



Instytut Rolnictwa i Ogrodnictwa, Uniwersytet w Siedlcach, ul. B. Prusa 14, 08-110 Siedlce, Polska
e-mail: maria.lugowska@uws.edu.pl

MARIA D. ŁUGOWSKA 

Rośliny lecznicze w agrocenozach Mazowieckiego Parku Krajobrazowego

Medicinal plants in the agrocenoses of the Masovian Landscape Park

Abstrakt. Obecność roślin leczniczych na polach uprawnych jest zjawiskiem, odzwierciedlającym dynamiczne interakcje między praktykami rolniczymi a naturalną florą. Ich właściwości lecznicze są znane i wykorzystywane przez różne kultury od stuleci, a ich ciągła obecność na obszarach rolniczych sugeruje, że pomimo dominacji roślin uprawnych, różnorodne gatunki towarzyszące im o potencjalnych właściwościach leczniczych mogą rozwijać się w tych środowiskach. Celem podjętych badań była analiza składu gatunkowego roślin leczniczych i częstotliwość występowania oraz określenie właściwości prozdrowotnych wybranych gatunków. We florze badanych agrocenoz zarejestrowano łączne 93 gatunki o właściwościach terapeutycznych. Najliczniejszą grupę na badanych siedliskach stanowiły gatunki rodzime – 70% wszystkich zarejestrowanych gatunków zielarskich. Pod względem trwałości dominowały gatunki wieloletnie nad krótkotrwałymi. Analiza form życiowych wykazała przewagę terofitów (44%) nad pozostałymi grupami. W grupie gatunków obcego pochodzenia dominowały hemikryptofity (36%). Zinwentaryzowane gatunki ziół były zróżnicowane pod względem części użytkowych. Najliczniejszą grupę (50% flory ziół) stanowiły gatunki, z których do celów farmakologicznych pozyskiwane może być ziele. Wśród odnotowanych gatunków największą grupę stanowiły gatunki mające działanie moczopędne.

Słowa kluczowe: agrocenozy, działanie terapeutyczne, rośliny zielarskie

WSTĘP

Rośliny zielarskie posiadają niesamowity potencjał leczniczy i cieszą się coraz większym zainteresowaniem ze względu na obecność w nich różnych substancji czynnych, co przekłada się na szerokie zastosowanie farmakologiczne, kosmetyczne i aromaterapeutyczne [Yang i in. 2013, Maciejewska i Zgórska 2018, Chwil 2021, Rubinowska 2021, Widoyo i in. 2023].

Cytowanie: Ługowska M.D., 2025. Rośliny lecznicze w agrocenozach Mazowieckiego Parku Krajobrazowego. *Ann. Hortic.* 34(1), 5–20. <https://doi.org/10.24326/ah.2025.5510>

W ostatnich latach, na skutek wielkiej dominacji przemysłu farmaceutycznego oraz ciągłego zwiększania roli leków w leczeniu wielu schorzeń, rośnie zainteresowanie ziołolecznictwem. Wzrost wykorzystywania ziół obserwowany jest w medycynie współczesnej, jak również w różnych suplementach dostępnych bez recepty.

Pomimo stałego rozszerzania asortymentu ziół uprawnych to zbiór z siedlisk naturalnych i seminaturalnych jest nadal ważnym źródłem zaopatrzenia przemysłu zielarskiego. Niektórzy badacze wskazują również na możliwość wykorzystania innych siedlisk, w tym zaburzonych, które mogą być siedliskami zastępczymi dla cennych gatunków leczniczych jako potencjalnego źródła surowca leczniczego [Bacler-Żbikowska i in. 2023].

Celem badań była analiza składu gatunkowego oraz częstość występowania roślin leczniczych o wybranym działaniu terapeutycznym w agrocenozach Mazowieckiego Parku Krajobrazowego.

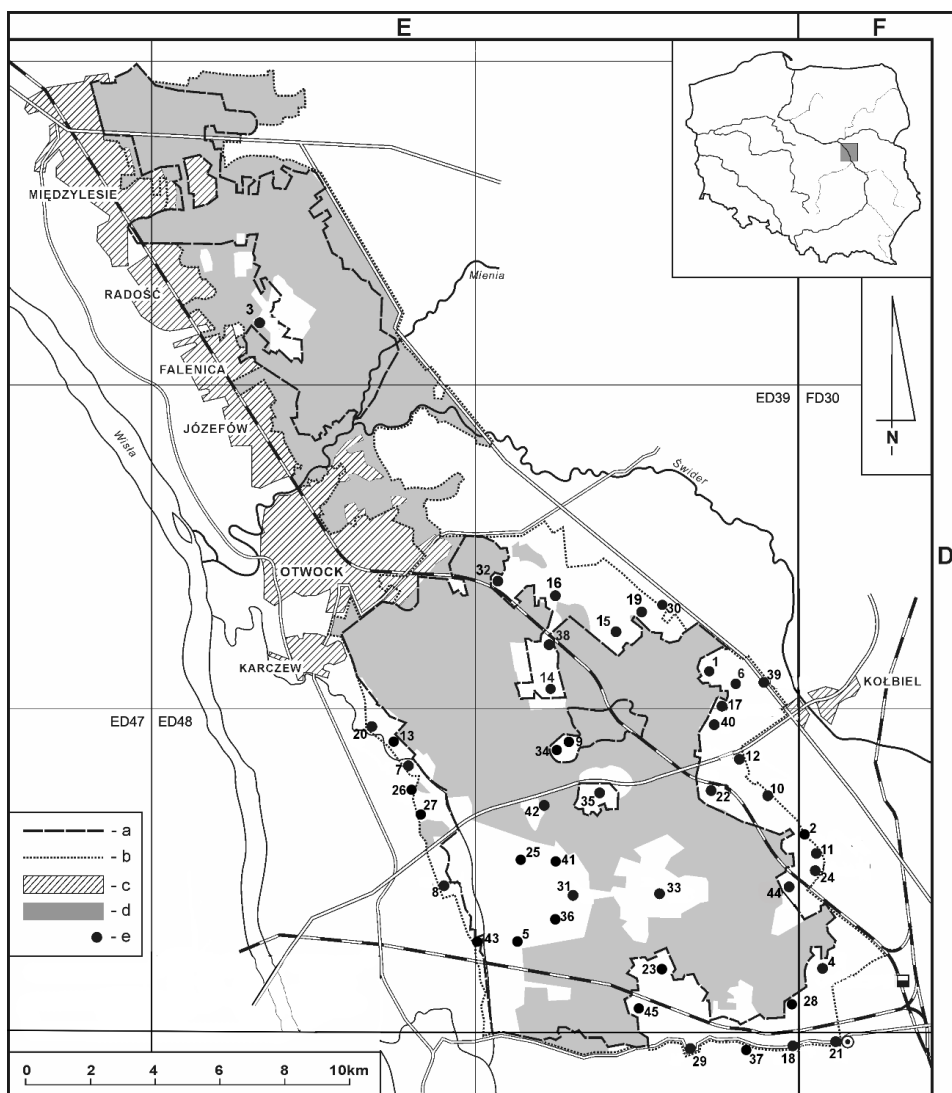
MATERIAŁ I METODY BADAŃ

Obserwacje florystyczne prowadzono w sezonie wegetacyjnym 2020–2023 w agrocenozach (zboża, okopowe i ścierniska) Mazowieckiego Parku Krajobrazowego na terenie 45 miejscowości (ryc. 1). W oparciu o zdjęcia fitosocjologiczne, wykonane metodą Braun-Blanqueta [Braun-Blanquet 1964], i spisy florystyczne wybrano gatunki roślin leczniczych. Dla każdego gatunku określono: częstość występowania, grupę geograficzno-historyczną, trwałość, formę życiową, i wybrane właściwości terapeutyczne. W oparciu o pracę Brody i Mowszowicza [2000], Mederskiej [2013], Beiser [2018], Bacler-Żbikowskiej i Stebla [2023] dla każdego gatunku podano część użytkową rośliny i ważniejsze właściwości farmakologiczne. Zastosowanie w kosmetologii ekstraktów roślinny pozyskanych z roślin zielarskich podano za Richardson [1998]. Nazewnictwo gatunków przyjęto za Mirkiem i in. [2020]. Częstość występowania podano na podstawie zmodyfikowanej skali Jasiewicza [1965], przyjmując miejscowość za stanowisko (1–10 stanowisk – gatunki bardzo rzadkie, 11–21 stanowisk – gatunki rzadkie, 22–33 stanowisk – gatunki częste, 34–45 stanowisk – gatunki pospolite). Gatunki w tabeli 1 ułożone są według częstości występowania.

TEREN BADAŃ

Mazowiecki Park Krajobrazowy im. Czesława Łaszka utworzony został w 1986 r. na terenie byłego woj. siedleckiego i w 1987 r. na terenie byłego woj. warszawskiego. Jego przybliżone współrzędne geograficzne to: 52.1000 i 21.2500.

Obecnie obejmuje powierzchnię 15 710 ha. Wokół parku utworzono otulinę o powierzchni 7992 ha, która nie stanowi strefy ciągłej, a jej granica miejscami pokrywa się z granicą Parku.



- 1 – Anielinek, 2 – Antoninek, 3 – Aleksandrówka, 4 – Augustówka, 5 – Bąki, 6 – Bocian, 7 – Brzezinka, 8 – Całowanie, 9 – Celestynów, 10 – Chrosna, 11 – Chrząszczówka, 12 – Człkówka, 13 – Dąbrowa, 14 – Dąbrówka, 15 – Dyżin, 16 – Głina, 17 – Gózd, 18 – Grabianka, 19 – Jatne, 20 – Janów, 21 – Jazwiny, 22 – Karpiska, 23 – Kąciaki, 24 – Kąty, 25 – Kominki, 26 – Kozłówka, 27 – Łukowiec, 28 – Ocznia, 29 – Osieck, 30 – Ostrowik, 31 – Podbiel, 32 – Pogorzel, 33 – Ponurzyca, 34 – Radzyń, 35 – Regut, 36 – Rosłańce, 37 – Rudnik, 38 – Stara Wieś, 39 – Stara Wieś II, 40 – Skorupy, 41 – Szatany, 42 – Tabor, 43 – Warszówka, 44 – Zabieźki, 45 – Zawada

Ryc. 1. Miejscowości, w których prowadzono obserwacje florystyczne

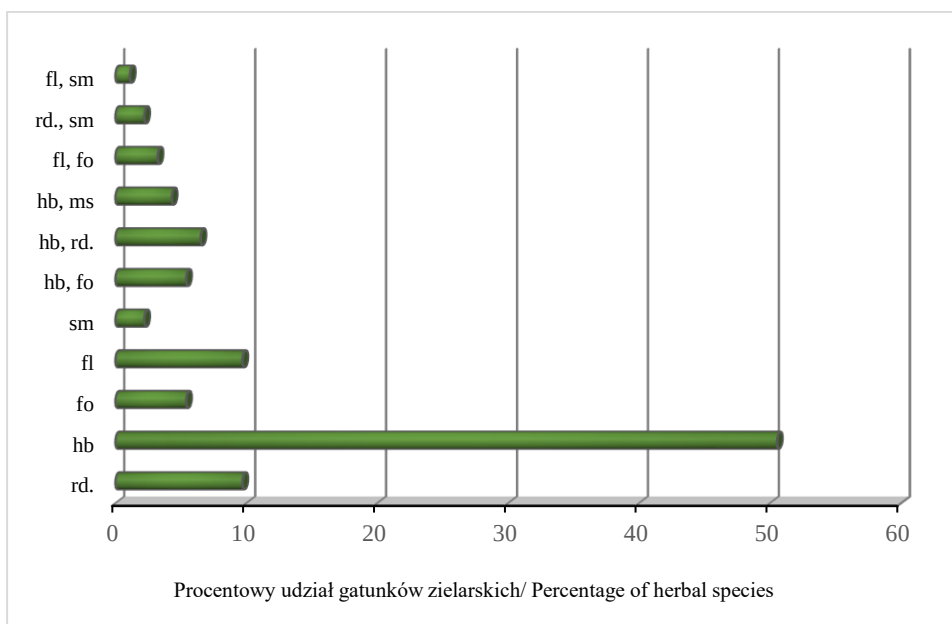
Fig. 1. Localities in which floristic observations were taken

Park charakteryzuje się dominacją ekosystemów leśnych, które zajmują 75% jego powierzchni, podczas gdy agroekosystemy stanowią 5% powierzchni parku oraz jego otuliny. Pola uprawne występują w środkowej i południowej części parku. Z uwagi na

ochronę ekosystemów leśnych w agrocenozach prowadzona jest ekstensywna gospodarka polegająca na niskim nakładzie środków produkcji w postaci nawożenia mineralnego i chemicznej ochrony roślin.

WYNIKI BADAŃ

Sąsiedztwo półnaturalnych zbiorowisk roślinnych oraz ekstensywny sposób gospodarowania na badanym terenie miało odzwierciedlenie w bogactwie występujących roślin o właściwościach zielarskich. We florze badanych agrocenoz zarejestrowano łączne 93 gatunki ziół, z których pozyskiwane może być ziele, kwiaty, liście, korzenie i nasiona. Najliczniejszą grupę reprezentowały gatunki rodzime (tab. 1), które stanowiły 70% wszystkich zarejestrowanych gatunków o właściwościach terapeutycznych. Pod względem trwałości dominowały gatunki wieloletnie nad krótkotrwałymi. Natomiast analiza form życiowych wykazała przewagę terofitów (44%) nad pozostałymi formami życiowymi, wśród których dominowały hemikryptofity (36%). Występujące w agrocenozach badanego terenu rośliny zielarskie pod względem częstości występowania najczęściej zaliczane były do bardzo rzadkich i rzadkich składników omawianej flory i stanowiły 65% taksonów. Gatunki te występowały najczęściej w małym pokryciu, a również często jako pojedyncze okazy (tab. 1). Zinwentaryzowane gatunki ziół były zróżnicowane pod względem części użytkowych (ryc. 2).



sm – nasiona, fl – liście, fo – kwiaty, hb – ziele, rd. – korzenie/kłącza
 sm – seeds, fl – leaves, fo – flowers, hb – herb, rd. – roots/rhizomes

Ryc. 2. Udział roślin zielarskich w agrocenozach ze względu na wykorzystanie części użytkowych
 Fig. 2. Percentage of medicinal plants in agrocenoses according to the use of plant parts

Tabela 1. Rośliny lecznicze występujące w agrocenozach Mazowieckiego Parku Krajobrazowego
Table 1. Medicinal plants occurring in the agrocenoses of the Masovian Landscape Park

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
Gatunki pospolite/ Common species					
<i>Achillea millefolium</i> L.	Ap	W	H	hb, fo	przeciwskurczowe, żółciopędne, przeciwkrwotoczne, przeciwzapalne, pielęgnacyjne dla skóry antispasmodic, choleric, antihemorrhagic, anti-inflammatory, skin care
<i>Anthemis arvensis</i> L.	Ar	K	T	fo	przeciwzapalne anti-inflammatory
<i>Capsella bursa-pastoris</i> /L./Medik.	Ar	K	T	hb	przeciwkrwotoczne, przeciwskurczowe, przeciwgorączkowe antihemorrhagic, antispasmodic, antipyretic
<i>Centaurea cyanus</i> L.	Ar	K	T	hb	przeciwzapalne, moczopędne anti-inflammatory, diuretic
<i>Chenopodium album</i> L.	Ap	K	T	hb, rd	przeciwzapalne, uspokajające anti-inflammatory, calming
<i>Convolvulus arvensis</i> L.	Ap	W	G	hb, rd	przeczyszczające, antyseptyczne, obniżające ciśnienie, przeciwskurczowe laxative, antiseptic, hypotensive, antispasmodic
<i>Conyza canadensis</i> /L./Cronquist	Ep	K	T	hb	przeciwbiegunkowe, przeciwkrwotoczne, przeciwgośćcowe antidiarrheal, antihemorrhagic, antirheumatic
<i>Elymus repens</i> Gould.	Ap	W	G	rd	moczopędne, pobudzające przemianę materii, żołądkowe, przeciwtrądzikowe, ochronne dla skóry diuretic, metabolism stimulating, stomachic, anti-acne, skin protective
<i>Equisetum arvense</i> L.	Ap	W	G	hb	moczopędne, przeciwkrwotoczne, regenerujące, ujędrniające skórę diuretic, antihemorrhagic, regenerative, skin firming

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
<i>Melandrium album</i> /Mill./ Garcke	Ap	K	T	hb	wykrztuśne, moczopędne, żółciopędne expectorant, diuretic, cholaretic
<i>Rhinanthus serotinus</i> /Schönh./ Oborný	Ar	K	T	hb	moczopędne diuretic
<i>Viola arvensis</i> Murray	Ar	K	T	hb	wykrztuśne, moczopędne, przeciwgośćcowe expectorant, diuretic, antirheumatic
Gatunki częste/ Frequent species					
<i>Aegopodium podagraria</i> L.	Ap	W	H	hb, rd.	moczopędne, przeciwbólowe, przeciwzapalne diuretic, analgesic, anti-inflammatory
<i>Artemisia vulgaris</i> L.	Ap	W	H	hb, rd.	gorzkie, pobudzające trawienie, żółciopędne, moczopędne, przeciwskurczowe, wzmacniające cebulki włosa bitter, stimulating digestion, cholaretic, diuretic, antispasmodic, strengthening hair follicles
<i>Anagallis arvensis</i> L.	Ar	K	T	hb	moczopędne, antyseptyczne diuretic, antiseptic
<i>Bidens tripartita</i> L.	Ap	K	T	hb	moczopędne, pobudzające przemianę materii diuretic, stimulating metabolism
<i>Galeopsis tetrahit</i> L.	Ap	K	T	hb	wykrztuśne expectorant
<i>Galinsoga ciliata</i> /Raf./S.F. Blake	Ep	K	T	hb	przeciwzapalne, moczopędne, przeciwbólowe anti-inflammatory, diuretic, analgesic
<i>Galinsoga parviflora</i> Cav.	Ep	K	T	hb	przeciwzapalne, moczopędne, przeciwbólowe anti-inflammatory, diuretic, analgesic
<i>Gnaphalium uliginosum</i> L.	Ap	K	T	hb	uspokajające, obniżające ciśnienie calming, lowering blood pressure
<i>Mentha arvensis</i> L.	Ap	W	H	hb	przeciwbólowe, trawienie, uspakajające, pielęgnacyjne w kosmetyce analgesic, digestive, soothing, care in cosmetics

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
<i>Plantago intermedia</i> Gilib.	Ap	W	H	fl	przeciwzapalne, osłaniające, wykrztuśne anti-inflammatory, protective, expectorant
<i>Plantago lanceolata</i> L.	Ap	W	H	fl	przeciwzapalne, wykrztuśne, antybakteryjne anti-inflammatory, expectorant, antibacterial
<i>Plantago major</i> L.	Ap	W	H	fl	przeciwzapalne, osłaniające, wykrztuśne, pielęgnacyjne skóry i włosów anti-inflammatory, protective, expectorant, skin and hair care
<i>Polygonum aviculare</i> L.	Ap	W	T	hb	moczopędne, pobudzające przemianę materii, żółciopędne diuretic, metabolism stimulating, choleretic
<i>Polygonum hydropiper</i> L.	Ap	K	T	hb	przeciwwrótoczne, moczopędne, przeciwbiegunkowe, pielęgnacyjne dla skóry antihemorrhagic, diuretic, antidiarrheal, skin care
<i>Polygonum persicaria</i> L.	Ap	K	T	hb	moczopędne, przeciwwrótoczne diuretic, antihemorrhagic
<i>Potentilla anserina</i> L.	Ap	W	H	hb	ściąające, żółciopędne, żołądkowe, przeciw trądzik astringent, choleretic, stomachic, anti-acne
<i>Rumex crispus</i> L.	Ap	W	G	rd.	przeciwbiegunkowe, zapierające, ściąające antidiarrheal, constipating, astringent
<i>Stellaria media</i> /L./ Vill.	Ap	K	T	hb	wykrztuśne, moczopędne expectorant, diuretic
<i>Spergularia rubra</i> /L./J. Presl et C. Presl	Ap	K	T	fl	przeciwzapalne, przeciwbakteryjne, przeciwutleniające anti-inflammatory, antibacterial, antioxidant
<i>Taraxacum officinale</i> F.H Wigg.	Ap	W	H	fo	gorzkie, żółciopędne, czyszczące krew, żołądkowe, nawilżające dla skóry bitter, choleretic, blood purifying, stomachic, moisturizing for skin
<i>Trifolium repens</i> L.	Ap	W	H	fl, fo	przeciwbiegunkowe, przeciwreumatyczne, przeciwartretyczne antidiarrheal, antirheumatic, antiarthritic

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
Gatunki rzadkie / Rare species					
<i>Berteroa incana</i> /L./ DC	Ap	K	T	hb	przeciwzapalne, przeciwbólowe, wspomagające trawienie anti-inflammatory, analgesic, digestive aid
<i>Daucus carota</i> L.	Ar	K	T	rd., sm	wsparcie zdrowia oczu, przeciwutleniające, wspomagające trawienie, pielęgnacja cery suchej eye health support, antioxidant, digestive, dry skin care
<i>Descurainia sophia</i> /L./Webb. ex Prantl	Ar	K	T	hb	wykrztuśne, drażniące skórę expectorant, skin irritant
<i>Epilobium roseum</i> Schreb.	Ap	W	H	hb	przeciwzapalne, antyoksydacyjne, moczopędne anti-inflammatory, antioxidant, diuretic
<i>Eryngium planum</i> L.	Ap	W	H	hb, rd.	wykrztuśne, przeciwskurczowe expectorant, antispasmodic
<i>Erysimum cheiranthoides</i> L.	Ar	K	T	hb	nasercowe, przeciwpasożytnicze, moczopędne, przeciwobrzękowe cardiac, antiparasitic, diuretic, anti-edematous
<i>Euphorbia cyparissias</i> L.	Ap	W	G	sm	wymiotne, przeczyszczające emetic, laxative
<i>Gypsophila muralis</i> L.	Ap	K	T	rd.	przeciwzapalne, ściągające anti-inflammatory, astringent
<i>Hypericum humifusum</i> L.	Ap	W	T	hb	przeciwdepresyjne, antybakteryjne antidepressant, antibacterial
<i>Hypericum perforatum</i> L.	Ap	W	H	hb	żółciopędne, przeciwzapalne, uspokajające, przeciwskurczowe, łagodzące dla skóry choleric, anti-inflammatory, calming, antispasmodic, soothing to the skin
<i>Lapsana communis</i> L.	Ap	K	T	hb	uspokajające, antyseptycznie, gojąco na skórę soothing, antiseptic, healing to the skin
<i>Lathyrus pratensis</i> L.	Ap	W	H	hb	wykrztuśne, moczopędne expectorant, diuretic

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
<i>Malva neglecta</i> Wallr.	Ar	K	H	fl	zmiękczone, osłaniające, pielęgnacyjne w kosmetyce softening, protecting, caring in cosmetics
<i>Papaver argemone</i> L.	Ar	K	T	fo	osłaniające, uspokajające, wykrztuśne protective, soothing, expectorant
<i>Potentilla argentea</i> L. s.s.	Ap	W	H	hb	wspomaga prawidłowe funkcjonowanie jelit i mikroflory jelitowej supports the proper functioning of the intestines and intestinal microflora
<i>Polygonum amphibium</i> L.	Ap	W	G	hb	ściąające, przeciwbiegunkowe, przeciwkrwotoczne astringent, antidiarrheal, antihemorrhagic
<i>Rumex acetosa</i> L.	Ap	W	H	fl	przeciwbiegunkowe, moczopędne, pielęgnacyjne dla skóry antidiarrheal, diuretic, skin care
<i>Rumex obtusifolius</i> L.	Ap	W	G	hb	przeciwbiegunkowe, zapierające, ściąające, pielęgnacyjne dla skóry antidiarrheal, constipating, astringent, skin care
<i>Sinapsis arvensis</i> L.	Ar	K	T	Ar, K, T, sm	przeciwzapalne, rozkurczowe, przeciwbakteryjne anti-inflammatory, antispasmodic, antibacterial
<i>Sisymbrium officinale</i> /L./Scop.	Ar	K	T	hb	wykrztuśne, drażniące skórę expectorant, skin irritant
<i>Symphitum officinale</i> L.	Ap	W	G	rd.	osłaniające, wykrztuśne, przeciwzapalne, regeneracyjne dla skóry protective, expectorant, anti-inflammatory, regenerative for the skin
<i>Tanacetum vulgare</i> L.	Ap	W	H	hb, fo	żółdkowe, pielęgnacyjne w kosmetyce stomach, care in cosmetics
<i>Thlapsi arvensis</i> L.	Ar	K	T	hb, sm	moczopędne, przeciwgośćcowe diuretic, antirheumatic
<i>Trifolium arvensis</i> L.	Ap	K	T	hb, fo	przeciwastmatyczne, moczopędne antiasthmatic, diuretic

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
<i>Trifolium pratense</i> L.	Ap	K	T	fl, fo	moczopędne, wykrztuśne, przeciwkrwotoczne diuretic, expectorant, antihemorrhagic
Gatunki bardzo rzadkie / Very rare species					
<i>Artemisia absinthium</i> L.	Ar	W	H	hb, fo	gorzkie, żółciopędne, moczopędne, przeciwskurczowe, regenerujące dla skóry bitter, choleric, diuretic, antispasmodic, regenerative for the skin
<i>Armoracia rusticana</i> P. Gaertn.	Ar	W	G	rd.	przeciwgośćcowe, żołądkowe antirheumatic, gastric
<i>Anthriscus sylvestris</i> /L./Hoffm.	Ap	W	H	fl	przeciwzapalne, przyspieszające gojenie ran anti-inflammatory, accelerates wound healing
<i>Ballota nigra</i> L.	Ar	W	H	hb	przeciwzapalne, antyoksydacyjnie, antydepresyjnie, antybakteryjnie anti-inflammatory, antioxidant, antidepressant, antibacterial
<i>Bidens frondosa</i> L.	Kn	K	T	hb	przeciwzapalnie, gojące anti-inflammatory, healing
<i>Centaurea jacea</i> L.	Ap	W	H	hb	przeciwzapalne, moczopędne, uszczelniającym naczynia anti-inflammatory, diuretic, vessel sealing
<i>Centaurium pulchellum</i> /Sw./ Druce	Ap	K	T	hb	gojące, żołądkowe, obniżające ciśnienie, żółciopędne healing, stomachic, hypotensive, choleric
<i>Chomomilla suaveolens</i> /Pursh/ Rydb.	Ep	K	T	fl	wiatropędne carminative
<i>Cichorium intybus</i> L.	Ar	W	G	hb, rd.	żółciopędne, pobudzające, gorzkie, moczopędne, pielęgnacyjne choleric, stimulating, bitter, diuretic, nursing
<i>Consolida regalis</i> Gray	Ar	K	T	hb, sm	insektobójcze, wykrztuśne, moczopędne insecticidal, expectorant, diuretic
<i>Datura stramonium</i> L.	Ep	K	T	fl, sm	przeciwskurczowe, przeciwbólowe, przeciwastmatyczne antispasmodic, analgesic, antiasthmatic

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
<i>Erigeron annuus</i> Pers.	Ep	K	T	hb	przeciwtrądzikowe, przeciwłupieżowe anti-acne, anti-dandruff
<i>Helichrysum arenarium</i> /L./ Moench	Ap	W	H	fo	żółciopędne, przeciwskurczowe, żołądkowe choleretic, antispasmodic, gastric
<i>Hieracium pilosella</i> L.	Ap	W	H	hb	ściągające, moczopędne astringent, diuretic
<i>Galium mollugo</i> L.	Ap	W	G	hb	moczopędne, przeciwzapalne diuretic, anti-inflammatory
<i>Galium verum</i> L.	Ap	W	G	hb	moczopędne, przeciwskurczowe, antyseptyczne diuretic, antispasmodic, antiseptic
<i>Glechoma hederacea</i> L.	Ap	W	H	hb	moczopędne, żółciopędne, pielęgnacyjne dla skóry diuretic, choleretic, skin care
<i>Jasione montana</i> L.	Ap	K	H	hb	przeciwzapalne, moczopędne, przeciwnowotworowe anti-inflammatory, diuretic, anti-cancer
<i>Knautia arvensis</i> /L./J.M. Coul.	Ap	W	H	hb, fo	przeciwzapalne, przeciwbólowe, pielęgnacyjne w kosmetyce anti-inflammatory, analgesic, care in cosmetics
<i>Lysimachia nummularia</i> L.	Ap	W	G	hb	przeciwgoścące antirheumatic
<i>Lysimachia vulgaris</i> L.	Ap	W	G	hb	moczopędny, przeciwzapalny, przeciwbakteryjny, przeciwgrzybiczny, przeciwwirusowy diuretic, anti-inflammatory, antibacterial, antifungal, antiviral
<i>Papaver rhoeas</i> L.	Ar	K	T	fo	osłaniające, uspokajające, wykrztuśne protective, soothing, expectorant
<i>Pastinaca sativa</i> L.S str.	Ap	K	H	hb	moczopędne, żołądkowe diuretic, stomachic
<i>Phragmites australis</i> /Cav./ Trin. ex Steud.	Ap	W	G	rd.	przeciwwymiotne, przeciwgorączkowe, przeciwkaszłowe, moczopędne, uspokajające antiemetic, antipyretic, antitussive, diuretic, sedative

Nazwa łacińska gatunku Latin name of the species	Grupa geograficzno- -historyczna Geographic-historical group	Trwałość Persistence	Forma życiowa Life form	Surowiec zielarski Herbal raw material	Wybrane właściwości terapeutyczne i pielęgnacyjne Selected therapeutic and care properties
<i>Prunella vulgaris</i> L.	Ap	W	H	hb	wykrztuśne, przeciwzapalne expectorant, anti-inflammatory
<i>Rubus caesius</i> L.	Ap	W	Ch	fl	moczopędne, wykrztuśne diuretic, expectorant
<i>Sanguisorba officinalis</i> L.	Ap	W	H	rd.	ściąające, przeciwkrwotoczne, żołądkowe astringent, antihemorrhagic, stomachic
<i>Scrophularia nodosa</i> L.	Ap	W	H	fl	rozwalniające, moczopędne, antyseptyczne loosening, diuretic, antiseptic
<i>Sedum maximum</i> /L./ Hoffm.	Ap	W	G	hb	obniżające ciśnienie, przeciwkrwotoczne antihypertensive, antihemorrhagic
<i>Solidago virgaurea</i> L.	Ap	W	G	hb	moczopędne, przeciwgośćcowe diuretic, antirheumatic
<i>Solidago canadensis</i> L.	Ep	W	H	hb	moczopędne, przeciwgośćcowe diuretic, antirheumatic
<i>Tussilago farfara</i> L.	Ap	W	G	fl, fo	wykrztuśne, przeciwskurczowe, pielęgnacyjne w kosmetyce expectorant, antispasmodic, care in cosmetics
<i>Urtica urens</i> L.	Ar	K	T	hb, rd.	moczopędne, przeciwgośćcowe, przeciwkrwotoczne, pobudzające przemianę materii diuretic, antirheumatic, antihemorrhagic, stimulating metabolism
<i>Vicia cracca</i> L.	Ap	W	H	hb	przeciwzapalne, rozkurczowe i przeciwobrzękowe anti-inflammatory, antispasmodic and anti-edematous
<i>Viola tricolor</i> L.	Ap	K	T	hb	moczopędne, przeciwastrymatyczne, antyoksydacyjne diuretic, antiasthmatic, antioxidant

Grupa geograficzno-historyczna: Ap – apofit, Ar – archeofit, Ep – epekofit, Kn – kenofit. Trwałość: K – krótkotrwały gatunek, W – wieloletni gatunek. Forma życiowa:

T – terofit, H – hemikryptofit, G – geofit, Ch – chamefit. Część użytkowa rośliny: sm – nasiona; fl – liście; fo – kwiaty; hb – ziele, rd. – korzenie/kłącza

Geographic-historical group: Ap – apophytes, Ar – archeophytes, Ep – epecophytes, Kn – kenophytes. Persistence: K – short-lived species, W – perennial species. Life form:

T – therophytes, H – hemicryptophytes, G – geophytes, Ch – chamaephytes. Usable part of plant – sm – seeds, fl – leaves, fo – flowers, hb – herb, rd. – roots/rhizomes

Najbardziej liczną grupę stanowiły gatunki, z których do celów zielarskich pozyskiwane może być ziele, stanowiły one 50% flory ziół. W grupie gatunków pospolicie występujących w agrocenozach notowane były: *Equisetum arvense*, *Melandrium album*, *Capsella bursa-pastoris*, *Veronica arvensis*, *Conyza canadensis*, *Centaurea cyanus*. Zawarte w nich związki czynne mają zastosowanie w chorobach układu moczowego. Ten typ działania farmakologicznego wykazywało aż 40 gatunków. Mniejsza liczba gatunków wykazywała działanie przeciwzapalne (25 gatunków), wykrztuśne (19 gatunków), żółciopędne (12 gatunków) i przeciwskurczowe (11 gatunków).

Warto zauważyć, że wśród ziół o dużym potencjale farmakologicznym są również takie, które znikają z naturalnego środowiska, a mogą być pozyskiwane wyłącznie tylko z takich siedlisk. W agrocenozach badanego terenu pospolicie i często oraz w większym pokryciu występowały gatunki, które są zbierane tylko ze stanowisk naturalnych i seminaturalnych, takie jak: *Achillea millefolium*, *Capsella bursa-pastoris*, *Conyza canadensis*, *Elymus repens*, *Equisetum arvense*, *Potentilla anserina* i *Rumex crispus*. Pozyskiwane z nich preparaty roślinne mają szerokie zastosowanie na rynku w formie tabletek, herbattek, suplementów diety, maści czy kremów.

DYSKUSJA

Obecne badania nad roślinami o właściwościach zielarskich są wieloaspektowe i szybko się rozwijają, z obiecującymi osiągnięciami w farmakologii i kosmetologii [Yang i in. 2013, Tadić i in. 2017, Babotă i in. 2018, Nizioł-Łukaszewska i Bujak 2018, Schulte-Michels i in. 2019, Doniec i in. 2023]. Podczas gdy populacja ludzi na całym świecie poszukuje alternatywnych i uzupełniających terapii, rośliny lecznicze nadal mają znaczący potencjał dla nowych odkryć leków i rozwiązań zdrowotnych [Zalewska i Nurzyńska-Wierdak 2016, Wróblewska i in. 2020]. Badania nad skutecznością działania preparatów pochodzenia roślinnego mają na celu określenie wpływu substancji roślinnych na organizm człowieka. Preparaty pochodzenia naturalnego stają się coraz częstszą alternatywą dla leku syntetycznego.

Rozwijająca się wiedza na temat potencjału leczniczego roślin i ich zastosowań w medycynie oraz farmacji spowodowała zainteresowanie badaczy zasobami surowcowymi tych roślin, na siedliskach naturalnych, seminaturalnych i synantropijnych. Zrównoważone praktyki rolnicze, rolnictwo ekologiczne, mogą pomóc zachować siedliska roślin leczniczych, szczególnie tych gatunków, które są wyłącznie pozyskiwane z powyższych miejsc. Z badań prowadzonych nad zasobami populacji roślin zielarskich w agrocenozach na terenie kraju o ekstensywnym sposobie gospodarowania wynika, że flora ziół na terenie Mazowieckiego Parku Krajobrazowego jest znacznie bogatsza niż zielarska flora segetalna Kampinoskiego Parku Narodowego (49 gatunków) [Bomanowska 2003] i otuliny Roztoczańskiego Parku Narodowego (83 gatunki) [Ziemińska-Smyk i Trąba 2003]. Jest ona natomiast uboższa w odniesieniu do flory zielarskiej w Dolinie Potoku Psarskiego [Kowalik i Bacłer-Żbikowska 2016], Mińskiego Obszaru Chronionego Krajobrazu [Skrajna i Bogusz 2019] czy flory zielarskiej agrocenoz dolin rzecznych [Ługowska i in. 2022]. Wśród roślin o właściwościach leczniczych rozwijających się w agrocenozach badacze najczęściej wskazywali jako najliczniejszą grupę roślin, z których do celów farmaceutycznych wykorzystywane jest ziele [Rzymowska i Skrzyczyńska 2003, Skrajna i Bogusz 2019, Ługowska i in. 2022, Ługowska i Skrajna 2024].

PODSUMOWANIE

1. W agrocenozach Mazowieckiego Parku Krajobrazowego odnotowano 93 gatunki roślin, które mogą mieć zastosowanie w farmakologii i kosmetologii.
2. We florze ziół dominowały gatunki rodzime, nad gatunkami obcego pochodzenia. Wśród form życiowych dominowały terofity.
3. Odnotowane zioła przynależały do 11 grup, z których można pozyskiwać różne części użytkowe. Dominującą grupę stanowiły gatunki, z których wykorzystywane jest ziele.
4. Najliczniejszą grupą o właściwościach terapeutycznych były gatunki wykazujące działanie moczopędne i przeciwzapalne.

PIŚMIENNICTWO

- Bacler-Żbikowska B.D., Stebl A., 2023. Katalog roślin leczniczych aktualnie dopuszczonych do stosowania w medycynie konwencjonalnej w Polsce. Wyd. Śląski Uniwersytet Medyczny, Katowice, 1–132.
- Bacler-Żbikowska B.D., Zdybel M., Pilawa B., Chodurek E., Woźniak G., Gaj R., 2023. Porównanie właściwości antyoksydacyjnych ekstraktów roślinnych z surowców leczniczych pozyskanych z siedlisk zaburzonych na przykładzie gatunków z rodziny *Ericaceae*. *Fides, Ratio et Patria Stud. Tor.* 19(19), 62–88. <https://doi.org/10.56583/frp.2543>
- Beiser R., 2018. Jadalne zioła i owoce lasów, łąk i pól jak je rozpoznawać. Warszawa, Wyd. Amber.
- Babotă M., Mocan M., Vlase L., Crișan O., Ielciu I., Gheldiu A.M., Vodnar DC., Crișan G., Păltinean R., 2018. Phytochemical analysis, antioxidant and antimicrobial activities of *Helichrysum arenarium* (L.) Moench. and *Antennaria dioica* (L.) Gaertn. flowers. *J. Mol.* 23(409), 1–15. <https://doi.org/10.3390/molecules23020409>
- Bomanowska Z., 2003. Chwasty – rośliny lecznicze we florze segetalnej Kampinoskiego Parku Narodowego. *Pam. Puł.* 134, 33–40.
- Braun-Blanquet J., 1964. Pflanzensoziologie, 3rd ed. Springer Verlag. Berlin–Wien–New York.
- Broda B., Mowszowicz J., 2000. Przewodnik do oznaczania roślin leczniczych, trujących i użytkowych. Wyd. PZWL, Warszawa.
- Chwil M., 2021. Aromaterapia olejkami lawendowym. W: M. Chwil, B. Denisow (red.), Wybrane aspekty biokosmetologii. Wyd. Uniwersytetu Przyrodniczego, Lublin, 75–83.
- Doniec Z., Krauze-Baranowska M., Czerwionka-Szaflarska M., Kuchar E., Fecka I., Sybilski A., Woron J., Mastalerz-Migas A., 2023. Herbal medicinal products in respiratory diseases – Stance of the Polish Phytotherapy Association – STANPHYTO RESPIRATORY I. *Fam. Med. Prim. Care Rev.* 25, 331–338.
- Jasiewicz A., 1965. Rośliny naczyniowe Bieszczadów Zachodnich. *Monogr. Bot.* 20, 1–340.
- Kowalik K., Bacler-Żbikowska B.D., 2016. Materiały do flory roślin naczyniowych Wyżyny Śląskiej ze szczególnym uwzględnieniem roślin leczniczych. Część 1. Dolina Potoku Psarskiego. *Ann. Acad. Med. Siles* 70, 103–112. <https://doi.org/10.18794/aams/60855>
- Ługowska M., Skrajna T., Tsos O., 2022. Udział roślin zielarskich w zbiorowiskach segetalnych w dolinach rzecznych. *Agron. Sci.* 77(4), 93–107. <http://doi.org/10.24326/as.2022.4.7>
- Ługowska M., Skrajna T., 2024. Udział gatunków roślin zielarskich w zbiorowiskach łąk użytkowanych ekstensywnie. *Agron. Sci.* 79(1), 85–99. <https://doi.org/10.24326/as.2024.5300>
- Mirek Z., Piękoś-Mirkowa H., Zajac A., Zajac M., 2020. Vascular plants of Poland. Anannotated checklist. W: Szafer Institute of Botany, Polish Academy of Sciences.

- Maciejewska M., Zgórk G., 2018. Rodzaj *Trifolium* L. (koniczyna) jako nowe źródło fitoskładników o antybiodegeneracyjnych właściwościach. *Kosmos* 67(3), 635–642. https://doi.org/10.36921/kos.2018_2451
- Mederska M., 2013. Atlas roślin leczniczych. Wyd. SBM, Warszawa.
- Nizioł-Łukaszewska Z., Bujak T., 2018. Saponins as natural raw materials for increasing the safety of bodywash cosmetic use. *J. Surfact. Deterg.* 21, 767–776. <https://doi.org/10.1002/jsde.12168>
- Richardson R., 1998. Księga mądrości natury. Twój Styl, Warszawa, 63–127.
- Rubinowska K., 2021. Naturalne surowce pochodzenia roślinnego w kosmetykach do makijażu, od starożytności do współczesności. W: M. Chwil, B. Denisow (red.), Wybrane aspekty biokosmetologii. Wyd. Uniwersytetu Przyrodniczego, Lublin, 9–21.
- Rzymowska Z., Skrzyczyńska J., 2003. Rośliny lecznicze w agrocenozach Podlaskiego Przełomu Bugu. *Pam. Puł.* 134, 179–190.
- Schulte-Michels J., Kessel C., Häberlein H., Franken S., 2019. Anti-inflammatory effects of ivy leaves dry extract: influence on transcriptional activity of NFκB. *Inflammopharmacology* 27, 339–347. <https://doi.org/10.1007/s10787-018-0494-9>
- Skrajna T., Bogusz A., 2019. Zasoby zielarskie w agrocenozach Mińskiego Obszaru Chronionego Krajobrazu. *Agron. Sci.* 74(1), 31–41. <http://dx.doi.org/10.24326/as.2019.1.3>
- Tadić V., Arsić I., Zvezdanović J., Zugić A., Cvetković D., Pavkov S., 2017. The estimation of the traditionally used yarrow (*Achillea millefolium* L. *Asteraceae*) oil extracts with anti-inflammatory potential in topical application. *J. Ethnopharmacol.* 199, 138–48. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2017.02.002>
- Widoyo H., Mohammedn Z.Y., Ramírez-Coronel A.A., Iswanto A.H., Thattaraauthodiyil U., Ameer S. Alkhayyat A.S., Karimi M., Bahmani M., Eftekhari Z., 2023. Herbal therapy in Covid-19. A systematic review of medicinal plants effective against Covid-19. *Caspian J. Environ. Sci.* 21(5), 1289–1298.
- Wróblewska J., Mila-Kierzenkowska C., Woźniak A., 2020. Rośliny lecznicze mające właściwości przeciwrzęsistkowe. *Med. Dośw. Mikrobiol.* 72, 65–75. <https://doi.org/10.32394/mdm.72.08>
- Zalewska E., Nurzyńska-Wierdak R., 2016. Rośliny z rodziny *Apiaceae* źródłem surowca farmakoprealnego. *Annales UMCS, sec. EEE Horticultura* 26(2), 47–60.
- Ziemińska-Smyk M., Trąba Cz., 2003. Udział gatunków leczniczych w zbiorowiskach zbóż otuliny Roztoczańskiego Parku Narodowego. *Pam. Puł.* 137, 263–269.
- Yang G., Wang Y., Tian J., Liu J.P., 2013 Huperzine A for Alzheimer's disease: a systematic review and metaanalysis of randomized clinical trials. *PLoS ONE* 8(9), e74916. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0074916>.

Źródło finansowania: Badania przeprowadzone w ramach zadania badawczego nr 38/20/B zostały sfinansowane z dotacji na naukę przyznanej przez Ministerstwo Edukacji i Nauki.

Abstract. The presence of medicinal plants in agricultural fields is a phenomenon reflecting the dynamic interactions between agricultural practices and the natural flora. Their medicinal properties have been known and utilized by various cultures for centuries, and their continuous presence in agricultural areas suggests that, despite the dominance of cultivated plants, a variety of accompanying species with potential therapeutic properties can thrive in these environments.

The aim of the conducted research was to analyze the species composition of medicinal plants and their frequency of occurrence, as well as to determine the health-promoting properties of selected species. A total of 93 species with therapeutic properties were recorded in the flora of the studied agrocenoses. The largest group of species in the studied habitats were native species, constituting 70% of all recorded medicinal plants. In terms of longevity, perennial species predominated over short-lived species. The

analysis of life forms showed a predominance of therophytes (44%) over other groups. Among the non-native species, hemicryptophytes dominated (36%).

The recorded species of herbs varied in terms of usable parts. The largest group consisted of species from which the herb can be harvested for pharmacological purposes, making up 50% of the herbal flora. Among the documented species, the largest group consisted of those with diuretic properties.

Keywords: agrocenoses, therapeutic properties, medicinal plants

Otrzymano/Received: 10.03.2025.

Zaakceptowano/Accepted: 9.04.2025

Online first: 20.05.2025

Opublikowano/Published: 25.07.2025