagfű	22
Fekete üröm	26
Parlagi rézgyom	28
Aranyvessző	28
Betyárkóró	28
Szerbtövis	30
Keserű hamisüröm	30
Gyöngykosárka	32
Szálaslevelű sédkender	32
Repce	32
Palkafélék	34
Keserűfűfélék	34
Csalán	38
Falgyom	38
Útifű fajok	40
Egynyári szélfű	42
Erdei tündérfűrt	42

