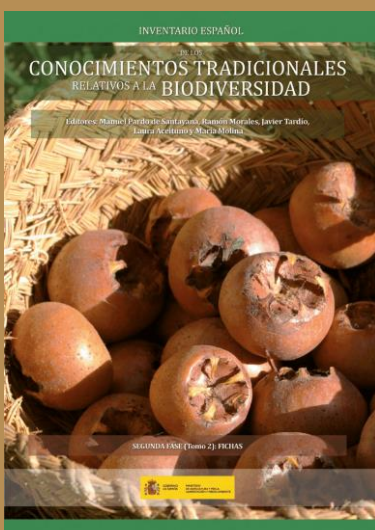


BIODIBERTSITARI BURUZKO EZAGUTZA TRADIZIONALEN ESPAINIAKO INBENTARIOA



“Denboran zehar tokiko ingurunera egokitzeko esperientziatik sortutako jakintza, balio, sinesmen eta praktikak, komunitateak partekatu eta balorean jarritakoak eta belaunaldiz belaunaldi transmitituak...”

Ezagutza tradizi onal ak, gi zaki ak bi odi bertsitatearekin eta bi zi den i ngurunearekin duen harreman estuaren adi erazpena di ra.



Erakusketa honek **“Biodibertsitateari Buruzko Ezagutza Tradizionalen Espainiako Inbentarioaren”** lanaren **bigarren fase**tik eratorritako emaitza nagusiak biltzen ditu.

Bigarren fasea osatzen duten hiru tomoak argitaratuta dagoen lehenengoari gehitzen zaizkio eta guztira **700 espezieren** fitxak biltzen dituzte.



Biodibertsitatea, baliabide eta erabilera tradizionalen iturri

Españak **biodibertsitate** aberatsa du. Lurzoru eta klima anitzek, askotariko orografiari eta historia biogeografiko konplexuari lotuta, espezie eta ekosistema aniztasun handia dute ondorio. Gizakiak aspalditik hartu du parte egitura honetan ingurune naturala eraldatuz, modelatuz eta erabiliz.

Belaunaldiz belaunald, gizakiaren eta naturaren arteko lotura estutik eratorritako **ezagutzak** transferitzen joan dira. Ahoz aho helarazitako ondare honen **oinordeko** gara eta **gure erantzukizuna da ondare horri eustea**, desagertzen den adineko pertsona bakoitzarekin beronek gordetzen dituen ezagutza guztiak galtzen baitira.

Abenduaren 13ko Natur Ondarearen eta Biodibertsitatearen 42/2007 legeak, biodibertsitatearentzako interesgarriak diren tradiziozko jakintza eta jarduerak kontserbatzearen eta sustatzearen beharra aitortzen du. 70. artikuluan administrazio publikoek hauen ezagutzan eta kontserbazioan aurrera egiten baimenduko duten ezagutza tradizionalen inbentarioak egin behar dituztela esaten du.

Nekazaritza, Arrantza, Elikadura eta Ingurumen Ministeritzak Biodibertsitateari Buruzko Ezagutza Tradizionalen Espainiako Inbentarioaren proiektua jarri du abian, gaur egun bigarren fasean dago.

Biodibertsitatearen kontserbazioarekin, aintzatespenarekin eta balorean jartzearekin lotutako lana da. Diziplina anitzeko proiektua da, Españako etnobiologiako aditu eta ikerketa talde nagusiak inplikatzeko dituen.

NOLA EGITEN ARI DA BIODIBERTSITATEARI BURUZKO EZAGUTZA TRADIZIONALEN INBENTARIOA?



Inbentarioa egiteko **datu base** bat **eta inbentario fitxak** diseinatu dira; biodibertsitatearen inguruko tradiziozko jakintzak jaso, antolatu eta eskuragarri egiten dituzte.

Datu iturriak: Españan ikerketa etnobiologiko kopurua handia eta mota askotarikoa da. Inbentarioa egiteko aldez aurretik argitaratuta eta sakabanatuta dagoen informazioa batzen, antolatzen eta aztertzen lan egiten da. Erreferentziak aukeratzeko orduan, hauek ondorengo irizpideak bete behar dituzte:

Elkarrizketa pertsonaletatik jasotako informazioa izan behar da eta argi geratu behar da jasotzen diren tradiziozko jakintzak ikerketa eremuan dutela jatorria.

Identifikazio taxonomikoak fidagarriak izan behar dira eta lanek etnobiologian nazioarteko estandarrak bete behar dituzte, herbario pleguak eta zoologia bildumak jasotzea derrigortzen dutenak.

Ahal den **aldakortasun handiena** jasotzea: lurraldekoa, taxonomikoa eta tematikoa. **Datu basea:** inbentarioaren xede den tradiziozko jakintzen inguruko informazioa elkarrekin erlazionatuta dauden taulatan batzen da. Bere egiturak edukiak sartu, kontsultatu eta aztertzea baimentzen du. Fitxak egiteko informazioaren funtsezko oinarria da. Bi informazio mota nagusi daude:

- Herri izenak
- Tradiziozko erabilera eta jakintzak

Tradiziozko jakintzen inguruko informazioa antolatzeko **sailkapen hierarkikoa** egin da, lehen mailako 13 kategoriaz osatua:

1. Giza elikadura
2. Animalia elikadura
3. Medikuntza
4. Albaitaritza
5. Erabilera toxikoa eta kaltegarria
6. Erregai erabilera
7. Eraikuntza
8. Industria eta artisautza
9. Ingurumen erabilerak
10. Apaindura erabilerak
11. Gizarte erabilerak, sinbolikoak eta erritualak
12. Ekologia
13. Espezie eta elementuen maneia



Sailkapen honetan erabiltzen den irizpide nagusia funtzionala (praktikoa) da. Hau da, kategoria gehienek galdera honi erantzuten die: **zertarako erabiltzen da?** Azkeneko biak espeziearen ala elementuaren ekologia eta maneiuari dagokienak dira.

BAZENEKIEN?



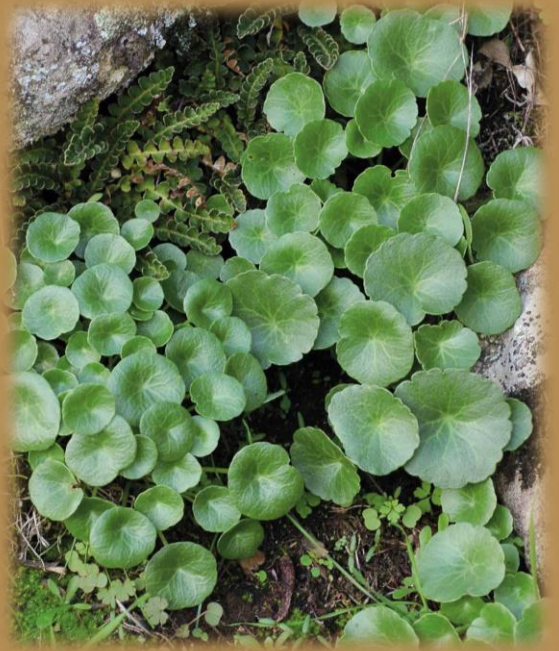
- **Pinsapoak** (*Abies pinsapo*) XIX. mendean eta XX. mendearen hasieran mozketa handiak jasan zituen ikatza egiteko eta trenbide trabes gisa erabiltzeko. Bizirauteko segurtasun bakarra hazten zen inguru malkartsua eta bertatik egurra ateratzearen zailtasuna izan zen, prezioak ez zuen mozketa merezi.
- Azores, Madeira eta Kanariar uharteetako landarea den **viñatigo** (*Persea indica*) landareak sortutako intoxikazioak ekiditeko, abeltzain batzuk landare honen kopuru txikiak gehitzen zituzten abereen dietan hauek elikagai solidoak jaten hasten zirenetik, ohitzen joan zitezten.
- **Basa-orburua** (*Cynara humilis*) gazta egiteko esne gatzagi lez oso erabilia izan da. Loreak uretan uzten dira beratzen eta honela lortzen da erauzkina (gatzagia), esnari gehituta, esnea gatzatu egiten duena.
- **Landareekin arrantza** egiteko, tradizioz osagai iktiotoxikoak dituzten espezieak erabili dira, ibai, erreka, putzu ala askatako urak pozoitzeko. Arrainak goraka egiten zuten, tontotuta edo hilda, eskuz erraz hartzeko moduan geldituz.
- Españako **Independentzia Gerran**, espainolek **heriotzorria** (*Nerium oleander*) erabili zuten frantsesei eskaintzen zizkieten haragi errea egiteko egur modura, hauen artean baja ugari gertatuz landarearen izerdiarekin intoxikatutako haragia jateagatik.
- **Erruda** (*Ruta* sp.) **Amerikara** eramán zuten espainolek, bertan errotu zen beronen zama kulturalaz lagundurik. Honela, gaur egun landare honen konnotazio magikoek Amerikan Europan baino presentzia handiagoa dute .
- Andres Laguna doktoreak **belaiakiekin** (*Atropa belladonna*) esperimentu bat burutu zuen 1545 urte inguruan, kartzelaratuak izan ziren bikote zahar baten **sorginkeria akusazioak** fundamenturik ez zuela frogatzeko (Laguna sendagile zuen Lorenako dukeari gaixotasun larri bat sorrarazteaz akusatuta egon ziren). Ustezko sorginen etxean aurkitutako pomada hartu zuen eta loezina zuen bere gaixo bati jarri zion. Emakumea lozorro sakonean sartu zen eta amets burugabeak izan zituen, Laguna doktoreak sorginek esaten zituztenak haluzinazioen ondorio zirela ondorioztatuz.
- Txikle sintetikoa agertu aurretik, landare desberdinetatik eratorritako latexarekin egiten zen txikle, **tabaiba gozotik** (*Euphorbia balsamifera*) esaterako.
- **Erratza** (*Ruscus aculeatus*) ardo salmenta adierazteko erabili zen Avilan; sorta bat etxe aurrealdean zintzilikatuz bertan ardoa saltzen zela adierazten zen sasoiaren zenean.
- Artzainek **estrepak** adarrak (*Cistus ladanifer*) erabiltzen zituzten ardi eta ahuntzen kumeei amaordeak bilatzeko, norbanakoaren identifikazioa usaimenaren bidez aldatuz. Honetarako kumea galdu duen emearen baginaren hormak adarrarekin igurzten dute eta ondoren adar honekin umezurtza igurzten dute berea bailitza ezagutu eta errefusatu ez dezan. Hau estrepak emearen sustantzia aromatikoak (feromonak) itsasteko duen gaitasunagatik gertatzen da.
- Berdura gisa **txikoriaren** hostoen kontsumoaz gain (*Cichorium intybus*), honen sustraia txigortuta egindako sasi kafea, batzuetan **“txiroen kafea”** deiturikoa gogoratzen da, oso hedatua egon zena Españako Gerra Zibilean eta gerraostean.

BAZENEKIEN?



- **Tabaiba** (*Euphorbia balsamifera*) Kanariar Parlamentuak Lanzarote irlako **landare sinbolo** izendatu zuen 1991. urtean. Eta kanariar palmondoa (*Phoenix canariensis*), Kanariar Irletako espezie endemikoa eta uharteetako sinbolo, euren kulturaren berezko atala da. Kanarietako legedi autonomikoak, espainolak eta europarrak babesten du eta mundu osoan erabili izan da landare apaingarri gisa 1860. hamarkadan hedatu zenetik.
- Hainbat lege babes figurek ***Posidonia oceanica* itsas belar zelaiak** babesten dituzte, ur kalitatearen bioadierazle onak dira eta. Itsas faunarentzako eta arrantza baliabideentzako ezinbesteko ekosistema eratzeko paper garrantzitsua jokatzen dute eta itsasertz plataformaren hondoak higaduraren aurrean babesten ditu. Orainsu karbonoa gordetzeko duten gaitasuna aurkitu da, eta aldaketa klimatikoaren leuntzean paper garrantzitsua izan dezake.
- Doñana bezalako hainbat lekutan, basurde emeak erditzeko **betibizi horia** (*Helichrysum stoechas*) dagoen mendi lekuen bila ibiltzen direla esaten da. Behar bada, hain usaintsua eta lurrintsua izanda erditzearen usainak kamuflatzen dituelako harraparien usaimenetik?
- Gure inguru hurbileko **landare txiki** asko, inor hauetaz ohartu ez eta garrantzirik ez dutela eman arren, oso onuragarriak eta erabilgarriak dira baita giza osasunerako ere. **Getozka** (*Potulaca oleracea* L.), esaterako, muzilagoak, saponinak eta A, B eta C bitaminak ditu, omega-3 gantz azido iturri ezin hobea da eta jarduera antioxidatzaile handia du.
- Gaur egun landare askoren **tradiziozko erabilera sendagarriak** frogatzen dituzten analisi zehatzak daude, **askimotza** (*Cynodon dactylon*) ala **estrepa** (*Cistus ladanifer*) kasu.
- **Kuku-prakaren** (*Digitalis purpurea*) erabilera propietate kardiotonikoak direla eta utzi egin da dosi egokia erabiltzeko zailtasunarengatik; ikuspuntu zientifikotik, arrisku hau dosi terapeutikoa dosi hilgarritik oso gertu egotean oinarritzen da. Eta bere hostoetan dauden printzipio aktiboak asko aldatzen dira egunean zehar, eguzkia dagoenean kontzentrazioa handiagoa da.
- **Lo-belarraren** (*Papaver somniferum*) alkaloideak, kodeina eta morfina, ez tul kontrakoa eta min kentzailea hurrenez hurren, oraindik ere garrantzia eta erabilera handikoak dira terapeutikan.
- **Estilbenoak** produktu bereziak dira, soilik zazpi familia botanikotan aurkitzen dira eta aktibitate antioxidatzailea, neurologikoa, kardiobaskular eta antifungikoa dutela frogatu dute.
- **Asuna** (*Urtica dioica* L.) jangarria izateaz gain landare sendagarri gisa nabarmentzen da: odol zirkulazioa hobetu eta odola garbitzen du, antihemorragikoa da, hanturaren kontrakoa da, diuretiko eta argalgarria da, eta azaleko gaitzak osatzeko. Azukre, azido uriko eta kolesterol mailak jaisteko ere aipatzen da.
- **Belar bedeinkatua** edo **ardi-belarra** (*Valeriana officinalis* L.) **lasaigarri eta baregarri** moduan oso ezaguna da España guztian. Espezie honen erabilera indarrean dago. Bere merkaturatzea eta kontsumoa ohikoa da geroz eta laboratuagoak diren farmazia formulatan, elkarre nazional eta nazioartekoak fabrikatu eta banatuak eta, seguruenik hau handitu egingo da etorkizunean, gure hiri gizarte ezaugarri estresagarriak direla eta.

BAZENEKIEN?



- Txantxapota edo *Umbilicus rupestris* landarea, Crasulazeoen familiakoa, gazteleraz “**ombbligo de venus**” deitzen da erdialdean duen sakonuneagatik. Eta, izen espezifikoak (rupestris) bere habitat ohikoena aipatzen duenez, non hazten dela uste duzu?
- **Istoria/kondaira:** Albaceten larreak hobetzeko **gisats horiaren** (*Retama sphaerocarpa*) ahalmenaren inguruko istorioa kontatzen da. Itsu batek lur batzuk erostea nahi zituen eta hauek bisitatzera joan zen itsumutilarekin. Aukeratutako lekura iristean, itsuak, zeramaten astoa gisats batera lotzea eskatu zuen. Baina han ez zegoen gisatsik. Itsuak, honekin lurzoruaren kalitatea oso eskasa izango zela ondorioztatu zuen eta ez erostea erabaki zuen. Istorio bera kontatzen da Españaiko hainbat lekutan, adierazleak beste landare batzuk direlarik.
- **Huntza** (*Hedera helix*) landare sakratu lez eskaintzen zen jainkoei; Egipton Osirisi, Grezian Dionisiori eta Bacori Erroman. Antzina mahatsondoa eta huntza aurkakoak zirenaren ustea zegoen, batak mozkortu egiten zuelako eta besteak alkoholaren eraginetik saihesten zuelako. Hori dela eta, Bacoren omenezko jaietan huntzarekin egindako koroak egiten ziren.
- **Garaizka arruntaren** (*Adiantum capillus-veneris*) epiteto espezifikoaren jatorria Lucius Apuleiusek landarea Venusen adatsarekin alderatu zuenean, honi eman zion izenean datza. Eta hau da ere ilajea sano mantentzeko zuen gaitasunaren ustearen zergatia.
- Plinio Zaharrak (I. mendea) grezieraz **kamamila** (*Chamomilla recutita*) izen erabiliena chamaemelo (lur sagarra edo sagar nanoa) zela zioen, igurtziz gero darion sagar usaiagatik. Hortik dator gaztelerazko camomila eta euskarazko kamamila izena.
- **Esaera:** Aragoiko Pirinioetan esaera herrikoi hau erabiltzen da: “ezpel lehorra baino faltsuagoa zara”, **ezpelaren** (*Buxus semperviens*) adarrak lehortzen direnean, ez badirudi ere, oso hauskor bihurtzen dira eta.
- **Ereinetza** edo **erramua** (*Laurus nobilis*) Apolo jainkoari eskainita egon zen, eta beronekin koroatzen ziren Erromako enperadore guztiak. Bake eta garaipenaren ikur, tximisten kontrako babesle gisa hartzen zen.
- **Milorriaren** izen zientifikoa (*Achillea millefolium*) Akiles heroi grekoari eskainia dago zeinek, kondairak dioenez, Téleforen zauriak sendatu zituen. Landarearen propietate zauri sendatzaileak agerian uzten ditu, orbaintzaile eta hemostatiko gisa.
- Hipokratesek, erditzean semeak izateko **txantxapotaren** (*Umbilicus rupestris*) hostoak jatea aholkatzen zuen.
- **Hurritzaren** (*Corylus avellana*) makilak sugeak uxatzeko erabiltzen ziren, hauekin kolpatuz gero beste makilek baino gehiago tontotzen zituztelakoan.
- Herri sinesmenaren arabera, **heriotzorriaren** (*Nerium oleander*) pozoiak eskorpioiari aurre egiten dio.
- **Gorostia** (*Ilex aquifolium*) oraindik etxeen eta korten landare babesletzat hartzen da.

MIHURA

Viscum album L.
Familia: Viscaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Zuhaitz hostogalkor eta gimnospermo espezie desberdinen gainean bizi da bizkarroi zintzilikari moduan, 50-1600m bitartean.

Martxotik maiatzera loratzen da.

Eurasiar eta Iparrafrikarra; Iberiar Penintsulan eta Balear Irlatan sakabanatuta dago, hegoaldean eskasagoa da.



ALBAITARITZA

- **Zirkulazio sistema:** animalien odola eta behazuna garbitzeko eta arteria tentsioa jaisteko.
- **Gernu sistema eta genitala:** ardi, behi eta zaldi aziendak pixa egiteko.
- **Sorkutza, ernaria eta erditzea:** infekzio arrisku gabe karena kanporatzen laguntzeko.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta bizkarroiak:** amaren esnearen bidez zerrikumeak baztangaren aurrean immunizatzen.
- **Bestelako albeiteritza erabilera batzuk:** animaliak saneatzeko, osasungarri gisa eta efektu indartzaileekin. Hetika ala tisiaren diagnostiko gisa: animalia landarea egositako ura hartuta hilez gero, biriketako gaitza zuen froga argia zen.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritoak:** gabon jaietako landare berezia, Gabonetako zuhaitzak, ateak, leihoak eta jaiotzak apaintzeko.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabe errituak:** Gabonetan jasota eta zorte on eta babes gisa etxean zintzilikatuta.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo saralea:** bazka landarea neguan zehar. Hainbat lekutan esne ekoizpena handitzen zuela uste da.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio sistema:** tentsioa jaisteko efektua du. odol zirkulazioa hobetzeko, odola garbitzeko, odoljarioak mozteko eta arteriosklerosia saihesteko.
- **Digestio sistema:** urdaileko eta hagineta minari aurre egiteko eta hortzoi odoljarioentzako.
- **Gernu sistema eta genitala:** diuretiko gisa eta hilekoaren fluxua erregulatzeko.
- **Sorkutza, haurdunaldia, erditzea eta erditze ondokoa:** erditzean plazentaren kanporatzea errazteko.
- **Arnas sistema:** bronkio-biriketako kongestioan katarroaren eta ezturen kontrakoa.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** kolesterola eta diabetesa prebenitzeko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** artritis eta erreuma minak arintzeko.
- **Azala eta larruazalpeko ehuna:** zaia tratatzeko eta ile erorketa saihesteko lozio kapilar gisa. Ospelak eta furunkuluak tratatzeko, azalean sartutako objektuak ateratzeko, gogortasunak biguntzeko eta azala leuntzeko.
- **Nerbio sistema eta buruko gaixotasunak:** epilepsiarentzako eta lasaigarri gisa.
- **Tumore gaixotasunak:** puntualki aipatu da berriki erabilitako antikanzerigeno gisa.
- **Jatorri ezezaguneko sintoma eta egoerak:** oinetako izerdia kontrolatzeko.



INGURUMEN ERABILERA

- **Belar txarrak:** Sagarrondoan bizkarroitzat hartzen da, hauek lehortu egiten dituelakoan.



GIZA ELIKADURA

- **Jangarriak-fruituak / Fruitu gozoak:** Fruituak gose garaitan umeei emateko elikagai tipiko modura erabiliak, esaten denez, "oso gozoak ziren, baina asko ezin ziren jan"



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Tranpa erakargarriak:** fruitu eta hostoekin txoriak harrapatzeko lika ala kola naturala egiten zen, itsatsita gelditzen ziren, ezin ihes egin.
- **Gizaki ala animalientzako toxikoak:** leku askotan toxikoa dela uste da, fruituak janez gero pozoitzeak eragin dezakeela. Medikuntza erabileretan beti dosiaren gaineko oharrekin azaltzen da. Tentsio jaitsiera gogorak eragin ditzake.

GARAIZKA ARRUNTA

Adiantum capillus-veneris L.

Familia: Adiantaceae (Pteridaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Harkaitz arrakalatan, horma hezeetan ala harkaizti izerdituetan, kareharri substratutan, 1500m arte. Emankorra izan daiteke urte osoan. Mundu osoan dago, eskualde subtropikaletan eta epeletan. España osoan ohikoa da.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** hesteetatik gaixotutako edo enpatxatutako haziendekin erabilia.
- **Sortzea, ernaria et erditzea:** ganaduan erditzea errazteko eta karena gordetzea ekiditeko.
- **Sorkutza, ernaria eta erditzea:** infekzio arrisku gabe karena kanporatzen laguntzeko.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta bizkarroiak:** infekzioak tratatzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketasuna:** ilea oso beltz mantentzeko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabe erritualak:** iratzearen gainean eseri, zapaldu edo bere usaia arnasten duten emakumeak ernaltzeko ahalmena duela uste da. Frondeak San Juan gaez jateak, jokoan zorte ona dakar. Senargai gabe gelditzen ziren neskek, tristura kentzeko, alpagata barruan zeramatan.



APAINGARRI GISA

- **Apaingarri gisa:** loreontzitan landatzeko eta etxe barruak apaintzeko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio sistema:** odol jarioen kontrakoa, tentsioa jaisteko, odol garbigarri eta odol zirkulazioaren bizkorgarri moduan eta hemorroideak eta barizeak tratatzeko.
- **Digestio sistema:** aholagarriak osatzeko, heste eta urdaileko minei aurre egiteko eta gibeledko gaitzetarako orokorrean.
- **Gernu sistema eta genitala:** diuretiko moduan eta giltzurruneko harriei aurre egiteko. Hilekoaren eta menopausiaren inguruko gaitzak erregulatu eta tratatzeko, hileko minak arintzeko eta hilekoa sortarazteko.
- **Sortzea, haurdunaldia, erditzea eta erditze ondorengoa:** abortu eragile gisa eta umetokia garbitzeko eta erditze zailen ondoren plazenta erretentzioa ekiditeko.
- **Arnas sistema:** hotzeri, katarro, pneumonia eta asmari aurre egiteko. Antitusigeno, espektoratzaile eta eztarriko hanturetarako eta afoniarako erabilia.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** erreumari aurre egiteko.
- **Azal eta larruazalpeko zelula-ehuna:** burusoiltasuna eta ekzemetarako, eta zauriak osatzeko, orbaintzaile, antiseptiko eta lehorgarri gisa.
- **Zentzumen organoak:** arazo oftalmologikoak tratatzeko.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta bizkarroiak:** malariari aurre egiteko.
- **Jatorri ezezaguneko sintoma eta egoerak:** sukarra jaisteko, pizgarri gisa eta akiduraren aurkakoa.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholikoak:** koñaka zahartzeko erabilia.
- **Edari ez alkoholikoak:** freskagarri bizigarri moduan erabilitako infusioa prestatzeko erabilia.

SUGE-BELARRA

Arum italicum Mill.

Familia: Araceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Harkaitz arrakalatan, horma hezeetan ala harkaizti izerdituetan, kareharri substratutan, 1500m arte. Emankorra izan daiteke urte osoan. Mundu osoan dago, eskualde subtropikaletan eta epeletan. España osoan ohikoa da.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Narritagarriak, erresumingarriak eta fotosentikorak:** ezpainak erretzen ditu eta erresumin handia eragiten du eskuak ahora edo begietara eramaten badira ukitu ondoren ala fruituak birrindu ondoren.
- **Gizakientzat edo animalientzat toxikoak:** oso toxikoa, bai animalientzat bai pertsonentzat. Usaina oso desatsegina du eta, ahoko mukosa ukitzean, zapore oso mina du. Fruituak oso pozoitsuak. Animalien kasuan, bazkatzean baztertu egiten dute. Tuberkuluari dagokionez ez dago argi, aziendarentzat toxikotzat jotzen den arren, zero eta basurdeek bilatu eta kontsumitzen dutela esaten da.
- **Beste elementu kaltegarri eta uxagarri batzuk:** landare honen zukua eta kea sugeak uxatzeko erabili ziren.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketasuna:** tuberkuluaren irinetik plantxarako almidoia lortzen zen, nahiz eta erabilera alde batera utzi zen narritagarria zelako.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabe erritualak:** influoreszentziak urteko nekazaritza errendimendua iragartzeko erabili izan dira. Lore emeek (bolatxo handiak) patatak irudikatzen dituzte; lore arrek (bolatxo txikiagoak eta laranjatuak), artoa; eta lore antzuek (ile itxurakoak), babak ala belarra. Influoreszentziaren atalen garapenaren araberakoak izango ziren ordezkaturako laboreen etekinak.
- **Dibertimendurako erabilera:** fruituak ume jolasetan erabili izan dira eta loreak aingeru mozorroen hegalak egiteko.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Belar txarrak:** Picos de European, arto lurretan hazten den belar txartzat hartzen da.



APAINGARRI GISA

- Herri lorezaintzan erabiltzen da, patio, baratze eta lorategietan.



ALBAITARITZA

- **Muskulatura eta eskeletoa:** fruitua hanturaren aurka erabilia, ukendu eran emanda.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Muskulatura eta eskeletoa:** fruitua hanturaren aurka erabilia, ukendu eran emanda.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio sistema:** fruitua hemorroideen kontra erabilia kataplasma ala ukendu eran.
- **Digestio sistema:** tuberkuluaren egoste ura haginetaiko minaren kontra erabilia.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** hanturen kontra eta analgesiko gisa, eta kolpeak edo beltzuneak eta muskuluetako mina tratatzeko. Fruitua, hostoak edo tuberkulua txikituta erreuma tratatzeko ematen ziren.
- **Azala eta larruazalpeko zelula ehuna:** hostoa orbaintzaile gisa eta erredurak osatzeko erabilia, baita granoak eta zorne zorroak kentzeko, zuzenean lesioaren gainean jarrita edo oliba olioarekin edo txerri gantzarekin bustita. Tuberkulua eta hostoa maskurrak, gogortasunak, garatxoak eta ospelak kentzeko erabiliak.
- **Nerbio sistema eta buruko gaixotasunak:** hostoa kanpoaldetik kataplasma eran jartzen da migrainen kontra.



GIZA ELIKADURA

- **Jangarriak - sustriak, bulboak, tuberkuluak eta errizomak:** tuberkuluak batez ere eskasia garaian kontsumitu dira. Ur irakinetan egosten ziren denbora luzez, eta ura hainbat aldiz aldatzen zen, toxikotasuna eta mingostasuna galarazteko. Kozinatua ondoren, beste barazki batzuekin lapikokora gehitu zitezkeen, esnearekin nahastuta jan edo opil modura, iratze irinarekin nahastuta.

IHIA

Scirpoides holoschoenus (L.)
Soják = *Scirpus holoschoenus* L.

Familia: Cyperaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Belardi eta lur hezeetan bizi da, batez ere hareatsuetan, 1800m arte. Apiriletik irailera bitartean loratzen da. Europan, eskualde mediterranean, Asiako mendebaldean eta Hegoafrikan hedatzen da. Penintsulako eta uharteetako Espainia osoan bizi da, Kanarietan Lanzarote, Fuerteventura eta El Hierro uharteetan salbu.



ERAIKUNTZA

- **Ontziak:** baltsa moduko ontzi txikiak egiteko.
- **Nekazaritza eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** hainbat itzal mota, teilatuak eta "chozo" edo "choza" izeneko aterpe txiki garraigarriak egiteko. Ehizarako zelata aterpeak egiteko, harrapakinak ez uxatzeko.
- **Azpiegiturak:** noria hidraulikoak fabrikatzeko.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzoruaren hobekuntza:** tomate hazitegiak estaltzeko, horien gainean hartitzen zen simaurra botatzen zen eta ernetzea errazten zen.
- **Bioadierazleak:** ura lurrazaletik gertu dagoela adierazten du.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren errituak:** hainbat jaietako prozesioek igarotzen dituzten kaleak estaltzeko.
- **Bizi zikloko errituak:** erritu magikoetan, ezkongaiak ezkontzera zihoazenean. Zazpi ihi atera eta elizarako bidean jartzen ziren. Ezkongaiak pasatzerakoan ihiren bat zapaltzen bazuten, antzututa eta inpotente gelditzen ziren.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea ala lehorra:** abereentzako bazka gisa.
- **Larrea:** aziendak "gose handia duenean" jaten du.



ALBAITARITZA

- **Digestio sistema:** astoen aho infekzioak osatzeko, koliko eta beherakoen kontra eta enpatxatutako animalietan gonbitoa eragiteko.
- **Sistema urogenitala:** gernubideetako infekzioak edo zistitisa tratatzeko, animaliei pixa egiten lagunduz.
- **Arnas sistema:** astoen, zaldien eta mandoen hotzerien kontra.
- **Intoxikazio eta pozoidurak:** sugedorrien hozkadei aurre egiteko.



GIZA ELIKADURA

- **Jangarriak – zereal eta pseudozerealak:** guantxeek ihiaren haziarekin gofioa egiten zuten (zerealen edo txigortutako beste hazi batzuen bahetu gabeko irina).
- **Gozokiak eta murtxikatzeak:** bere zapore gozo eta freskagarria dela eta, oinarri zuri eta samurra miatzatu edo murtxikatu egiten zen.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio sistema:** zurtoinen egoste ura hipotentsore gisa erabili izan da.
- **Digestio sistema:** hortzoietak hanturaren aurka eta antiseptiko gisa, hagnetako eta flemoien minaren kontra, eta haurtxoen hortzetako mina lasaitzeko. Beherakoak, urdaileko mina eta "gibelesko mina" tratatzeko.
- **Sistema urogenitala:** infloreszentziak diuretiko gisa hartuak.
- **Arnas sistema:** katarroak, hotzeriak, neumonia, marranta, ahots galera eta ezdarri hanturak tratatzeko, eta ezularen kontra.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** hezueria minak baretzeko eta argaltzeko infusioak prestatzeko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** erreumatismoaren kontrako erremedio gisa.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** azaleko gaitzak tratatzeko, zauriak sendatzeko, garatxoak kentzeko eta ile erorketa saihesteko.
- **Nerbio sistema eta buruko gaixotasunak:** nerbio dardaren kontra eta estresa arintzeko. Ume geldiezinekin, izutuekin edo depresiodunekin "Cura del padrón" delako erritualean erabilia.
- **Bestelako gaixotasun infektioso eta parasitarioak:** toskerina eta erisipela sendatzeko.
- **Zehaztugabeko jatorria duten sintoma eta egoerak:** sukar egoera nahiko biziak tratatzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Erremintak eta tresnak:** erratzak, ehizarako eta arrantzarako tresnak (kaiolak eta nasak esaterako), haziak bahetzeko galbaheak eta gazta ontzeko moldeak egiteko, eta zerri hilketan tripak garbitzeko.
- **Musika eta kirol jostailu eta instrumentuak:** lokarriak eta salto egiteko sokak, kaskabelak, marakak eta ezpatak eta jostailuzko eskopetak egiteko.
- **Altzariak eta etxeko tresnak:** udako gortinak eta pertsianak, esterak eta tapeteak egiteko, eta koltxoi eta aulkiak betetzeko.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** saskigintzan asko erabiltzen da.



ERREGAI GISA

- **Pizketa edo egur fina:** zurtoinak, lehortu ondoren, ogi labeak pizteko erabiltzen ziren.
- **Argia:** zurtoinekin olio kandeletarako metxak egiten ziren.

ERROSTA

Gentiana lutea L.

Familia: Gentianaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Mendiko larreetan, zelaietan eta baso hezeetako soilgunetako megaforbio komunitateetan bizi da, 900-2500 m artean. Ekainean et uztailean loratzen da. Europako erdialdeko eta hegoaldeko mendietan dago eta Turkiaraino iristen da. Espainian iparraldeko eta erdialdeko mendietan bizi da (Pirinioak, Kantauri Sistema et Galaiko-Leongo Sistema, Iberiar Sistemaren ipar-mendebaldea eta Erdialdeko Sistema), Sierra Nevadaz gain.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholdunak:** digestio-likoreak prestatzeko edo ardoari bermut gisa gehitzeko



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** gosearen estimulatzailea, digestio laguntzailea eta behazuna botatzearen aurkakoa. Indigestioak, enpatxuak, tinpanismoa eta haziendaren hesteetako kolikoentzako.
- **Sistema urogenitala:** hanturaren aurkakoa ardien, ahuntzen edo behien mastitis kasuetan.
- **Sortzea, haurdunaldia eta erditzea:** ernaltzea errazteko, araldia erregulatuz eta erditzearekin lotutako zainketetan. Parien kanporatzea errazteko, arazgarri gisa eta erditu ondoren gosea laster berreskuratzeko.
- **Arnas sistema:** pneumonia, eztula edo katarroetarako.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** lokomozio aparatuko kolpeen eta hanturen aurka.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak eta hozkadak desinfektatzeko edo orbaintzeko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** zorrien eta heste zizareen aurkakoa.
- **Jatorri ezezaguneko sintoma eta egoerak:** neke kronikoaren aurka eta indargarri gisa.
- **Intoxikazio eta pozoidurak:** sugegorrien hozkada kasuetan.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** landare honen abusua toxikoa da abereentzat. Gizakientzat gomendagarria da errizoma kopurua erregulatzea medikuntza prestakinetarako eta tratamenduaz abusatu gabe, kalteak eragin baititzake.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ahozko literatura herrikoa:** etxeko albaitaritzan duen erabilera ospetsuari buruzko atsotitzetan.



MEDIKUNTZA

Medikuntzan oso ezaguna den eta erabiltzen den landarea. Zati aprobe txagarria errizoma da (lurpeko zurtoina), gentziana-sustrai deitzen zaio.

- **Zirkulazio-sistema:** hipotentsorea, arazgarria, zirkulazioa hobetzeko, antianemikoa, bihotz-tonikoa eta hematoma eta almorranen aurkakoa.
- **Digestio-sistema:** jateko gogoia egiteko, nekea, ahultasuna edo udaberriko anorexia dagoenean. Toniko gisa, digestio astunak errazteko eta urdaileko mina arintzeko, kolikoak eta urdaileko ultzerak sendatzeko eta azidotasunari aurre egiteko. Antiodontalgiko gisa eta hortzetako txantxarrari aurrea hartzeko.
- **Arnas-sistema:** eztarria leuntzeko, eztula lasaitzeko eta arnasketako hainbat gaitz tratatzeko, hala nola katarroak, bronkitisa eta amigdalitisa.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** odoleko kolesterol-maila jaisteko, hipogluzemiatzaile gisa eta argalgarri gisa.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** hezurak eta muskuluak indartzeko eta kolpe eta kontusiotarako.
- **Azala eta larruazalpeko ehuna:** antiseptiko gisa, zauriak, lakak eta zartadurak sendatzeko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** erlaxatzaile eta lasaigarri gisa.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** heste zizare edo bizioen kontrakoa, eta zorrien, herpesen eta sukar tifoideoen aurkakoa.
- **Jatorri ezezaguneko sintoma eta egoerak:** neke kroniko edo ahultasun kasuetan "gorputza indartzeko" suspergarri gisa eta sukarra jaisteko.
- **Intoxikazio eta pozoitzeak:** erretzeari uzteko.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Larrea:** ez dago erreferentzia handirik animaliak elikatzeko erabiltzeari buruz, hostoak erabiltzak baitira.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** hortzetako eskuila gisa.
- **Erremintak eta lanabesak:** iturburuetako ura bideratzeko, erreten modura erabiltzen dira orriak.

SAN JUAN BELARRA

Hypericum perforatum L.

Familia: Guttiferae (Hypericaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Laboreekin, lugorritan edo bide ertzetan bizi da, 1900 metrora. Apiriletik urrira loratzen da. Europa osoan, Asian, Afrikako iparraldean eta Makaronesiako eskualdean bizi da. Espainian penintsula osoan, Balear Uharteetan, eta Kanarietan, Palma uhartean.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritualak:** San Joan sortak egiteko. Oro har, mota guztietako gaitzen aurrean babesteko bertuteak ematen zaizkie.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabe erritoak:** San Juan egunean bildutako sanjoan belar sortak etxeetako ateetan zintzilikatzen ziren sorginak eta deabruak uxatzeko eta etxea ekaitzetatik babesteko. Aurpegia garbitzeko purifikazio errituarekin.
- **Ahozko literatura herrikoia:** landare honen sendatzeko bertuteak esaera herriko batzuetan islatzen dira, hala nola "sanjoan belarrak sendatzen ez duena, medikuak ez du sendatzen"



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** untxiek eta beste animalia batzuek ondo jaten dute landarea.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholdunak:** aireko zati loratua, alkoholetan beratua, likoreak egiteko, besteak beste ratafia.
- **Alkohol gabeko edariak:** aireko zati loratua infusioan hartzen da.
- **Gozokiak eta murtzikatzekoak:** loreen kontsumo zuzena gozoki gisa.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta plagizidak:** intsektuen uxagarri gisa, sortak zintzilikatuz.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** animalientzat eta pertsonentzat nolabaiteko toxikotasuna egozten zaio; horregatik, neurritz erabiltzea gomendatzen da.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** landare honen olio esentziales edo tinturek erabilera kosmetikoa zuten, kolonia ura egiteko edo beltzarantzeko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** bihotz toniko gisa, tentsio arteriala jasiteko, odola jaisteko, zirkulazio arazoetarako, arteriosklerosia, hematomak tratatzeko eta hemorroideen kontrakoa.
- **Digestio-sistema:** ahoko antiseptiko gisa hagineta kontra. Digestio gisa, nerbioek eragindako beherakoa eta urdaileko minak tratatzeko, libragarri gisa, sabeleko hantura kentzeko eta gibela garbitzeko.
- **Sistema urogenitala:** pertsona edadetuen inkontinentziaren aurka, giltzurruneko harriak tratatzeko, gernu bideetako infekzioak tratatzeko eta hileroko minak arintzeko.
- **Arnas sistema:** bronkioetako gaixotasunak arintzeko, hala nola katarroaren eta gripearen aurkakoa.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** antiinflamatorioa, hezurretako eta muskuluetako minak eta tortikolisa arintzeko, erreumaren kontrakoa eta kolpeak eta ubelduak tratatzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** era guztietako afekzio dermikoen aurka, hala nola zauriak desinfektatzeko eta orbaintzeko, eta erredura, grano, forunkulu, zartadura edo ekzemarentzako.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** depresioa, nerbioak eta antsietatea tratatzeko.
- **Zentzumen organoak:** otitisak sendatzeko eta kolirio moduan, begiko antiseptiko gisa.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** adibidez, hesteetako zizareen kontra.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** intsektuen ziztadak tratatzeko.



ALBAITARITZA

- **Zirkulazio-sistema:** ardi aziendaren apoplexia tratatzeko.
- **Digestio-sistema:** abereen beherakoa eta indigestioa tratatzeko. Zaldien ahoko zauriak sendatzeko.
- **Sistema urogenitala:** diuretiko gisa, behien eta ardien mastitisak tratatzeko eta abortuak saihesteko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** kolpeen eta kontusioen ondorioz handitutako eremuak tratatzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** ganaduaren eta zaldien zauriak eta urratuak desinfektatzeko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** zaldiei hesteetako zizareak eta beste bizkarroi batzuk kentzeko.
- **Jatorri mugagabeko sintomak eta egoerak:** toniko orokor gisa, animalia gaixo eta goserik gabeentzat.

LEKUGIA

Marrubium vulgare L.

Familia: Labiatae (Lamiaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Leku idorretan bizi da, bide ertzetan edo belardi nitrofiloetan, 1500 metrora. Otsailtik azarora loratzen da. Europa osoan eta Afrikako iparraldean dago; gaur egun zabaldu egin da eta subkosmopolita da. Espainia penintsularrean eta uharte guztietan bizi da.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** ardi eta ahuntzen idorreraren eta abereen enpatxuaren aurka.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** erditzearen laguntzaile gisa, plazenta kanporatzen laguntzeko eta antiseptiko gisa.
- **Arnas sistema:** ganaduaren katarroen aurka.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** abereen herrenak, kolpeak eta hanturak konpontzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak garbitzeko eta desinfektatzeko, eremu horretan ilea birsortzen laguntzeko.
- **Zentzumen-organoak:** animalien begiak garbitzeko, kataratak edo begi lausoak dituztenean.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** txerrien "gaitz gorriaren" aurkakoa.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta plagizidak:** zorrien aurkakoa, arkakusoak, eltxoak, ezkabia eta erritualetan soroetako beldarren aurkakoa. Erleentzako uxagarri gisa, ezta ziztadarik gabe ateratzeko.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** zuzenean irentsiz gero, toxikoa da animalientzat eta pertsonentzat.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholduak:** ratafia izeneko likore tradizionala egiteko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren errituak:** San Juan gaueko sortetan, errosta garratza zenez, neska "latz" samarra zela adierazten zuen.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabe errituak:** jeloskortasunaren aurkako erritual batean eta animalientzako gaixotasunen aurkako babes gisa.
- **Ahozko herri-literatura:** erritu sendatzaileetan erreztatzen ziren perpaus edo konjuruetan.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** bazka-landareetat hartzen da zenbait lekutan.
- **Larrea:** animalien elikagai gisa, nahiz eta ganaduak nahiago duen hori saihestu.
- **Ezti-landareak:** errosta nektar asko duen ezti beltzagoa, fuerteagoa eta kalitate txarragokoa bihurtzen da.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** odol-zirkulaziorako, hala nola kardioreguladore, kardiotoniko, araztaile, antihemorroidal, antianemiko eta takikardia, akne edo larruazaleko azkura kasuetan.
- **Digestio-sistema:** digestio-laguntzailea, aperitiboa, gastritisaren aurkakoa, kolikoak eta ultzera gastrointestinalak, barea kentzeko, behazun-kalkuluen aurkako erremedio gisa, behazuna botatzeko lagungarria, lehorgarria edo purgatzaila, hesteetako garbiketarako egiteko eta hortzetako minaren aurkakoa. Ikterizia eta gibleko gaixotasunak sendatzeko, hainbat prestakinetan edo landarean pixa eginda, erritual magikoen parte.
- **Sistema urogenitala:** diuretikoak, prostatitis kasuetako eta gernu-bideetako antiinflamatorio edo antiseptikoak, hilekoaren minak baretzeko eta giltzurruneko harriak kentzeko.
- **Arnas sistema:** ezularen kontrakoa, espektoratzailea eta mukolitikoa, arnas afekzioetan, prozesu asmatikoetan eta sudur-deskongestionatzaile gisa erabiltzen dena.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** argaltzeko dieten laguntzaile gisa, odoleko azukre eta kolesterol mailak jaisteko eta hezueria edo gotaren aurkakoa.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** erreuma eta artrosia arintzeko, eta bihurtura eta kolpeen hanturen aurka.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak garbitzeko, oro har, larruazaleko afekzioen aurka, eta kolpeak, hanturak eta hematoma garbitzeko. Erritualetan, lltzeak eta garatxoak kentzeko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** lasaigarria.
- **Zentzumenen organoak:** sumindutako begiak garbitzeko.
- **Gaixotasun tumoralak:** minbiziaren aurkakoa.
- **Zehaztugabeko jatorriko sintomak eta egoerak:** sukarra jaisteko, indargarri gisa, izerdia eragiteko, odol gonbito eta oin-usain txarraren aurka.
- **Intoxikazio eta pozoitzeak:** eskorpioi-ziztaden eta zakur amorratuen hozkaden aurka.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** ontziak garbitzeko mostratza gisa.
- **Erremintak eta lanabesak:** erratzak egiteko.

GARRAISKA

Melissa officinalis L.

Familia: Labiatae (Lamiaceae)



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** ur usaintsuak prestatzeko eta etxeak eta armairuak perfumatzeko.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** usain atseginagatik apaingarri gisa landatua.
- **Lore-apaingarriak eta barrualdeko landareak:** sortak apaingarri gisa erabiltzen dira.

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Leku ilunetan, ibaiertzeko basoetan, arroka-pitzaduretan edo edozein substratu nitrifikatutan bizi da, 1300 metrora. Maiatzetik urrira loratzen da. Mediterraneokoa eta Europakoa da. Espainian Iberiar Penintsula osoan dago, baita Balear eta Kanariar Uharteetan ere.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzoruaren hobetzea:** ongarriak eta mindak egiteko.
- **Beste ingurumen erabilera batzuk:** parrak polinizatzeko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** zirkulazio-gaitzei aurre egiteko, hipertentsioa tratatzeko eta pultsua lasaitzeko. Basotonikoa, odol-arazlea eta bihotzeko muskulaturaren indartzailea.
- **Digestio-sistema:** urdailerako, digestiorako, haizeak botatzen laguntzeko, aperitiboa, beherakoaren aurkakoa edo libragarria. Haginetako eta urdaileko minen, halitosiaren eta gibekeko nahasmenduen aurka.
- **Sistema urogenitala:** diuretikoak, hilekoaren mina lasaitzen duena eta hilekoa erregulatzen duena, lehen erregela iristen zenean edo hura moztzen zenean.
- **Arnas sistema:** zurrungak arintzeko, katarroen, hotzerien, gripe-egoeren eta ezturen aurka. Bronkioetako eta biriketako gaitzetarako eta arnas kongestioa kentzeko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** artikulazioen arazoetarako.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** zauriak osatzeko eta azalean ondo infekzioak tratatzeko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** oroimena areagotzeko, baregarri eta lasaigarri gisa, antsietatearen, nerbio-krisien, insomnioaren aurka, depresio kasuetan, eta buruko minak eta migrainak baretzeko.
- **Zentzumen organoak:** begi hanturen aurka.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** adibidez, hesteetako zizareen kontrakoa (antihelmintikoa).
- **Jatorri zehatz gabeko sintoma eta egoerak:** asteniaren eta akiduraren aurkakoa, goragalea eta zorabioak arintzeko, eta min edo ondorez orokortuetarako erremedio gisa.
- **Intoxikazioak eta poizidurak:** zakur amorratuen hozkadetarako, hantura jaisteko, intsektuen ziztaden mina baretzeko eta ajea arintzeko.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholdunak:** hainbat likore egiteko erabiltzen da, hala nola ratafia, herbereta, belar-anisa eta risol izenekoak zein etxeko likoreak.
- **Alkoholik gabeko edariak:** leku askotan infusio gisa erabiltzen da, jan ondoren edo aperitibo gisa hartzen da.
- **Gozagarriak eta kontserbagarriak:** gozagarri gisa baloratzen da, usaina eta zaporea direla eta, errezeta anitzen prestaketan.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Larrea:** ganaduak aireko zatia jaten du, samurra denean.
- **Animalien elikadurarako beste erabilera batzuk:** barraskiloei jaten ematen zaie, eta ondoren jan egiten dira.
- **Urteko zikloko erritualak:** San Joan jaiari lotutako landarea; data horretan egiten zituzten sorta eta adarren baratzeak iturriko uretan, aurpegia garbitzeko. Kaleak, etxeetako fatxadak, elizak eta aldareak apaintzeko.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabeko erritualak:** sorginek erabiltzen dute landare babesle gisa.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** sendatze erritualetan, abereak purgatzeko belar-nahasketa erretzen da animaliaaren azpian.



ERABILERA TOXIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta plagizidak:** palmondo batzuetan zorri-izurri horiari aurre egiteko.
- **Tranpa erakargarriak:** erleak erlauntzetan hobeto sar daitezten; izan ere, limoi eta ezti usain handiak asko erakartzen ditu erleak. Katuei izugarri gustatzen zaie, bertan igurtzi egiten dira eta txiza egiten dute.

HURRITZA

Corylus avellana L.

Familia: Betulaceae (Corylaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Leku itzaltsu, fresko eta hostogalkorren oihanpean bizi da, 1900 m arte. Urtariletik martxora loratzen da. Europan eta Asiako mendebaldean aurkitzen da. Iberiar Penintsula osoan, Balear Uharteetan falta da.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** hostoak eta azala zaldien digestio gaitzetarako eta astringente gisa. Zaldieen hesteetako gaitzetarako, hurritz makila bat pasatzen zen bizkarretik eta sabeletik.
- **Muskulatura eta hezurdura:** hurritz hagak hankako hausturak taulillatzeko.
- **Gaixotasun "kulturalak":** "solguaren" aurkakoa, kapritxo batek eragindako odolaren pozoitzea.
- **Intoxikazioak eta pozoitzeak:** sugearen hozkadak tratatzeko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko errituak:** San Juanen erreta, su garbitzaileetan, adarrak jartzeko San Pedro eta San Juan jaietan eta laboreak babesten zituzten gurutze bedeinkatuak egiteko. Hurrak jaiotzaren dekorazioak erabiltzen dira.
- **Bizi-zikloko errituak:** etxeko mozketen etxeetan adarrak jartzeko.
- **Ziurgabetasun-, babes- eta samin-errituak:** sorginek erabilitako makila magikotzat hartzen diren adarrak. Lau hur-fruitu elkarrekin jaiotzen direnean, zortea ematen dutela diote.
- **Jolas-erabilerak:** hainbat jolasetan erabilia.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** azala eta hosto lehorrak tabakoaren ordeztoko gisa.



ERAIKUNTZA

- **Gurdiak eta beste ibilgailu batzuk:** hurritz makilak gurdien ahalmena handitzeko eta zurezko bizikletak egiteko.
- **Nekazaritza eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** etxeetako barneko trenkadak eraikitzeko.
- **Hesiak:** hesiak eta beste itxitura batzuk egiteko.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Mentua:** sagarrondoa eta udarea txertatzeko patroia.
- **Eguraldiaren iragarpena:** amentoa ateratzen zenean, elur asko egingo zuela adierazten zuen.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio sistema:** Hostoak propietate basotonikoak, barizeen aurkakoak eta odol-presioa handitzekoak.
- **Digestio sistema:** hurrak, azala, hostoak eta gerbak efektu idorgarriarekin.
- **Gernu sistema eta genitala:** hurrak eta hostoak haurren gernu-inkontinentziaren aurka erabiliak. Fruituaren oskola egosita gernu-atxikipenaren aurka erabiliak.
- **Arnas sistema:** amentoak polenarekin, hotzeriarentzat erabiliak.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** Hurritz hagak hezur hautsiak taulillatzeko.
- **Azala eta larruazalpeko ehuna:** larruazala zaintzeko, zauriak eta ultzerak sendatzeko eta antialopeziko gisa.
- **Jatorri ezezaguneko sintoma eta egoerak:** hur suspertzaile eta eraldatzaileak. Sukarra jaisteko erabiltzen diren amentoak.
- **Intoxikazioak eta pozoitzeak:** sugearen hozkadetan.



GIZA ELIKADURA

- **Jangarria-Fruitu lehorrak eta oleaginosoak:** Hurrak gordinik kontsumituak edo erreak eta postre eta marmeladen prestakuntzan erabiliak eta lodigarri bezala.
- **Alkoholik gabeko edariak:** landare esne mota bat egiteko erabilitako urrak.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Erremintak eta tresnak:** hurritz hagak euste-puntu bezala ibiltzen laguntzeko eta azienda gidatzeko, olibak zartakatzeko eta baratze zurkaitz gisa erabiltzeko. Zura arrantzarako kirtenak eta kanaberak egiteko.
- **Etxeko altzariak eta tresnak:** aulkiak egiteko.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** adarren zerrendak saskigintzarako.
- **Sokak:** adar gazteak soka modura.
- **Jantzi eta apaingarri pertsonalak:** abarketako takoetarako.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** hostoak azienda elikatze erabiliak. Zurtoin biguna bazka gisa erabiltzen zen behi eta zerriei emateko.
- **Pentsua:** kontsumitu gabeko hurrak zerriei ematen zitzaizkien.
- **Larrea:** hostoak ahuntzek eta behiek kontsumituak. Hurrak katagorrien, azkonarren eta miken elikagai gogokoenetako bat dira.
- **Landare meliferoak:** erleek asko estimatzen dituzte amentoak.

EZPELA

Buxus sempervirens L.

Familia: Buxaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Sastrakadiak osatzen ditu sakan eta hegal laiotzetan, batez ere oinarrizko substratuaren gainean, baita basoetako soilguneetan ere, 100-2100 m bitartean. Otsailetik apirilera loratzen da. Zirkunmediterraneoan, Europaren erdigunera iristen dena. Iberiar penintsulan ipar-ekialdeko koadrantean bizi da, eta hego-ekialdeko mendietaraino iristen da; Iberiar Penintsularen mendebaldean ere naturalizatuta dago.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** ardietan purgatzaille gisa eta gibela garbitzeko, ardi eta behi-aziendatan karminatibo gisa, antikologogo gisa eta tinpanismo gastrikoaren tratamenduan erabilia. Arkumeen trikofagia zuzentzeko, adarrak jatera behartzen zitzairen.
- **Larruazalpeko azala eta zelula-ehuna:** ospelak sendatzeko.
- **Jatorri zehaztugabeko sintomak eta egoerak:** adar eta hostoen kontsumoa, ardientzako suspergarri gisa.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko, bizi-zikloko edo ziurgabetasun-, babes- eta samin-errituak:** ezpel-sortak Erramu Igandean, San Juan egunean eta herriko jaietan erabiltzen dira. Hilerrietan landatuak arimen betiketotasun sinbolo gisa. Bizitzan gaiztoak ziren pertsonen hilobian jartzeko babes tanatobiologiko gisa.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Lurzorua hobetzea:** egur sortak egiteko, ongarri gisa erretzen eta zabaltzen zirenak.
- **Hesiak eta haize-babesak:** lursailak zatitzeko elementu gisa.
- **Itzala eta babesa:** adarrak baratzako zuhaitz-landareak eguzkitik babesteko erabiliak, zuhaitz eta zuhaixka gazteak babesteko animaliek jan ez ditzaten, eta eskorten gainean ipini otsoen aurkako babes gisa.
- **Biadierazleak:** zuhaixka hauetako zenbait komunitateren kolorea eta indarra *Calocybe ganbosa* perretxikoaren presentziaren adierazle dira.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** hesiak osatzeko erabilia.
- **Lore-apaingarriak:** lore-sortak edo ereintz-sortak apaintzeko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** tentsioa jaisteko eta odola jaisteko.
- **Digestio-aparatua:** aperitiboa, purgatzaillea, bihotzerre eta urdaileko ultzeren aurkakoa, goragalea saihesteko, gibela eta behazuna garbitzeko, beherakoa mozteko eta idorreria tratatzeko. Hosto freskoa ahoan egarria saihesteko erabiltzen zen. Ezpelezko koilarak, eragin anti-dontalgikoarekin.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** giltzurrunen eta maskuriaren eritasunen aurka, eta gizona zkoen erekzio-zailtasunetarako formula baten parte.
- **Arnas-aparatua:** espektoraizaille gisa.
- **Muskulatura eta hezurdura:** antigotoso eta antirreumatiko gisa.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** ekzemak tratatzeko eta herpeak sendatzeko. Praktika magiko-superstiziotsuetan garatxoak kentzeko.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta parasitarioak:** tifusa eta sukarraren tratamenduan. Antihelmintiko gisa eta ilearen ezkabiaren tratamenduan.
- **Jatorri zehaztugabeko sintomak eta egoerak:** uste zen poltsikoan ezpel-adarrek eramatea ibiltarien nekea saihesten zuela.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Substantzia tindatzaileak eta pinturak:** adarrak egosi, arroparen kolore beltza gordetzeko.
- **Erremintak, tresnak eta bestelakoak:** zura nekazaritzarako, abeltzaintzarako eta etxerako hainbat tresna fabrikatzeko erabilia, bereziki higatu daitezkeenak, hala nola, mihiak, kirtenak, ehoziriak eta sukaldeko tresnak.
- **Etxeko altzariak eta tresnak:** artisau-altzarien inkrustazio finetan.
- **Jostailuak eta kirol eta musika tresnak:** klarineteak, gaitak, kriskitinak, baketak eta flautak. Bola-jokoko makilak eta birlak egiteko.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** txerri-hilketan haragiak zorua uki ez dezan plataforma gisa erabiltzen diren adarrak. Isolatzaile termiko gisa udan erlauntzetan, ezta urtu ez dadin.
- **Arropa eta apaingarri pertsonalak:** fruituak lepokoetan, besokoetan eta arrosarioetan erabiliak.

GOGORTXUA

Viburnum tinus L.

Familia: Caprifoliaceae



GIZA ELIKADURA

- **Ongailuak eta kontserbagarriak:** hostoak, oliben ongailu bezala erabiliak, bigun ez jar daitezten.

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Artadi edo artelatz-basoetan bizi da, sarritan sakan hezeetan, edozein substratutan, 1.200 m arte. Oro har, apiriletik urrira arte loratzen da, baina batzuetan urteko edozein hilabetetan.

Mediterraneoko eskualdean aurkitzen da; Iberiar Penintsulan hegoaldean eta ekialdean, batzuetan iparraldean baita, eta Balear Uharteetan.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoa gizaki eta animalientzat:** Kordoban hostoak toxikoak edo kaltegarriak direla uste da.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Erremintak eta tresnak:** bere zurarekin egindako hagak oinez ibiltzeko, olibak edo ezkurak zartakatzeko, azienda gidatzeko edo koltxoiak biguntzeko erabili. Oheak, ogiaren zigiluak eta erratzak prestatzeko urkilak egiteko ere balio du. Ura erraz edateko erabiltzen diren hostoak, ura jariatzen den tokian jarrita.
- **Etxeko altzariak eta tresnak:** aulkiak egiteko.
- **Sokak:** adarrak soka lodiak egiteko, egurra edo bestelako materialak lotzeko erabiltzen dena.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- Urteko zikloko errituak: loreak jai erlijiosoetan irudiak apaintzeko edo Corpusetan etxeetako zorua eta hormak apaintzeko.



ERAIKUNTZA

- **Nekazaritza eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** zura txabolak eraikitzeko elementu gisa, hagetak euskarri gisa.
- **Hesiak:** zura hesiak eraikitzeko.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka gisa erabilia.** Loreak ganaduak jaten dituzte eta fruituek untxiak.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** zirkulazioa hobetzeko.
- **Digestio-aparatua:** fruituak purgadore gisa erabiliak.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** pixa egiten laguntzeko erremedioa.
- **Nerbio-aparatua eta buruko gaixotasunak:** buruko mina arintzeko, bere ura egosita buruan ipini konpresa-forman.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta parasitarioak:** harrek eragindako gaixotasun parasitikoek aurre egiteko tratamendua.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** lorategi, patio edo parkeetan espezie apaingarri gisa erabiltzen da.
- **Lore-apaingarriak eta barruko landareak:** loreontzientzako apaingarri gisa eta etxeetako zorua eta hormak apaintzeko erabiltzen diren loreak.
- **Beste apaingarri batzuk:** hagatxoak artisau-piezak egiteko erabili.

BELARRI-BELARRA

Umbilicus rupestris (Salisb.) Dandy in Ridd.

Familia: Crassulaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Arroka, horma eta teilatu zaharretan bizi da; nahiago ditu substratu granitikoak; 2.000 m arte. Apiriletik abuztura loratzen da. Europako hegoaldean eta Afrikako ipar-mendebaldean aurkitzen da, eta Iberiar Penintsula osoan eta Balear Uharteetan.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** hostoak oiloen beherakoa mozteko. Tisanan malbarekin nahasita purgatzailer gisa erabiltzen zen.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** behien errapeen hantura jaisteko. Hostoen infusioak animalientzako propietate diuretikoak.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** antiseptiko gisa, plazenta kanporatu ondoren, lorek osatzen dituzten "bolatxoak" zuzenean aplikatuz.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** giza medikuntzan bezala erabilia, bere ezaugarri antiseptiko, orbaingarri eta sendagarriagatik, zikiratzeak eragindako zauriak sendatzeko ere aipatzen da.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** oiloek oso gustuko duten landarea, nahiz eta herri batzuetan esan animaliek ez dutela jaten min egiten dietelako.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko errituak:** goroldioarekin batera erabiltzen da, Gabonetan jaiotzak apaintzeko.
- **Jolas-erabilerak:** etxetxoetara edo bazkaritxoetara jolasteko, orriak sukaldarako edo elikagaietarako plater edo ontzi gisa erabiliz. Zotz batekin gainean marrazkiak egiteko eta panpinentzako jantziak egiteko. Hostoak egiten duten zaratagatik ustiatzen ziren, eta Leonen txilibitu antzeko bat egiten zuten hostoarekin.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** infloreszentzia lehorrak tabakoaren ordezkot gisa erretzen ziren.



GIZA ELIKADURA

- **Janariak-Barazkiak:** hosto gordinak entsaladetan edo asunekin sukaldatuak. Batzuetan kontserbak egiten ziren.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** hemorroideen aurkako gisa, hosto freskoak eta egosteko ura emanez. Sustraiaren infusioak odolaren arazketa efektua. Hosto zurituak odol jarioak eteteko.
- **Digestio-aparatua:** antiinflamatorio gisa flemoietan, antidontalgiko gisa eta haurren ahoko gaitzetan. Urdaileko arazoetarako, hesteetako antiinflamatorio eta purgatzailer gisa.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** diuretiko bezala eta giltzurrun-kalkuluak ezabatzen laguntzeko.
- **Arnas-aparatua:** hosto freskoak edo berauen infusioa hotzeriaren aurka eta antitusigeno gisa.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** sustraiaren infusioa, hezueria eta diabetea tratatzeko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** analgesiko eta antiinflamatorio gisa kolpe eta kontusioetan.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** aknea, pikortak, furunkuluak eta bestelako abzesuendako, emolientea eta resolutiboa. Zauri eta erreduretan antiseptiko, orbaintzaile eta ultzeraren kontrako gisa aipatua. Ospelak, bularretako eta azazkaletako erroitzak sendatzeko eta maskurrak, garatxoak eta larruazalaren gogortasunak tratatzeko. Ilea zaintzeko sustraiaren infusioa ere erabiltzen zen.
- **Zentzumen organoak:** begietako antiseptiko gisa eta belarriko mina lasaitzeko erabilia.
- **Jatorri ezezaguneko sintomak eta egoerak:** birrindutako hostoak zapi batean bilduta, frontean aplikatuak buruko mina baretzeko.
- **Intoxikazio eta pozoitzeak:** animalien ziztada eta hozkadetan lasaigarri gisa.



APAINGARRI GISA

- Herri batzuetan, apaingarri gisa erabiltzen da.

ARABIA

Vaccinium myrtillus L.

Familia: Ericaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Batez ere substratu silizeoan dago; mendiko basoetan eta sastrakadi hezeetan, baita zohikaztegieta, 400-2500 m artean. Apiriletik abuztura loratzen da eta ekainetik urrira fruitua ematen du. Eurasiako eta Ipar Amerikako espeziea, Iberiar Penintsulako iparraldeko mendietan bizi dena.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** fruitu birrinduak animalien beherakoetarako.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** abortu baten ondoren aziendak eduki dezaken eragozpenetarako.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** adarren dekozioa hemorroideetarako erabiltzen da, asentu-bainuen moduan.
- **Digestio-aparatua:** fruitu helduen zuzeneko kontsumoa beherakoaren aurka. Ahabi-likorea, bai ardoarekin bai pattarrarekin beratzen dena, digestiorako eta urdailerako erabiltzen da jan ondoren.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** gernu-infekzioetarako fruitu freskoa kontsumitu.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** diabetesa tratatzeko aireko zatiaren dekozioa.
- **Muskulatura eta hezurdura:** Mallorkan hanturaren aurkako gisa aipatu da, nahiz eta ez diren aipatzen erabiltzen den zatia eta forma farmazeutikoa.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** aireko zatiaren kataplasma zauriak sendatzeko.
- **Zentzumen organoak:** fruituen irenstea gomendatzen da ikusmena hobetzeko.



GIZA ELIKADURA

- **Jangarriak-Frutak/fruitu gozoak:** fruitu helduak, bitamina-ekarpen handiarekin, landan bildu eta zuzenean kontsumitzen dira, baina lehortu ere egin daitezke. Marmeladak, tartak eta beste gozo batzuk egiteko erabiltzen dira, adibidez, ahabi-enpanadillak egiteko.
- **Edari alkoholdunak:** likore tradizionalak egiteko asko erabiltzen den espeziea, hala nola "ahabi-ardo" eta "ahabi-pattarra", fruituak ardo, pattar, uxuala edo anisean beratuz.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Larrea:** fruituak eta aireko zati gaztea elikagai dira animalia basati askorentzat, hala nola, eperrak, hartz arrea edo basoilarra mendi ingurunean (Europako Mendiak eta Pirinioak). Behiek ere jaten dute mendian daudenean.

ASKIMOTZA

Cynodon dactylon (L.) Pers.

Familia: Gramineae (Poaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Belardi hezeak leku zerbait nitrifikatueta, 1700 m arte. Martxotik azarora loratzen da. Subkosmopolita, Iberiar Penintsula osoan, Balear Uharteetan eta Kanarietan dago.



GIZA ELIKADURA

- **Jangarriak-Sustraiak, erraboilak, tuberkuluak eta errizomak:** errizomak egosiak edo, garbitu ondoren, gordinak kontsumituak. Gosete garaian, garbitu eta lehortu egiten ziren eguzkitan; ondoren, ehotu eta irina lortzen zen, gariarenaren orde, kalitate eskaseko ogia egiteko edo gari-irinaren orde hainbat plateretan.
- **Edari alkoholduak:** Katalunian ratafia egiteko erabiltzen diren belarren nahasketan sartzen da, eta edari hau maiz erabiltzen da digestio-arazoetarako.
- **Alkoholik gabeko edariak:** landare osoaren edo errizomaren infusioa edo dekokzioa, egarri-sentsazioa arintzen duen edaria lortzeko.
- **Gozokiak eta mastekatzaileak:** zapora gozoa dutenez, errizomak gordinik jaten ziren, txupatuta, edo zati bat ahoan sartu eta mastekatu egiten zen.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** tinpanismoaren aurka, zerri eta zekorretan beherakoaren aurka, eta zakur, katu eta zalditegietan libragarri gisa.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** diuretikoa era guztietako animalientzako.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** zauriak desinfektatzeko.
- **Albaitaritzako beste erabilera batzuk:** leku batzuetan panazea kontsideratzen da.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** azienda, untxiak, zerriak, ardiak eta astoak elikatzen.
- **Sustraiak eta tuberkuluak:** errizomak oiloentzat bilatu eta ehotuta zalditegietarako pensu gisa.
- **Larrea:** Espainiako hegoaldean oso kalitate oneko larretzat hartzen da, batez ere ardi- eta ahuntz-aziendarentzat.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** Alt Empordà-n diote antzarei gustatu egiten zaiela, baina ez dutela jan behar, hil egin baititzake.



ERAIKUNTZA

- **Nekazaritza eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** grama-blokeak adreilu moduan erabiliz txabolak egiteko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** basotonikoa, arteriopatia periferikoaren kasuan, hipotentsore gisa eta "odola jaisteko". Odoleko toxinak kentzeko.
- **Digestio-aparatua:** hagnetako minaren aurka, haurren hortzen irteera arintzeko eta ahoko zauriak sendatzeko. Digestio-tonikoa, urdail-babeslea ultzera peptikoen aurrean, antiespasmodikoa eta azidotasuna eta urdaileko errea arintzeko, indigestioaren aurka, umeetan karminatibo gisa eta beherakoaren aurka, bereziki haurrengan. Gaixotasun hepatikoak tratatzeko, oro har, eta besikulako harrien aurka.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** hilekoko minendako, diuretikoa gisa, giltzurrunetako eta gernuko infekzioendako, giltzurruneko harriak kentzea, koliko nefritikoak eragindako minaren eta albuminuriaren aurka.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia, erditzea eta puerperioa:** abortibo gisa eta erditzearen edo abortu natural baten ondoren genitalak garbitzeko. Bularra ematen duten emakumeen esnea kentzeko.
- **Arnas-aparatua:** antiseptiko buko-faringeo da amigdalitisaren eta afoniaren kasuan, eta eztarriko eta arnas bideetako beste gaitz batzuen kasuan.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** diabetea eta hezueria tratatzeko eta hipogluzemiatzaile gisa.
- **Muskulatura eta hezurdura:** antiinflamatorio gisa, hanka nekatuentzat eta hanka handituentzat, ziatika arintzeko, antirreumatiko gisa eta lunbagoko minen aurka.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** liea ez erortzeko, eta legena eta urtikaria saihesteko.
- **Nerbio-aparatua eta buruko gaixotasunak:** lasaigarri gisa eta buruko mina arintzeko.
- **Zentzumen organoak:** begien narritadura tratatzeko.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta parasitarioak:** hesteetako zizareak kanporatzeko, bruzelosi melitokozikoaren, tifusaren eta eskarlatinaren aurka; eta tisia sendatzeko.
- **Jatorri zehaztugabeko sintomak eta egoerak:** nekearen kontra, toxinak kanporatzeko eta sukarraren aurka.
- **Intoxikazioak eta pozoitzeak:** eskorpioiaren ziztaden aurka, mina eta sukarra arintzeko.

ISIPU-BELARRA

Hyssopus officinalis L.

Familia: Labiatae (Lamiaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Sastrakadietan bizi da, substratu basiko eta lehorretan, baita bide-bazterretan ere, 400-1700 m bitartean. Ekainetik urrira loratzen da. Mediterraneoko eta Asia Erdialdeko eta Mendebaldeko banaketa. Espainiako iparraldeko, Levanteko eta Andaluzia Ekialdeko mendi batzuetan sakabanatua. Laboretatik datozen basati bihurtutako populazioak ere badaude.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholduak:** ratafia eta etxeko beste likore batzuk egiteko erabiltzen diren belarren nahasketan sartzen dira.
- **Ongailuak eta kontserbatzaileak:** zopen gozagarri gisa, txerri-konfitatua aromatizatzaile eta ontzaile gisa, eta oilasko-gisaturako erabiltzen diren lore-sumidadeak.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ziurgabetasun-, babes- eta atsekabe-errituak:** antzina, elizen ur bedeinkatuan erabiltzen zen.
- **Beste erabilera sozial, sinboliko eta erritual batzuk:** uste zen Jesukristoren zauriak sendatu zituela, eta horrek azal lezake, hein batean behintzat, bere erabilera “zauriak sendatzeko landarerik onena” gisa. Gainera, asko ageri da testu biblikoetan.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** zaldien ahoa garbitu eta zauriak sendatzeko. Isipu-txokolarea zerri edo ahuntz aziendaren beherakoa mozteko erabiltzen zen.
- **Arnas-aparatua:** aziendaren pneumonia tratatzeko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** odol-zirkulazioko zenbait gaitz tratatzeko eta odola garbitu edo murrizteko. Sukar-prozesuetan edaten zen, hipotentsore-efektua zela eta.
- **Digestio-aparatua:** digestioari laguntzeko, “urdaila garbitzeko”, beherakoaren aurka, hesteetako antiseptiko eta antiinflamatorio gisa, betekada, min gastriko, hesteetako koliko eta gibelego hanturendako eta gibela garbitzeko. Isipu-txokolatea, berotutako aireko zati loratua egostean txokolate birrindua bota ondoren lortua, goragaleei aurre egiteko hartzen zen. Txerri-konfitatua aromatizatzaile eta gazitzaile gisa erabiltzeak flatulentziak eta piroxia (azidotasuna) agertzea saihesteko balio zuen, haragi konfitatua jatean.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** hilekoaren irregulartasunen erremedio modura eta menopausia aurreko eta ondorengo egoerekin lotutako goragale eta bestelako eragozpenei aurre egiteko.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia, erditzea eta puerperioa:** erditzea erraztu eta bizkortzeko, edo erditu ondorengo berreraikitzaile gisa, umetokia birkokatzen laguntzeko.
- **Arnas-aparatua:** arnas aparatuko gaixotasunak tratatzeko, hala nola, hotzeriaren aurka, espektoratzaile gisa, eztularen aurka, asma, bronkitisa, birikeria, faringeko infekzioak eta afonia tratatzeko eta eztuletako goragaleak murrizteko.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** zauriak sendatzeko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** buruko minaren aurka eta lasaigarria, antidepressiboa, nerbioak lasaitzeko eta lo egiten laguntzeko.
- **Zentzumen-organoak:** ikusmen nekatutako ikus-babes gisa eta ikusmena indartzeko ikusmen-berritzaile gisa.
- **Jatorri zehaztugabeko sintomak eta egoerak:** erremedio edo aringarri gisa goragalea, sukarra, zorabioak edo ahultasuna dagoenean, askotan isipu-txokolatea erabiliz.

ASKARI LOREA

Merendera montana (Loefl. Ex L.) Lange

= *M. pyrenaica* (Pourr.) P. Fourn.

Familia: Liliaceae (Colchicaceae)



GIZA ELIKADURA

- **Gozokiak eta mastekatzaileak:** noizean behin gordinik jaten dira, gosea kentzeko edo "larrialdietarako".



INGURUMEN ERABILERA

- **Bioadierazleak:** landare honen izen arruntak bere erabilera adierazle gisa adierazten dute. Urtarokotasun-aldaketa adierazten du, egunak laburtzen direla eta hotza hasten dela, neguko zerealen udazkeneko hazitegiaren garaia dela, transhumantzia hasten dela (artzain uxatzailea), eguna laburtu egiten dela eta landan ezin dela askaria egin (askari kentzailea) eta uzta-bilketa amaitu behar dela.
- **Eguraldiaren iragarpena:** espezie honen etnometeorologiari buruzko ezagutzak oso lotuta daude urtarokotasun-bioadierazle gisa duen paperarekin. Gainera, lore asko ematen zirenean, urte horretan udazkenean euri ugari egongo zela esaten zen.

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Gutxi edo asko nitrifikatutako larreetan eta sastrakadi-soilguneetan bizi da, substratu-mota guztietan.

Ekainetik azarora bitartean loratzen da, baina batez ere uda bukaeratik aurrera. Iberiar Penintsulan eta Frantziako erdialdeko Pirinioetan bakarrik aurkitzen da. Penintsula osoan bizi da, baina hegoaldeko herenean urria da. Espainiako uhartetan ere ez dago.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka:** ganaduak edo basa animaliak noizean behin kontsumitua. Basurdeak bilatu eta jaten duen erraboiletako bat da.



ERABILERA TOXIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoa gizaki edo animalientzat:** gizakientzat nahiz animalientzat toxikoa dela esaten da, baina hori *Colchicum* edo *Crocus* generoko espezieekin nahastu daitekeelako izan daiteke.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ahozko literatura herrikoia:** badira esaera zahar edo herrikoiak, urteko nekazaritza-zikloari erreferentzia egiten diotenak: "askari loreak nagiak larreetatik baztertzen ditu", "askari loreak atera dira, kanporatu egin gaituzte larretik", hauek adierazten dute uda bukaeran lorea ateratzen denean laborea eultzitua eta haizatua izan behar dela eta uzta bilduta. Ama Birjinari dagokionez, erraboila atera eta alderantziz begiratu gero Ama Birjinaren irudia ikusten dela diote. Beste sinesmen batek dio lore bat kentzen bada, ezin dela askaria egin.

ANBULU ZURIA

Asphodelus albus Mill.

Familia: Liliaceae (Asphodelaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Basoetako soilguneetan eta sastrakadietan bizi da, batez ere substratu azidoen gainean, baina baita kareharrien gainean ere, 2400 m arte. Apiriletik abuztura loratzen da. Europako hegoaldean eta Iberiar Penintsularen iparraldean eta erdialdean. Ez da Espainiako uharteetan bizi.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** hemorroideak eta odoluzkiak sendatzeko.
- **Digestio-aparatua:** hagineko min, ahoko zauri eta koliko gastrointestinalak sendatzeko eta beherakoak mozteko.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** tuberkuluen infusioa, sendagai diuretiko gisa
- **Muskulatura eta hezurdura:** fruituak erreumatismoaren aurka.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** larruazaleko gaixotasunenendako, hala nola, aknea, ekzema, ospelak, garatxoak eta gogorguneak. Zauri, erupzio eta erroitzetan orbaintzaile gisa eta alopeziaren aurka.
- **Bestelako gaixotasun infekzioso eta parasitarioak:** hazteria eta herpesa sendatzeko.
- **Tumore-gaixotasunak:** azaleko minbizia sendatzeko.
- **Jatorri zehaztugabeko sintomak eta egoerak:** sukarra izanez gero, tenperatura jaisteko.
- **Intoxikazioak eta pozoitzeak:** eskorpioien ziztaden aurka.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** behientzako purgatzaille gisa eta tinpanismoaren kontra.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** ahuntzetan mastitisa sendatzeko.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** abortibo gisa.
- **Arnas-aparatua:** "aire txarra" duen animalientzako, korronteeek eragindako hotzeria.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** animalien infektatutako zauriak tratatzeko.
- **Albaitaritzako beste erabilera batzuk:** hosto basal salutiferoak txerri-aziendarentzako.



ERABILERA TOXIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Erakartzeko tranpak:** untxiak erakartzeko hostoak txistukatu. Hoditxoak egiteko apeu eta beita biziarekin ehizatzen.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** platerak garbitzeko espartzu gisa.
- **Tresnak eta erremintak:** suziriak egiteko makila gidariak, esterak, gaztak egiteko uztaiak, hegaztientzako tranpa kaiolak, luma estilografikoak, lastotxoak eta pipak egiteko.
- **Jostailuak eta kirol- eta musika-tresnak:** errotatxoak eta txilibituak egiteko eta eltzagor-makila gisa erabiltzeko.
- **Etxeko altzariak eta tresnak:** errezelak egiteko, koltxoak eta burkoak betetzeko, eta ohandze gisa.
- **Industriako eta artisautzako beste erabilera batzuk:** errautsa bolbora eta tuberkuluak fabrikatzeko eta tuberkuloak alkohola ateratzeko.



GIZA ELIKADURA

- **Janariak-Barazkiak:** kimu samurrak hostoekin sukaldatuak jan izan dira.
- **Jangarriak-Sustraiak, erraboilak, tuberkuluak eta errizomak:** tuberkulu erradikalak egositia.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren errituak:** Hainbat festatan sua eta zuziak egiteko eta tuberkuluei eztanda egiteko. Loredun hagak Ama Birjinari eskaintzen zitzaizkion eta Corpusaren egunean kalez kale zabaltzen ziren.
- **Ziurgabetasun-, babes- eta atsekabe-errituak:** heriotza-iragarpenei lotutako landarea, zurtoin loretsuak dolu-seinale gisa.
- **Ahozko literatura herrikoia:** belar gaizto edo uzta txarren inguruko esaera zaharretan aipatzen da.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** zurtoin lehorrak tabakoaren ordezkio gisa.
- **Jolas-erabilerak:** fruituak jaurtigai gisa. Lepokoak eta eraztunak egiteko, fruituak "diru" gisa erabiliak eta bazkaltzera jolasteko. Zarata egiteko "tronpeta" gisa. Suarekin berotutako tuberkuluak lehertu egiten ziren jaurtitzean.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Lurzorua hobetzea:** abereentzako ohe gisa, gero simaur gisa erabiltzen zen.
- **Eguraldiaren iragarpena:** zurtoin, lore eta fruituek eguraldia, uztak etaazienda larreetara igotzeko unea adierazten zituzten.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** hostoak animalientzako neguko bazka gisa.
- **Sustraiak eta tuberkuluak:** tuberkuluak zerriak elikatzen.
- **Landare meliferoak:** nektar kopuru handiko loreak, oso preziatuak erlezaintzat.

ZUMARRA

Ulmus minor Mill.

Familia: Ulmaceae



GIZA ELIKADURA

- **Jangarriak-Barazkiak:** tarteka kimuak eta hosto samurrak jaten dira barazki gisa.
- **Gozokiak eta mastekatzaileak:** haurrek fruitu eta loreak kontsumitu gozoki gisa.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** erramua etxeko animalientzako elikagai gisa erabiltzen da.
- **Landare meliferoak:** lorea melifero ona kontsideratzen da.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-aparatua:** odol-tentsioa jaisteko eta hemorroideen mina arintzeko.
- **Digestio-aparatua:** hagineta minerala, koliko gastrointestinaletarako eta ikeriziaren aurkako.
- **Gernu eta ugaltze-aparatua:** diuretiko gisa.
- **Muskulatura eta hezurdura:** artikulazioetako minentzat eta ziatikarentzat. Haurren herniarako erritualetan.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** zauriak eta erredurak desinfektatu eta orbaintzeko. Ekzemarako eta ilearen erorketa saihesteko.
- **Zentzumen organoak:** belarriko mina arintzeko.



ERAIKUNTZA

- **Itsasontziak:** itsasontziak egiteko erabiltzen da.
- **Gurdiak eta lurreko beste ibilgailu batzuk:** duen erresistentziagatik, oso zur garrantzitsua zen gurdiak egiteko, batez ere egitura edo gurpiletarako.
- **Nekazaritza eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** gogorra, sendoa eta luzea izateagatik habeak egiteko erabiltzen da zura. Usteltzearen aurkako erresistentzia zela eta, ur-errotetan erabili zen.
- **Hesiak:** lursailak mugatzeko zutoinak eta hesiak egiteko.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** normalean, herrietako eremu komunetan landatzen dira.
- **Kaleak eta bideak:** apaingarri gisa kale, plaza eta bide-bazterretan, bere kopa handiagatik, itzal trinkoa ematen baitu.
- **Beste apaingarri batzuk:** zura eskulturak zizelkatu eta egiteko.

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Ibaiertzeko basoak eratzen ditu lurzoru freskoen gainean; maiz landatu egiten da eta basati bihurtu, 1600 m arte. Otsailetik apirilera loratzen da. Ia Europa osoa, Asiako iparraldea eta mendebaldea eta Ipar Amerika. Espainian lurralde osoan bizi da.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren errituak:** hainbat festatan, hala nola, enramadetan, mayotan eta opariak zintzilikatzen zituzten poikotatan. Zuhaitz honekin zerikusia duten jaietan. Jaiotzak eta bestelako irudi erlijiosoak egiteko.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** sustrai meheak tabakoaren ordezkotako gisa erretzen ziren.
- **Zuhaitz edo zuhaixka bereziak:** zumar-aleak topagunetzat erabiltzen ziren, eta han garatzen zen tokiko gizarte-bizitza.



ALBAITARITZA

- **Digestio-aparatua:** titia kendutako arkumeei behazuna ez apurtzeko.
- **Arnas-aparatua:** mandoen hotzeria sendatzeko eta zaldien eztarriko gaitzak arintzeko.
- **Azala eta larruazalpeko zelula-ehunak:** zauriak garbitzeko eta ilea berriz hazten laguntzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, luringintza eta garbiketa:** lixiba gogorra lortzeko.
- **Erremintak eta tresnak:** egurra hainbat laborantza-tresna egiteko erabiltzen da, hala nola, goldeak, eskorgak, mailuak, kirtanak, palak, arrasteluak, hagak, zurkaitzak, bastoiak edo astamakilak, ardatzak, goruak, erratzak eta erlauntzak edo "dujoak". Ura detektatzeko hagatxo gisa.
- **Jostailuak eta kirol- eta musika-tresnak:** konbarekin jolasteko sokak egiteko, txilibituak, arkuak eta jostailuzko geziak, eta "pasaboloko" jokoaren bolak eta boloak egiteko.
- **Altzariak eta etxeko tresnak:** zura altzariak egiteko erabiltzen zen, hala nola saskigintzako sofien armadurak eta hiru hankako aulkiak.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** enborreko "garatxoak", animalientzako zuloak egiteko. Upelen taulak eta ogirako oraskak egiteko.
- **Sokak:** adar fin eta gazteak sokak egiteko.
- **Jantzi eta apaingarri pertsonalak:** oinetakoen zurezko zolak egiteko.

AHUNTZADAR

Pistacia terebinthus L.

Familia: Anacardiaceae



HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Zuhaitz sastrakadi, artadi eta erkameztietan dago, edozein substratu motaren gainean, 1600 metrora arte. Apiriletik ekainera loratzen da eta uztailetik urrira fruitua ematen du. Eskualde mediterraneo osoan bizi da, Iberiar Penintsularen zati handi bat barne, ipar-mendebaldean izan ezik, baita Balear Uharteetan ere. Kanariar Uharteetan (Gomera, Tenerife eta Kanaria Handia) duen presentzia zalantzazkoa da.



ALBAITARITZA

- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** arkumeei titia kentzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** animalien garatxoak sendatzeko erritualetan, pertsonetan bezala.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** azienda ahuntzadarraren enborrean igurzten da parasitoak kentzeko. Untxietan barne-infekzioak tratatzeko.
- **Jatorri mugagabeko sintomak eta egoerak:** adarrek jaten ematen diete untxiei, osasunaren leheneratzaile gisa, oro har.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** euliak erakartzeko, intsektuak uxatzeko eta "tainak" (animalientzako babeslekuak) parasitoak kentzeko sortak egitea.
- **Toxikoak gizakiarentzat edo animalientzat:** Jaenen, toxikotzat hartzen da aziendarentzat. Beste leku batzuetan espezie pozoitsua da, kontaktu bidez.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** bazka-landare gisa, aberentzako adar eta hosto freskoak bilduz, batez ere ahuntzentzat, zaldientzat eta untxientzat.
- **Pentsua:** usoek, ahuntzek eta txerriek estimu handian dituzten fruituak eta zakatzak, batez ere udazkenean. Zerriei gizentzeko ematen zieten.
- **Bazka:** oso larre ona aberentzat, batez ere ahuntzentzat eta ardientzat.

MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** hipertentsiorako, apoplexiaren tratamendu profilaktiko gisa eta arterien funtzionamendu egokiaren babesle gisa.
- **Digestio-sistema:** hortzoiak sendatzeko eta hagineta minaren aurka egiteko. Antidiarreikoa, sabelaren hantura arintzeko eta aszitis kontrolatzeko.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** erditze ona lortzeko, bularrak garbituz eta "kornatxoak" (zakatzak) egosteko uraren kantitate txikiak hartuz.
- **Muskulatura eta hezurdura:** luxazioak sendatzeko, eragin antiinflamatorioagatik eta analgesiko samarragatik. Erreumaren eta artikulazioetako beste min batzuen aurka.
- **Larruazalpeko zelula-azala eta -ehuna:** ekzemak, eskuen arrakalak eta zauriak tratatzeko eta babak ateratzea saihesteko. Garatxoak sendatzeko erritualetan.
- **Gaixotasun "kulturalak:** begiko gaitzak saihesteko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Substantzia tindagarriak eta pinturak:** trementina, tinduak, erretxinak eta geziak lortzeko. Zurratzeko erabiltzen den azala, tanino ugari dituelako.
- **Erremintak eta lanabesak:** nekazaritzako lanabesetarako piezak, garroteak, kakoak, bastoiak, kirtinak eta koilarak egiteko.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzorua hobetzea:** askatzen diren hostoek lur on bat eratzen dute azpian, lorategietara eramaten dena eta loreontzietarako substratu gisa erabiltzen dena.
- **Txertaketa:** pistatxoak txertatzeko (*Pistacia vera* L.).



EGURRAREN ERABILERA

- **Egurrak:** etxerako egurra bezala, beste batzuekin nahastuz gehiago iraun dezan, oso azkar erretzen baita. Egur bikaina ogi-labea berotzeko, berdean ere erretzen baitu.
- **Ikatza:** etxerako edo sutarako ikatza eta pikoia egiteko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren errituak:** corpus egunean zorua eta etxeetako hormak landare basatiez adarkatzen ziren, horien artean, ahuntzadarra.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabezko errituak:** "Presentzia txarrak" saihesteko. Zakatzak intsentsuaren ordeko gisa erabiltzen ziren elizetan.
- **Zuhaitz edo zuhaixka bereziak:** zuhaixka espezie bat izan ohi denez, zuhaitz-ale batzuk berezitat jo daitezke.

ESTREPA

Cistus ladanifer L.

Familia: Cistaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Silizeo-substratu pobreen gainean eratzen dira, eta gutxi garatutako lurzoruetan, 1500 metrora arte. Martxotik ekainera loratzen da. Mendebaldeko eskualde mediterraneoan bizi da. Iberiar Penintsulako zati handi batean bizi da, Kantauri isurialdean, Dueroko haranaren goiko aldean eta Ebroko haranean izan ezik. Espainian uharteetan Kanaria Handian bakarrik aipatzen da.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Tranpa erakargarriak:** euliak erakartzeko eta harrapatzeko tranpa itsasgarriak.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** lore edo fruitu gehiegi janez gero, animaliak "ilez gaixotu" (mamitisa) daitezke, edo hil ere bai.



ALBAITARITZA

- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak eta marruskadurak garbitzea eta desinfektatzea.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** Ektima kutsakoraren eta ahuntzen pedereoaren aurka eta Euli larbak eta sarna kentzeko.
- **Albaitaritzako beste erabilera batzuk:** ahuntzen esne-ekoizpena handitzeko.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzorua hobetzea:** zaldientzako eta ardi-aziendarentzako ohe gisa.
- **Bioindikatzailak:** erlategiak izeneko landareak [Cytinus hypocistis (L.) L.] sustraiak parasitatu ditu.
- **Eguraldiaren iragarpena:** neguan hostoak zuri jartzen direnean, elurra egingo duela esaten da.



EGURRAREN ERABILERA

- **Egurak:** karea, ogia, berogailuak eta arbasta egiteko labeetarako egur gisa.
- **Ikatza:** kalitate handiko pikoia edo iduria egiteko, eta ikatza sutegietarako.
- **Erreskaldatzeko eta keztatzeko:** txerria hiltzeko eta gaztak keztatzeko.



MEDIKUNTZA

- Medikuntzan, ladanoa erabiltzen da. Substantzia erretxina-usaintsua edo oleorresina da, lurrian amaitzen duenean beste landare batzuen hazkundera eragozten du.
- **Zirkulazio-sistema:** hemorroideei aurre egiteko eta barizeak hobetzeko.
- **Digestio-sistema:** hagineta mina arintzeko, hala nola ahoko antiseptikoa, urdaileko minei aurre egiteko eta beherakoa, ultzera peptikoak eta gibekeko nahasmenduak izanez gero.
- **Gernu-sistema genitala:** baginako infekzioak eta gernu-aparatuko gaixotasunak tratatzeko.
- **Arnas sistema:** hotzerietarako eta beste arnas gaixotasun batzuetarako, kukutxeztula kasu.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** odoleko azukre-igoerak kontrolatzeko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** erreumari aurre egiteko eta minutako eremuak lasaitzeko, bihurrituak eta kolpeak izanez gero.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** ilea sendotzeko eta ez erortzeko, oinetako arrakalen kontra, eta usain txarra kentzeko. Desinfektatzaile eta orbaintzaile gisa.
- **Nerbio-sistema eta gaixotasun mentalak:** lasaigarria, loezin kasutan erabilia.
- **Gaixotasun tumoralak:** minbiziaren aurkako tratamendu gisa.



GIZA ELIKADURA

- **Janariak eta barazkiak:** lore handien eta fruitu heldugabeen kontsumoa.
- **Fruta lehorrak eta oleaginosoak:** inolako prestakuntzarik gabe kontsumitutako haziak.
- **Gozokiak eta mastikatoriak:** Gozoki gisa kontsumoa, enborraren exudatua oso zapore gozokoa da.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritualak:** Jara eta jaralei lotutako jaiak eta herri-jarduerak.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** tabakoaren ordeko gisa erabiltzen da.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurrindegia eta garbiketa:** lurrinen finkatzaile natural gisa eta lixiba egiteko.
- **Zurratzaileak:** adar zaharrak eta larruak ontzeko erabiltzen den azala.
- **Erremintak eta lanabesak:** nekazaritzako lanabesak, baratzuriak, erratzak, tranpak, puntzoiak, ehuntzeko orratzak eta kortozko abarasketarako iltzeak egiteko.
- **Kirol- eta musika-jostailuak eta -tresnak:** fruituekin peontzak egitea.
- **Etxeko altzariak eta tresnak:** kortozko tabureteetarako iltzeak egiteko.



ERAIKUNTZA

- **Nekazaritzako eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** isolatzaile eta estalki gisa, azia bereizteko.

MANTZANILLA

Chamomilla recutita (L.) Rauschert

Familia: Compositae (Asteraceae)



HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Laborantza-ertzetan eta soro abandonatueta bizi da, 1300 m-ra arte. Martxotik ekainera loratzen da. Europan, eskualde mediterraneoan eta Asian dago. Iberiar Penintsula osoan sakabanatuta dago, baita uharteetan ere. Bere jatorria ez da argia, antzinatik landatzen baita eta oso naturalizatua dago.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholdunak:** osagai gisa, belar-likore digestiboak eta zenbait likore tradizional egiteko, hala nola Jaengo risol, Granadako arresol eta ratafia katalana.
- **Alkoholik gabeko edariak:** infusioa gustura hartzen da, bai janariaren ondoren, bai edari sozialtzat.
- **Beste elikadura-erabilera batzuk:** almendra mingots bat hartu ondoren ahoan geratzen den zapora txarra kentzeko erabiltzen da.



INGURUMEN ERABILERA

- **Beste ingurumen-erabilera batzuk:** erlauntzarik ez duen erlekume bat harrapatzeko.



ANIMALI ELIKADURA

- **Larrea:** ganaduari landare honen zaporea gustatzen zaio larreetan eta ondo iaten di.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** loreontzietan hazi, apaintzeko eta kontsumitzeko.
- **Lore-apaingarriak eta barruko landareak:** Etxeak apaintzeko eta lurrintzeko sortak egiteko.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** aziendaren digestio-nahasmenduen aurka, hala nola tinpanismoaren aurka (gasak), enpatxuen aurka edo errumio faltaren aurka (errumina-azidosia).
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** plazenta kanporatzen laguntzeko eta umetokiko prolapsorearen aurka egiteko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** animalien zauriak sendatzeko.
- **Zentzumenen organoak:** begietako afekzioak tratatzeko.
- **Albaitaritzako beste erabilera batzuk:** lehiaketako usoen lumajea tindatzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurrindegia eta garbiketa:** kolorea argitzeko eta ile horiari distira emateko. Poroak garbitzeko eta larru lehorrak tratatzeko toniko gisa. Jantzi ilunak garbitzeko, orbanak kentzeko eta ardo-upelak garbitzeko.
- **Janzkera eta apaingarri pertsonalak:** lorezko lepokoak egiteko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritualak:** San Markos egunean ura ez hartzeko penitentzia egiten zen. Haurrak deshidratatu ez zitezen, kamamila infusioa edan besterik ez zeukaten.
- **Beste erabilera sozial, sinboliko eta erritual batzuk:** penintsulako hego-ekialdeko aztiak erabiltzen zuten hipnosia praktikatzeko zen errituarekin.

HERIOTZORRI

Nerium oleander L.

Familia: Apocynaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Euri bide, amildegi edo ibaietan bizi da, 800 metrora arte. Apiriletik urrira loratzen da. Mediterraneoko eskualdekoa eta Asia mendebaldekoa da; gainera, oso ugaria da mundu osoan. Iberiar Penintsularen hegoaldean eta ekialdean eta Kanarietan bizi da.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Narritagarriak, urtikatzaileak eta fotosensibilizatzaileak:** landare narritagarria da, eta legenak eragiten ditu azala ukituz gero.
- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** euliak, eltxoak eta arkakusoak uxatzeko, lursagu eta beste karraskari batzuei aurre egiteko, eta ura pozoituz ezkutuan arrantzatzeko.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** oso landare toxikoa. Animaliek ez dute jaten, eta esaten da erleak ere ez direla loreetara hurbiltzen edo San Joan egunean bakarrik askatzen dutela lorea.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko erritualak:** erlijio-jaietarako apaingarri gisa. San Joan gauean neskameei jartzen zitzaizkien adarretan, landare iraingarritzat hartzen zen.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabezko errituak:** Salamancan zorte txarra ematen duela uste da.
- **Beste erabilera sozial, sinboliko eta erritual batzuk:** San Joan egunean toxikotasuna ordu batzuetan galtzen duela esaten da.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** animaliak "handitzeko", digestio-eragozpenen batek erasandako animaliarenekin sabelpetik arrama bat igarotzea, masaje txiki bat eginez.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** behiek "pariak" (plazenta eta mintzak) bota ditzaten.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak sendatzeko eta larruazaleko gaixotasunetarako.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** adibidez, izainen, euli-larben eta sarnaren aurkako antiparasitarioa. Analgesiko gisa.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** animalia pozoitsuen ziztaden edo hozkaden aurka, latexaren tanta bat aplikatuz.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Heskaik eta haize-babesak:** heskai biziak sortzea, haien eragin toxikoa aprobetxatuz, animaliak eta izurriteak sar ez daitezten.
- **Beste ingurumen-erabilera batzuk:** ernalketaren aurkakoa eta uztondoak erretzean sua kontrolatzeko.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** lorezaintzan asko erabiltzen da lurralde osoan.
- **Kaleak eta bideak:** apaingarri gisa kaleetan, udal-lorategietan, hiribideetan eta errepide-erdibitzaileetan. Ikastetxeetan eta parkeetan ere landatzen da, toxikotasuna ezagutu arren.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** ultzera aldakor eta tonikoetarako ukenduak prestatzeko, bihotzeko arazoak duten pertsonen bularrean masajeak emateko.
- **Digestio-sistema:** antidontalgikoa, hagineta mina baretzeko.
- **Arnas sistema:** sudurra garbitzeko, hotzeriei lotutako buruko minak arintzeko eta sinusitisaren eta bronkitisaren aurka.
- **Muskulatura eta hezurdura:** erreumaren aurka.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** dermatosiari aurre egiteko, hala nola antiseptikoa, orbaintzailea eta erupzioak, ultzerak eta aleak tratatzeko, oinetako kailuak, ezpainetako arrakalak eta garatxoak.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** zefaleak tratatzeko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** larruazalerako desinfektatzaile gisa, batez ere sarnaren eta gurinaren aurkako eta kolibaziloaren tratamendurako erremedio gisa (herpes zoster).
- **Tumore-gaixotasunak:** hala nola, antitumoral eta minbizi-ultzerak tratatzeko.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** animalia pozoitsuen ziztadetarako edo hozkadetarako.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurrindegia eta garbiketa:** lixiba eta etxeko xaboia egiteko erabiltzen diren errautsak.
- **Erremintak eta lanabesak:** hagak, makilak, erreminta-kirtenak egiteko, "Deilak" (segan eskuak babesteko), txorientzako kaiolak eta arrantzarako tranpak.
- **Kirol- eta musika-jostailuak eta -tresnak:** txirulak eta pandero-uztaiak egiteko.
- **Altzariak eta etxeko tresnak:** gortinak egiteko, eltxoak ez pasatzeko.
- **Beste industria- eta artisautza-erabilera batzuk:** bolbora egiteko erabiltzen den adelfa-ikatz.

ISATS ARRUNT

Cytisus scoparius (L.) Link

Familia: Leguminosae (Fabaceae)



HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Baso hostogalkorretako soilguneetan eta edozein substraturen gaineko baso perennifolioetan bizi da. 200-2000 metro artean kokatuz. Otsailetik uztaiera loratzen da. Europako zati handi batean bizi da, Ipar Amerikan, Hegoafrikan eta Australian sartua; Espainia penintsular osoan, Cadizen izan ezik. Ez dago Balearretan baina bai Kanarrietan.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** adar lehorrak ukuiluetan zintzilik, euliak uxatzeko.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** toxikoak animalientzat, kopuru handietan jateak sabeleko minak eragiten bait zizkion abereei.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** untziei, ahuntzei, ardiei eta ahariei jaten emateko.
- **Bazka:** ganaduak jateko, beste elikagairik ez zuenean landare hori jan zezakeen.
- **Landare meliferoak:** landare meliferoa, erleak eta beste intsektu batzuk maiz ibiltzen dira, euliak kasu.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritualak:** San Kristobal egunean autoak apaintzeko, Corpus egunerako arkuak eta sortak egiteko eta Aste Santuan irudi batzuen prozesioak apaintzeko. Udaberriaren etorreraren ikur gisa. **Ziurgabetasun, babes eta atsekabezko errituak:** kutun babesle gisa, sorginak etxeetan sar ez zitezen.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** txerriei edaten ematen zitzaien, "Sabela mugitzeko".
- **Muskulatura eta hezurdura:** hautsitako hankak oholeztatzen. Zurtoinak txikitzean ateratzen zen izerdia itsasteko erabiltzen zen.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** zaldien zaurietarako.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** ahuntzen eta ardien sarna eta ardien uzkiko harrak tratatzeko.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzorua hobetzea:** zaldien, ardien eta txerrien oheak egiteko.
- **Heskaiak eta haize-babesak:** "Bardak" egiteko, hau da, bereizteko harresiak eta babesteko heskaiak egiteko eta haize-babeseko pantailak egiteko.



ERAIKUNTZA

- **Orgak eta lurreko beste ibilgailu batzuk:** gurdien ardatzetan jarritako zura, oso kargatuta zihoazenean marruskaduragatik berotu eta erre ez zitezen.
- **Nekazaritzako eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** eraikin jakin batzuetan erabiltzen diren adarrak, hala nola "ripio" (barrualdea estaltzen eta isolatzen zuen estaldura) edo teila, eta landan ahuntzak babesteko eta hazteko eraikuntzak egiteko, txabolak, ukuiluak eta estalpeak.

MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** propietate kardiotonikoak, hipertentsioareak eta basokonstriktzaileak ditu.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** bere propietate antidiabetikoengatik azukrea jaisteko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** mina lasaitzeko, kolpe edo bihurtzetan aplikatuta.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** zaurietarako eta ekzemak tratatzeko orbaintzaile gisa.
- **Zentzumeneren organoak:** begia barrutik odoletan zegoenean, irentsi gabe mastekatzan zen lorea.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** kaparrak kentzeko.
- **Jatorri mugagabeko sintomak eta egoerak:** sukarra jaisteko erabiltzen den infusioa.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Zurratzaileak:** mandarrien sokak, mailuak edo burdinazko mazoak eta larrua zurratzeko.
- **Substantzia tindagarriak eta pinturak:** artile horiak tindatzeko erabiltzen diren loreak.
- **Erremintak eta lanabesak:** erratzak, artzain makilak egiteko. Zilindro formakoak erlauntzak egiteko, espartuzko soka batez lotutako adarrak dituztenak eta buztinez estaliak.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** saskigintzan erabiltzen diren adarrak.
- **Janzkera eta apaingarri pertsonalak:** abarketaroko makorrak egiteko zura.



EGURRAREN ERABILERA

- **Egurak:** ogi-labeetarako erregai gisa eta etxerako erregai nagusi gisa, gehien baloratutako egurra gutxi zegoenean.
- **Piztea edo egur fina:** sua pizteko erabiltzen diren adar finak edo sasi txikiak. Ogi-labean zerbait berdea sartzen zen, horrela denbora gehiagoz egoten baitzen tenperatura konstantean.
- **Erreskaldatzeko:** txerria hiltzerakoan.

RETAMA

Retama sphaerocarpa (L.) Boiss.

Familia: Leguminosae (Fabaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Artadia ordezkatzeko etapetan eratzen dituzten leku irekietan bizi da, edozein substraturen gainean, 1400 metrora. Apiriletik uztaiera loratzen da. Iberiar penintsulako eta Afrikako ipar-mendebaldeko endemismoa. Espainian ez dago Galizian, Kantauriar erlaitzean eta Pirinioetan.



GIZA ELIKADURA

- **Ongailuak eta kontserbatzaileak:** ehizaki xeheen sabelaldea betetzeko, animalia deskonposizioa atzeratuz eta euliak hurbiltzea saihestuz.
- **Beste elikadura-erabilera batzuk:** uraren gustua garbitzeko eta hobetzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZIA

- **Kosmetika, lurrindegia eta garbiketa:** ileko kosmetiko gisa, landare aromatiko gisa eta arropa zuritzeko, eskuak kaltetu gabe.
- **Substantzia tindatuak eta pinturak:** zurtoinak desegostea, artile horia tindatzeko.
- **Erremintak eta lanabesak:** sakanak, erratzak, eskuilak, hagak, tranpak eta nekazaritzako tresnak fabrikatzea.
- **Altzariak eta etxeko tresnak:** adarrekin landa-oheak egiten ziren.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** saskiak egiteko.
- **Sokak eta loturak:** garia eta beste produktu batzuk lotzeko.
- **Janzkera eta apaingarri pertsonalak:** haziak katigatuz lepokoak egiteko.



ERAIKUNTZA

- **Nekazaritzako eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** ikazkinen txabolak eraikitzean, aziendarentzat hesiak egiteko.



ANIMALI ELIKADURA

- **Bazka:** abereentzako landare jangarria. Fruituak eta haziak dira preziatuak.
- **Landare meliferoak:** erlezainek asko estimatzen dute.



EGURAREN ERABILERA

- **Egurak:** ogi-labeetarako, etxeetarako eta suetarako. Ke ugari sortzeko eta zeramikazko esmalteen gainean urrezko film bat finkatzea ahalbidetzeko egur bezala.
- **Ikatza:** ikatza egiteko eta barda, piramide-formako egituraren estalkia egiteko.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Lurzorua hobetzea:** kalitatezko larre finak sortzen dituzte inguruan. Oso ezaguna da esaera ezaguna: "Erretama bakoitzak arkume bat hazten du".
- **Itzala eta babesa:** fruta eta barazkientzako izozteak babesteko.
- **Eguraldiaren iragarpena:** erretama asko loratzen bazen, ardo-urte ona izango zen, eta fruktifikazioa ugaria bazen, oliba-urte txarra eta hurrengo urtea oso euritsua.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** bihotzeko gaixotasunak, hemorroideak eta almorranak tratatzeko.
- **Digestio-sistema:** hagineta minen aurka eta txantxarra prebenitzeko edo sendatzeko. Urdaileko minetarako, beherakoetarako eta gibeledko gaixotasunei aurre egiteko.
- **Genital- eta gernu-sistema:** hilekoa eragiteko eta eragindako eragozpenak eta gernu-bideen afekzioak tratatzeko.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** abortibo gisa.
- **Arnas sistema:** hotzeriak eta arnas arazoak tratatzeko.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** antidiabetikoa eta hezuariarentzat.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** ahoa garbitzeko, aperitibo gisa, errumioa eragiteko eta behien beherakoetan.
- **Gernu-sistema genitala:** diuretiko gisa.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** abereak erditzen laguntzeko eta abortu-efektua izateko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** dislokazioen tratamenduan, bihurrituak, bihurdurak, giharretako eta erreumetako minak, kolpeak eta hausturak immobilizatzeko.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** animalien ultzerak, hildurak eta zauriak.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** intsektuen ziztaden eragozpenak arintzeko.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** intsektuen eta arkakusoen uxatzaile gisa.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** animaliak "mozkortu" egiten dira fruitu gehiegi jaten badituzte. Gizakiengan okadak eta zefaleak sortzea.

LIZAR

Fraxinus excelsior L.

Familia: Oleaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Baso heze hostoerorkorak eratzen ditu, lurzoru sakonetan, 1800 metro arte. Apiriletik maiatzera loratzen da; ekainetik abuztura, berriz, fruitua. Europan eta Asiako mendebaldean dago. Iberiar Penintsulan iparralderantz ematen du eta arraroa da erdialdeko eta ekialdeko mendietan.



GIZA ELIKADURA

- **Ongailuak eta kontserbatzaileak:** ehizaki xeheen sabelaldea betetzeko, animaliaen deskonposizioa atzeratuz eta euliak hurbiltzea saihestuz.
- **Beste elikadura-erabilera batzuk:** uraren gustua garbitzeko eta hobetzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Substantzia tindagarriak eta pinturak:** Arrantza-sareak kolore zuritik kolore marroira tindatzeko.
- **Erremintak eta lanabesak:** erremintak eta lanabesak egiteko, hala nola bastoiak, hagak, eskuareak, kirtanak, uztarriak, arrabolak, oskolak, morteroak, erlauntzak, gaztanberak, etab.
- **Kirol- eta musika-jostailuak:** jostailuak egiteko, hala nola matrakak, zangak, uztaiak eta boloak, eskiak, lerak eta haize-instrumentuak, hala nola txilibituak eta flautak.
- **Saskiak, ontziak eta bilgarriak:** saskiak egiteko eta haragia ontzeko azpilak.



ERAIKUNTZA

- **Orgak eta lurreko beste ibilgailu batzuk:** orgaren hainbat zati eraikitzeko, hala nola gurpilaren erradioak, ardatzak, armadura edo baranda.
- **Hesiak:** "Sebeak" (zuhaixka-sarea) lizar-oin bakar batez osatuta egon zitezkeen, oinarritik tolestuta, baina enborra horizontalean utzita bizirik.
- **Etxeak egiteko.**



ANIMALI ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** animalien elikaduran, bazka-hosto lehorra erabiltzea behi-, ardi- eta ahuntz-aziendentzat eta, maila txikiagoan, untxientzat; negura arte gordeko da.



EGURRAREN ERABILERA

- **Ikatza:** egurretarako eta ikatzerako.
- **Haragia egosteko:** erraz erretzen baita eta txingarra ematen baitu.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzorua hobetzea:** lurzoruaren egonkortzaile gisa.
- **Heskaiak eta haize-babesak:** heskaiak eta haize-babesak sortzeko.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** bildotsen eta untxien beherakoaren aurkako indigestio-kasuetan, behi-besikularen nahasmenduetarako eta behien digestio-aparatua garbitzeko.
- **Gernu-sistema genitala:** behientzako sexu-estimulatzaile gisa.
- **Larruazalpeko azala eta ehuna:** aziendaren zaurietarako eta ebakietarako orbaintzaile gisa, behien zesareen puntuetarako eta beste zauri eta infekzio batzuetarako.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** sugedorrien hozkadetarako eta intsektuen ziztadetarako antiseptikoa. Azienda estriknina bidez pozoitzen bada, emetiko gisa.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko erritualak:** Lasto bilketaren amaiera adierazteko eta animaliak bedeinkatzeko isipu gisa.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabezko erritualak:** sugeak urrutzen dituela esaten da, eta inor ez dela bere itzalpean jarri behar intsolazio kasuetan.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** zirkulazioa errazteko, hala nola odol-arazketa, hipotensorea, basotonikoa, odola jaisteko eta zainetako barizeen eta hanturen aurka egiteko.
- **Digestio-sistema:** halitosiari aurre egiteko, haginetao minerako eta purgatzaile gisa, udalerraren arabera.
- **Gernu-sistema genitala:** diuretiko gisa.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** abortatzeko propietateak ditu.
- **Arnas sistema:** antiinflamatorioa eta antiseptikoa, pneumoniari, katarroari eta sinusitisari aurre egiteko.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** kolesterola murrizteko eta hezuariaren eta diabetesaren aurka egiteko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zaurietarako, erreduretarako, infekzioetarako.
- **Gaixotasun tumoralak:** prozesu kantzerigenoen aurrerapena geldiarazteko..
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** animalien ziztadetarako eta sugearen hozkadetarako.

GURBE

Sorbus domestica L.

Familia: Rosaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Artadi edo artelatzetan bizi da, batzuetan amildegi hezeetan, substratu mota guztietan. 1700 metrora dago. Apirilean eta maiatzean loratzen da. Europako erdialdean eta hegoaldean bizi da, eta eskualde mediterraneoaren zati batean, Kaukasoraino. Iberiar Penintsulan, batez ere ekialdeko erdialdean sakabanatzen da. Ez dago Kanarietan.



GIZA ELIKADURA

- **Jan-Frutak/Fruitu gozoak:** fruitu jangarriak, heltzen direnean kontsumituak. Fruitu deshidratatuak eho egiten ziren eta irinarekin ogiak eta opilak egin.
- **Edari alkoholduak:** frijitutako fruituak, likorea egiteko, Granadako mendebaldean.



ANIMALI ELIKADURA

- **Fruta/fruitu gozoak:** txerrientzako eta etxeko hegaztientzako elikagai gisa erabiltzen diren fruituak.
- **Larreak:** basurdeek oso gogoko dituzte fruituak.



APAINGARRI GISA

- **Beste apaingarri batzuk:** santuen irudiak egiteko erabiltzen den zura.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Substantzia tindagarriak eta pinturak:** ale-zakuak markatzeko erabiltzen den izerdiaren tindua.
- **Erremintak eta lanabesak:** olibondoak, almendrondoak eta intxaurrondoak kolpatzeko erratzak eta hagak egiteko. Haragia mozteko ildokiak egiteko, zurak ez du ezpaltzen eta kolpeari eusten dio, eta "duelak" (upelen honoa), lanabesak eta erremintak egiteko.
- **Kirol eta musika jostailuak eta tresnak:** pasaboloko bolak egiteko.
- **Etxeko altzariak eta tresnak:** altzariak egiteko erabiltzen den zura.
- **Beste industria- eta artisautza-erabilera batzuk:** zura oso preziatua da zuria delako, oso trinkoa eta sendoa.



ERAIKUNTZA

- **Nekazaritzako eta abeltzaintzako etxeak, eraikinak eta instalazioak:** erroten piezak egiteko erabiltzen den zura: gurpilak, hortzak eta abar, eta dolareen ardatzak. Oso gutxitan ateratzen ziren habeak.



INGURUMEN ERABILERA

- **Txertaketa:** txerto gisa, kasu honetan elorri-beltz, elorri-zuri edo sagarrondo basatia erabiliz.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** odola arazteko kontsumitutako fruitua.
- **Digestio-sistema:** Espainia osoan hainbat eratan erabiltzen den antidiarreiko gisa. Albaceteko hego-mendebaldeko mendietan eta Murtzian, aldiz, laxante gisa erabiltzen dute.
- **Arnas sistema:** eztarriko hanturen aurkako eztarriak egiteko. Marmeladak eta konfiturak, bular-propietateak dituztenak.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** antidiabetikoa.
- **Muskulatura eta hezurdura:** hantura muskularren aurkako kataplasma moduan aplikatzen da.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** azala, orbaintzen zailak diren zauriak biltzeko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ahozko literatura herrikoa:** "Serba bat landatzen duenak ez ditu fruituak frogatzen" esaerak zuhaitz horren hazkunde motela azpimarratzen du.
- **Zuhaitz edo zuhaixka bereziak:** Riopar eta Los Prados herrietan (Albacete) bi ale berezi hazten dira tamainagatik.
- **Beste erabilera sozial, sinboliko eta erritual batzuk:** fruituen zapore garratz eta mikatza sexu-aldaketari buruzko sinesmenekin lotzen da, berdeak jatera ausartzen denarentzat.

ERRUDA

Ruta L.

Familia: Rutaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Artadietan, sastrakadietan eta harkaitzetan, itsas mailatik 1.500 metrora arte. Martxotik urrira loratzen dira. Espezie mediterraneoak eta makaronesikoak. Espainia osoan agertzen dira, Kanariar Uharteetan endemismo batzuekin.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Narritagarriak:** azala narritatzen dute kontaktu bidez.
- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** animaliak uxatzeko, hala nola sugedorriak, euliak, eltxoak, zorriak, arkakusoak, arratoiak, saguak eta satorrak eta oilaskoak.
- **Toxikoak gizakiarentzat edo animalientzat:** abortatzeko ondorioak ditu eta aziendarentzat kaltegarria da. Arrantzarako erabiltzen da, bere propietate iktiotoxikoak aprobetxatuz.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** libragarria, purgatzailea eta digestiboa.
- **Gernu-sistema genitala:** errapeen diuretiko eta antiinflamatorioa.
- **Nerbio-sistema:** behiak lasaitzeko.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** ganaduaren emankortasuna estimulatzeko edo afrodisiako eta abortibo gisa. Erditzea lagundu eta bizkortzeko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** hanturaren aurkakoa eta erreumaren aurkakoa.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** orbaintzaile, antiseptiko gisa.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurrindegia eta garbiketa:** Etxeak fumigatzeko eta desinfektatzeko, eta lurrinak eta ur aromatikoak egiteko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabezko errituak:** espiritu txarren aurkako landare babesleak, sorginkeriak eta begiko gaitza. Sorgin-errituekin lotuak.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Eguraldiaren iragarpena:** usaina hartzen duenean, denbora aldatzen dela esaten da.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** hemorroideak, hematoma, barizeak, tentsio arteriala erregulatzea eta zirkulazioa erraztea.
- **Digestio-sistema:** hesteetako eta urdaileko antiinflamatorioa eta ahoko antiseptikoa. Gibelesko eta behazuneko gaixotasunetarako, apendizitiserako eta hats txarrerako.
- **Gernu-sistema genitala:** hilekoaren nahasmenduetarako, analgesiko gisa, eta hilekoa errazteko. Baginako infekzioetarako.
- **Sorburua, haurdunaldia, eta erditzea:** abortatzeko, haurdunaldia saihesteko, erditzea errazteko eta minak arintzeko.
- **Arnas sistema:** gripearen, katarroaren eta tuberkulosiaren aurkakoa.
- **Muskulatura eta hezurdura:** hezurren, muskuluen eta artikulazioen afekzioak lasaitzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** garatxoak, sabañoiak eta oin eta besapeetako izerdia eta usain txarra kentzeko, ekzema eta soriasietarako, eta alopeziaren aurka.
- **Nerbio-sistema eta gaixotasun mentalak:** buruko minaren, epilepsiaren eta parkinsonaren aurka. Antidepresibo, lasaigarri, logale eta lasaigarri gisa.
- **Beste gaixotasun infektzioso eta parasitario batzuk:** antihelmintikoa, elgorria, erisipela, difteria eta herpesaren tratamenduan eta sarna hiltzeko eta sendatzeko.
- **Tumore-gaixotasunak:** minbiziaren aurkakoa.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** ziztadak sendatzeko. Tabakoa erretzeari uzteko laguntza gisa.



GIZA ELIKADURA

- **Ongailuak eta kontserbagarriak:** txokolate beroari erantsia, gisatuak ontzeko, eta olioia eta ozipina aromatizatuz.
- **Edari alkoholduak:** hainbat likoreren osagaia.
- **Alkoholik gabeko edariak:** edari bat beste belar batzuekin batera prestatzeko.

ZAHAREÑA

Sideritis hirsuta L.

Familia: Labiatae (Lamiaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Oinarrizko substratuen gainean bizi da, alubialen edo bolkanikoen gainean, larre eta sastrakadietan edo soroetan, 50-2000 m artean. Martxotik urrira loratzen da. Italiako iparraldean, Frantziako hegoaldean, Marokon eta ia Iberiar Penintsulan guztian dago, mendebaldean eta Kantauri isurialdean izan ezik.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Eguraldiaren iragarpena:** usaina hartzen duenean, denbora aldatzen dela esaten da.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholdunak:** belar-likoreak egiteko erabiltzen den aireko zatia, herberoak edo herberetak esaten zaiena.
- **Alkoholik gabeko edariak:** digestio-edari gisa infusioan hartuta.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** indigestioa duten animalientzat eta barne-purgatzaile gisa.
- **Sorburua, haurdunaldia eta erditzea:** abere erditu berriak plazenta kanporatzea eragiteko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** kontusioak eta gune hanpatuak garbitzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** hainbat gaixotasun dermatologiko tratatzeko, hala nola zauriak desinfektatzeko eta orbaintzeko.



MEDIKUNTZA

- **Digestio-sistema:** txantxarra eta flemoiak prebenitzeko eta hagineta minak arintzeko. Sabeleko mina, sabeleko hantura, gastritisa eta urdaileko eta duodenoko ultzerentzat erabiltzen da.
- **Gernu-sistema genitala:** diuretiko eta baginako infekzioak tratatzeko.
- **Arnas sistema:** katarroak eta bronkitisak sendatzeko
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** odoleko kolesterol-mailak murrizteko.
- **Muskulatura eta hezurdura:** kolpe eta ubelduetan hantura jaisteko, oin minduentzat, erreumarentzat eta artikulazioetako minentzat.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zaurien eta erreduren orbaintzaile eta desinfektatzaile gisa, hanturak jaisteko, kailuak eta gogortasunak biguntzeko,
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** nerbio-lasaigarri gisa eta buruko minerako.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** ezpainetako berotzei edo herpesei aurre egiteko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurrindegia eta garbiketa:** larruazala leuntzeko eta ilea indartzeko erabiltzen den infusioa.

ERRAMU

Laurus nobilis L.

Familia: Lauraceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Kostaldeko leku ilun eta freskoetan bizi da. Oso ugaria denez, zaila da populazio naturalak bereiztea. Otsailetik apirilera loratzen da. Eskualde mediterraneo osoan dago. Espainian, itsasertzeko probintzietan eta Balear Uharteetan bizi dira.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** euliak, oilaskoak, eta labezomorroak bezalako intsektuen uxatzaile gisa, saguak uxatzeko eta arkakusoak eta beste parasito batzuk hiltzeko.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** neurrian kontsumitu behar dira, toxikoa izan bait daiteke. Fruituak toxikoak dira untxientzat.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** aziendaren kolikoentzat.
- **Gernu-sistema genitala:** gernu-infekzioak dituzten zaldientzat.
- **Arnas sistema:** animalien hotzerietarako eta behien eztulerako.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** hanketako zauriak desinfektatzeko eta garatxoak kentzeko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** Euli ziztaden eta ganaduaren zorrien aurka.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholduak:** likore digestiboak egiteko erabiltzen diren hostoak.
- **Ongailuak eta kontserbatzaileak:** oso ongari baloratua, digestio-efektuari lotua.



INGURUMEN ERABILERAK

- Hesi edo heskai bizi gisa, eta tomate edo piper landareak eguzkitik eta haizetik babesteko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** bihotz-hodietako gaixotasunak, hematomak eta askotariko ultzerak tratatzeko.
- **Digestio-sistema:** digestiboa eta beherakoaren aurkakoa, tripako minetarako, gasak kentzeko eta gibelesko gaixotasunetarako.
- **Gernu-sistema genitala:** hilekoaren nahasmenduak eta minak arintzeko, diuretikoak, giltzurruneko harriak desegiteko, eta eiakulazio goiztiarrerako.
- **Arnas sistema:** ezgul eta mukien kontra, bronkitiserako, asmarako, zurrungak murrizteko eta loa hobetzeko.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** odoleko kolesterol- eta azukre-mailak jaisteko.
- **Immunitate-sistema:** alergien sintomak desagerrarazteko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** barne eta kanpo antiinflamatorio eta analgesiko gisa.
- **Nerbio-sistema eta gaixotasun mentalak:** lasaigarri gisa, buruko minak arintzeko eta alferkeria edo epilepsiaren eta paralisi mota batzuen aurka egiteko.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** sugearen ziztadak tratatzeko.
- **Beste erabilera medizinal batzuk:** erramuarekin lurrintzen zen arropa, ez gaixotzeko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko erritualak:** Erramu bedeinkatuak Erramu-igandean. Iturriak biltzeko, jaiotzak apaintzeko eta Santuen Egunean hileta-koroak egiteko.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabezko errituak:** bedeinkatutako adarrak, etxeak, ukuluak eta uztak babesteko. Zorte ona emateko eta desio bat lortzeko. Pertsona batek ereinotza landatzen bazuen eta hiltzen bazitzaion, pertsona hori ere hil egiten zela uste zen.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzekoak:** eskasia dagoenean hostoak erretzen ziren.

BELLADONNA/

BELAIKI

Atropa belladonna L.

Familia: Solanaceae

"Hori izan behar da, beraz, sorginek igurtzi ohi dituzten ukendu haien bertutea, eta halako moldez lokartzen ditu, (...) esnatu ondoren, sekula egin ez dutena aitortuz", Laguna (XVI. mendea)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Basoko soilguneetan bizi da, oinarrizko substratu nitrifikatuaren gainean, 400-2000 metro artean.

Maiatzetik irailera loratzen da. Europan, Afrikako iparraldean eta Asiako mendebaldean dago. Iberiar Penintsulan, iparraldean eta ekialdean, nahiz eta beste eremu batzuetan sakabanatuta egon.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** Landare pozoitsua, jendeak ondo ezagutzen duen toxikotasuna duena; beraz, ez da asko aipatzen sendagarri gisa, eta, hala bada, arreta handiz. Fruituak ere toxiko bezala aipatzen dira, eta, kontatzen denez, fruitu hauek jatean zoramen egoera batean sartzen zara, hain da horrela, Cañizaresen (Cuenca), haur batzuek fruituak jan eta bat hil eta bestea "tonto geratu zen" gertaera batez hitz egiten dela.



MEDIKUNTZA

- **Arnas sistema:** lepoan ukendu, kataplasma edo pomada moduan aplikatuz, anginak, paperak, flemoiak eta eztarriko minak sendatzeko erabilitako hostoak.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** xehe-tutako hostoak zuzenean aplikatzen ziren minutuko eremuetan, eta aireko zatia minaren aurkako pomada gisa eta hanturak murrizteko ematen zen.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** aireko atala babak sendatzeko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** aipatutako orriak nerbio-nahasmenduak arintzeko, batez ere haurren.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** aireko parteak, pomada formakoa, erisipela sendatzeko erabiltzen dena, larruzalari eta larruzalpeko ehunari eragiten dion gaixotasun infekziosoak, aurpegian bereziki, plaka gorri eta distiratsuak agertzea eta sukarra izatea ezaugarri dituena.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** ukendu moduan prestatutako orriak, erditzean ondoren emakumeen bularrak biguntzeko.

GOROSTIA

Ilex aquifolium L.

Familia: Aquifoliaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOROLOGIA

Baso hostoerorkorretan edo pinudi eta izeietan bizi da, eta bakanagoa da artadietan edo sastrakadietan, eta batzuetan gorostidiak sortzen ditu, 400-1600 metro artean. Apiriletik ekainera loratzen da.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** animaliei adar bat igaroz indigestioak, idorreriak edo hanturak jotako animalien sabelaren azpitik.
- **Sintomak eta jatorri mugagabeko egoerak:** eremu mingarrietan aplikatutako infusioa.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** hazteriarri, samari eta txahalen herpesari aurre egiteko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritualak:** adar emankorrek, Gabonetako zuhaitz edo Gabonetako apaingarri gisa erabiliak. Bedeinkatuak izateko sortak egiteko, leihoak adarkatzeko edo santuak apaintzeko.
- **Bizitza-zikloaren erritualak:** neskatxa bat ezkontzen zenean, gorosti adar batzuk ekartzen zizkioten, eta neskatxak bertan zintzilikatzen zituen gozokiak, gero mutilen artean banatzen zirenak.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabeko erritualak:** ekaitz eta tximistee, eragin gaiztoei eta gaixotasunei aurrea hartzeko landare babeslea.



ERREGAI GISA

- **Egurrak:** egur lehorra, oso estimatua, berotzeko ahalmen handia duelako.
- **Piztea edo egur fina:** adar finak, egur gisa erabiltzen direnak.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** zirkulaziorako eta tentsioa jaisteko.
- **Digestio-sistema:** libragarri edo astringente gisa, udalerrriaren arabera. Purgatzaile gisa erabilitako fruituak. Tripako mina tratatzeko, gibela garbitzeko eta hesteak konpontzeko.
- **Arnas sistema:** hostoak erabiltzea gripeak, hotzeriak eta bronkitisa sendatzeko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** erreumak eta bizkarreko mina tratatzeko hainbat erremediotan.
- **Nerbio-sistema eta gaixotasun mentalak:** epilepsiarako eta eragin neurastenikorako.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** esaterako, zizareak ezabatuzeko.
- **Sintomak eta jatorri mugagabeko egoerak:** hostoak edo sustraiak egostea sukarra jaisteko.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** ukuiluen zoruan arkakusoen kontra hedatutako fruituak dituzten adarrak.
- **Tranpa erakargarriak:** parenkima kortikaletik liga lortzen zen, txoriak ehizatzeo gai itsaskorra.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** fruitu toxikoak, intoxikazio-kasuak egon dira haurrengan.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Erremintak eta lanabesak:** hainbat erreminta egiteko erabiltzen den zur gogorra, hala nola garroteak, hagak, kirtenak, ardatzak, lanabesak, ontziak eta koilarak.
- **Kirol eta musika jostailuak eta tresnak:** boloak eta makiladantzaren makilak egiteko.
- **Janzkera eta apaingarri pertsonalak:** "Abarketako" takoiatarako (zurezko



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** ukuiluan dauden animalientzako neguko elikagai gisa.
- **Pentsua:** neguan ganadua elikatzeko erabiltzen diren fruituak.
- **Larrea:** ahuntzak, oreinak, behorrak eta behiak bezalako animaliek kontsumitutako adarrak eta hostoak. Hainbat hegaztik, hala nola eperrek, zozoek eta basoilar eta hartzak, kontsumitutako fruituak.

HUNTZA

Hedera L.

Familia: Araliaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA
Harkaitzetan, amildegietan eta basoetan 1500 metrora. Irailetik azarora loratzen da. Mundu Zaharrean zehar banatzen da, Japoniatik Makaronesiara. Espainian, penintsula osoan agertzen da, ugariagoa ingurune hezeenetan.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** indigestioetarako, behazun-alterazioak saihesteko eta purgatzaille gisa.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** plazentatik kanporatzen laguntzeko, esne-ekoizpena murrizten zuen arren. Purgatzaille gisa, behietan egiten diren abortuetan.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** animaliei zauriak eta zauriak desinfektatzeko eta sendatzeko, eta apatxak gogortzeko.
- **Sistema genito-gernukoa:** efektu anafrodisiakoak untzietan.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** aberentzako elikagai gisa, bazka berde gutxi dagoenean.
- **Frutak/Fruta gozoak:** pagausoak elikatzeko bildutako fruitu helduak.
- **Larrea:** ahuntzek larre gisa kontsumitzen dute. Hegaztien kontsumitutako fruitu helduak.
- **Landare meliferoak:** elikagai iturri garrantzitsua erleentzat uda amaieran, berandu loratzen direlako.



INGURUMEN ERABILERAK

- **Heskaiak eta haize-babesak:** heskaiak osatzeko eta hormak estaltzeko eta sendotasun handiagoa emateko.
- **Itzala eta babesak:** beste landare batzuk estaltzeko eta iraileko izozteetatik babesteko. Etxeko atarrietan itzala eta freskotasuna emateko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** zilarra eta zahatoa garbitzeko eta azala depilatatzeko.
- **Pinturak:** arropa beltza garbitzeko edo beltzez tindatzeko.
- **Erremintak eta lanabesak:** erratzak eta arkuak egiteko, hala nola orri-markagailuak eta zigarretak egiteko ahokoa.
- **Kirol eta musika jostailuak eta tresnak:** tiragomak egiteko; zerbatanetako jaurtigai gisa erabilitako fruituak.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio sistema:** odol jarioen kontrakoa, tentsioa jaisteko, odol garbigarri eta odol zirkulazioaren bizkorgarri moduan eta hemorroideak eta barizeak tratatzeko.
- **Digestio sistema:** aholegarrak osatzeko, heste eta urdaileko minei aurre egiteko eta gibekeko gaitzetarako orokorrean.
- **Gernu sistema eta genitala:** diuretiko moduan eta giltzurruneko harriei aurre egiteko. Hilekoaren eta menopausiaren inguruko gaitzak erregulatu eta tratatzeko, hileko minak arintzeko eta hilekoa sortarazteko.
- **Sortzea, haurdunaldia, erditzea eta erditze ondorengoa:** abortu eragile gisa eta umetokia garbitzeko eta erditze zailen ondoren plazenta erretentzioa ekiditeko.
- **Arnas sistema:** hotzeri, katarro, pneumonia eta asmari aurre egiteko. Antitusigeno, espektoratzaile eta eztarriko hanturetarako eta afoniarako erabilia.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** erreumari aurre egiteko.
- **Azal eta larruzalpeko zelula-ehuna:** burusoiltasuna eta ekzemetarako, eta zauriak osatzeko, orbaintzaile, antiseptiko eta lehorgarri gisa.
- **Zentzumen organoak:** arazo oftalmologikoak tratatzeko.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** hosto, fruitu eta hazi toxikoak, hipotentsio bortitza edo aldi baterako edo betiko ikusmen-galera eragin dezaketenak. Animalietan beherakoa, tinpanismo gastrikoa eta esne-ekoizpena murriztu ditzake.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritua:** koroak, sortak eta girnaldakegitea hainbat festatarako eta gabonetako dekorazio gisa.
- **Bizi-zikloaren erritua:** ezkontzetan eliza apaintzeko eta hilerrietan apaintzeko.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabe-erritua:** pertsonen osasun-egoera ezagutzeko asmakizun gisa. Batzuek huntzaren itzala kaltegarritzat hartzen dute.
- **Haluzinogenoak eta narkotikoak:** loreari propietate narkotikoak esleitzen zaizkio.

TXIKORIA

Cichorium intybus L.

Familia: Compositae (Asteraceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Leku landugabeetan eta bide-ertzetan dago, 1200 metrora. Maiatzetik azarora loratzen da. Europan bizi da, eskualde mediterraneoan eta makaronesikoan, eta Asiako mendebaldean. Espainian penintsulako eta uharteetako lurralde osoan dago. Basoko formez gain, Espainian bi labore mota ezagutzen dira batez ere, horietako bat *Sativum Janch* bezala ezagutzen dena eta bere sustraiengatik landatzen dena, eta bestea, *Foliosum Hegi* bezala ezagutzen dena, oro har Bruselako endibia edo txikoria bezala ezagutzen direnak lortzeko landatzen dena.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Narritagarriak, erresumingarriak eta fotosentikorak:** ezpainak erretzen ditu eta erresumin handia eragiten du eskuak ahora edo begietara eramaten badira ukitu ondoren ala fruituak birrindu ondoren.
- **Gizakientzat edo animalientzat toxikoak:** oso toxikoa, bai animalientzat bai pertsonentzat. Usaina oso desatsegina du eta, ahoko mukosa ukitzean, zapora oso mina du. Fruituak oso pozoitsuak. Animalien kasuan, bazkatzean baztertu egiten dute. Tuberkuluari dagokionez ez dago argi, aziendarentzat toxikotzat jotzen den arren, zerro eta basurdeek bilatu eta kontsumitzen dutela esaten da.
- **Beste elementu kaltegarri eta uxagarri batzuk:** landare honen zukua eta kea sugeak uxatzeko erabili ziren.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Erremintak eta lanabesak:** larrainak garbitzeko erratzak egiteko.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ahozko herri-literatura:** esaera eta abesti ugari daude Espainia osoan txikoriari erreferentzia egiten diotenak.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** tabakoaren ordezkotako gisa.



ANIMALIEN ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** aziendaren elikagai gisa, oro har.
- **Pentsua:** txoriak elikatzeko erabiltzen diren loreak, hostoak eta fruituak.



ALBAITARITZA

- **Muskulatura eta eskeletoa:** fruitua hanturaren aurka erabilia, ukendu eran emanda.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** odol-arazgarri gisa, zirkulazioa hobetzeko, hipertentsore gisa eta bihotzeko gaixotasunak konpontzeko.
- **Digestio-sistema:** aperitiboa, digestiboa, arazlea, urdaileko minentzat oro har, libragarria, gibela babesteko, minak lasaitzeko, ikterizia tratatzeko eta gaixotasunak, urritasunak edo gibelesko kolikoak konpontzeko.
- **Sistema genito-germukoa:** diuretiko gisa, zistitisaren, giltzurrunetako harrien eta bestelako afekzioen kasuan. Amek esnea gehiago jariatzeko.
- **Arnas sistema:** eztarriko minak eta afoniak arintzeko.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** hipogluzemiko gisa, diabetes kasuetan erabiltzen dena.
- **Nerbio sistema eta buruko gaixotasunak:** hostoa kanpoaldetik kataplasma eran jartzen da migrainen kontra.
- **Zentzumeneren organoak:** konjuntibitisa eta begi narritatuak tratatzeko.



GIZA ELIKADURA

- **Berdurak eta barazkiak:** barazki gisa kontsumitutako hostoak, zuzenean soroan edo entsaladan ondutako hostoak, orri samurren kasuan, edo behin baino gehiagotan egositakoak mingotsa kentzeko. Hainbat errezetatan erabiltzen dira.
- **Alkoholik gabeko edariak:** kafe-ordezko bat egiteko sustrai txigortua.
- **Gozokiak eta mastikatoriak:** gozoki gisa zurrupaturako edo hozkatutako loreak.

MANDOKAMAMILA

Santolina chamaecyparissus L.

Familia: Compositae (Asteraceae)



HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Multzotan bizi da, lur nitrofiloetan batzuetan, 300-1.900 metro artean. Martxotik uztaiera loratzen da. Eskualde mediterraneoaren mendebaldean dago, Frantzia, Iberiar Penintsula eta Afrikako iparraldean; Espainian, ia penintsula osoan, mendebaldean izan ezik, eta Balear Uharteetan.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** digestio-afekzioetarako eta sabelaren hanturarako.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** antiseptiko gisa puerperioan.
- **Larruzala eta larruzalpeko ehuna:** zaurien desinfektatzaile gisa.
- **Zentzumen-organoak:** gaixorik dauden begiak garbitzeko, begi-antiseptiko gisa.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** zizareen eta hesteetako beste parasito batzuen aurkakoak.



INGURUMEN ERABILERA

- **Lurzoruaren hobekuntza:** tomate hazitegiak estaltzeko, horien gainean hartitzen zen simaurra botatzen zen eta ermetzea errazten zen.
- **Biodierazleak:** ura lurrazaletik gertu dagoela adierazten du.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Bizi-zikloaren erritualak:** hildako bat zegoen geletan jarrita, giroa aromatizatzen da.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabeko erritualak:** espiritu txarren, sorginen eta tximisten aurrean babesteko funtzioak. Uztak txingorretik babesteko.
- **Jolas-erabilerak:** lore-lepokoak egiteko.



APAINGARRI GISA

- **Patioak, baratzeak eta lorategiak:** baratze eta lorategi txikietan landatua. Sortak egiteko ere.



ERREGAI GISA

- **Egur fina:** tximiniak eta suak pizteko metxa gisa, "Oso ondo pizten delako eta oso usaintsua delako".



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholduak:** belar-likoreak egiteko erabiltzen diren lore-buruak, hala nola "ratafia", "Herbesdolces" edo "herberet".
- **Alkoholik gabeko edariak:** burukomin loratuen infusioa, kamamila gisa hartua.

MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** odol-zirkulazioaren, hipotentsioaren eta odol-arazketaren aktibatzaile gisa. Esku hanpatuak eta hemorroideak sendatzeko.
- **Digestio-sistema:** ahoko infekzioetarako, hagineta minetarako, hanturetarako eta urdail-hesteetako ultzereetarako, hala nola digestio-aparatukoak, libragarriak, purgatzaileak, antidiarreikoak eta hepatobabesleak.
- **Sistema genito-gernukoa:** hilekoaren minak eta konponketak, bagina-infekzioak (diuretiko, antiinflamatorioa eta antiseptiko) eta prostatitisaren aurkakoak.
- **Arnas sistema:** gripeak, katarroak, hotzeriak, eztarriko minak eta narritadurak, hala nola antitusiboa, sudur-deskongestioa eta asmatikaren aurkakoak.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** argaltzeko eta azukre-maila jaisteko.
- **Immunitate-sistema:** antihistaminiko gisa, alergia tratatzeko.
- **Nerbio-sistema eta gaixotasun mentalak:** lasaigarri gisa, antidepresibo gisa, insomnioaren aurka eta buruko minak tratatzeko.
- **Zentzumenen organoak:** konjuntibitiserako, infekzioetarako eta begietako nekerako.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** ilea argitzeko eta indartzeko eta giroa desinfektatzeko.
- **Erremintak eta lanabesak:** erratzak egiteko.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta pestizidak:** intsektuen, arkakusoen eta sitsen uxagarri gisa.
- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** dosia kontrolatzea gomendatzen da, arriskutsua izan baitaiteke, eta gehiegi hartuz gero, "Ikusmenari erasotzen" diola ohartarazten dute.

ASTA-MAHATS ALE

GORRIA

Bryonia dioica Jacq.
Familia: Cucurbitaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Basoko orletan, heskaietan edo bide-ertzetan bizi da, 1.300 metrora. Apiriletik irailera loratzen da. Europako mendebaldean dago, Mediterraneo mendebaldeko eskualdean, eta Iberiar Penintsula osoan.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** purgatzailer gisa eta behi-aziendaren paketeak eta indigestioak lasaitzeko, beherakoak tratatzeko, jateko gogoa pizteko eta zauriak sendatzeko. Hepatobabesle gisa.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** plazenta kanporatzeko, behi-aziendaren baginako prolapsa antiseptiko eta antiinflamatorio gisa murrizteko eta mastitisa prebenitzeko.
- **Arnas sistema:** behien birikiei, katarroei eta eztulei aurre egiteko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** abereetan zauriak desinfektatzeko eta sendatzeko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** lokomozio aparatuko kolpeen eta hanturen aurka.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak eta hozkadak desinfektatzeko edo orbaintzeko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** zorrien eta heste zizareen aurkakoa.
- **Jatorri ezezaguneko sintoma eta egoerak:** neke kronikoaren aurka eta indargarri gisa.
- **Intoxikazio eta pozoidurak:** sugedorrien hozkada kasuetan.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** Hipotensora gisa, baina gehiegi erabili gabe, toxikotasun potentzialari erreferentzia eginez.
- **Digestio-sistema:** urdaileko minak, indigestioak, urdaileko espasmoak, infekzioak eta hesteetako beste nahasmendu batzuk tratatzeko. Purgatzailer gisa, haurren hortzetako mina arintzeko eta ahoko eta eztarriko gaixotasunak sendatzeko.
- **Sistema genito-gernukoa:** umetokiaren uzkurdurak eragiteko eta abortu gisa. Matrizean neoplasiak borrokatzeko.
- **Arnas sistema:** arnas afekzioak tratatzeko, hala nola katarroaren aurkakoa eta pleuritisari eta anginei aurre egiteko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** antirreumatiko gisa, ubelduetarako, hanturetarako, gorputz-adarretako, bizkarreko edo beste alde mingarri batzuetako minari aurre egiteko, eta hematomen, zaintiratuen edo bestelako ubelduren hantura murrizteko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zaurien antiseptiko eta orbaintzailer gisa, eta aleak, forunkuluak eta sabainoak sendatzeko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** buruko mina eta nerbioak lasaitzeko.



GIZA ELIKADURA

- **Berdurak eta barazkiak:** asta-mahatsarenkimu samurrak, zainzuri bezala kontsumituak, gordinak edo kozinatuak, beste zainzuri batzuen antzeko sukaldaritza-erabilerak dituztenak.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** abereak bazkatzeko erabiltzen da.
- **Sustraiak eta tuberkuluak:** basurdeek asko bilatzen duten hodi-sustraiak.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Toxikoak gizakientzat edo animalientzat:** oso toxikotzat jotzen diren fruituak, horiek hartzeak heriotza ere eragin baitezake. Sustraiak eta aireko zatia kontu handiz kontsumitu behar dira, indigestioak edo nahi ez diren beste ondorio batzuk eragin baititzakete.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Ahozko literatura herrikoa:** zenbait esaera daude behi-aziendarentzako sendatze-ezaugarri erreferentzia egiten dietenak.
- **Jolas-erabilerak:** haurrek fruituak lehertzen jolasten zuten, eta "leherketak" deitzen zieten.

APO-BELARRA

Verbascum thapsus L.
Familia: Scrophulariaceae

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Leku landugabeetan eta substratu nitrifikatuen gaineko bide-ertzetan bizi da, 1600 metrora. Maiatzetik irailera loratzen da. Ia Europa osoan dago, hego-ekialdean izan ezik, eta Asiako erdialderaino iristen da. Espainian, iparraldean, Galizian izan ezik, baita Balear Uharteetan eta Kanarrietan ere.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloaren erritualak:** San Joan gaueko adarretan, landare hau "neskatxa ona ez bazen" jartzen zen.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabeko erritualak:** sendatzeko ahalmena duen landarea, almorranak, hemorroideak eta likantropoen aurkako babesle gisa saihesteko.
- **Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak:** tabakoaren ordeztako gisa erreta.
- **Beste erabilera sozial, sinboliko eta erritual batzuk:** esaten da, bat zapalduz gero, hotzitu egiten zarela, eta hostoa samurra denean, hurbildu eta ukituz gero, doministikua eragiten duela.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** abereen aho-infekzioa dagoenean, abereen gosea irekitzeko, txerrien "sabela mugitzeko" eta zaldien idorreria sortzeko.
- **Sistema genito-gernukoa:** behi erditu berrien errapeen hantura tratatzeko.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** behietan plazenta kanporatzea eragiteko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** belaunetako hantura, hanturak eta ubeldurak tratatzeko.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** Tabano-ziztadetarako eta suge-hozkadetarako.



GIZA ELIKADURA

- **Edari alkoholduak:** aireko zati loratua, alkoholetan beratua, likoreak egiteko, besteak beste ratafia.
- **Alkohol gabeko edariak:** aireko zati loratua infusioan hartzen da.
- **Gozokiak eta murtxikatzeak:** loreen kontsumo zuzena gozoki gisa.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

- **Pozoiak, intsektizidak eta plagizidak:** ibaiak eta putzuak pozoitzeko eta ezkutuan arrantzatzeko, iktiotoxika gisa. Pozoiak ez dio eragiten kontsumitzen duenari.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** antihemorroidal gisa, odola purifikatzeko eta hipertentsioaren aurka. Ultzera aldakorak sendatzeko eta hankak eta oinak atsedean hartzeko.
- **Digestio-sistema:** hagineta mina baretzeko, gibekeko eta behazuneko gaixotasunak sendatzeko, urdaileko minak arintzeko, hala nola hesteetako antiinflamatorioa, infekzioetarako antiseptikoa, libragarria eta beherakoaren aurkakoa.
- **Sistema genito-gernukoa:** hileroko minak arintzeko, giltzurruneko kalkuluak ezabatuz eta gernu-infekzioari aurre egiteko.
- **Arnas sistema:** zurrungaren eta eztarriko gaixotasunen aurka, hala nola katarroak, hotzeriak eta bronkitisa. Erremedio antitusibo gisa, ezula lasaitzeko eta kukutxetzula tratatzeko.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** artrosia tratatzeko, belaunetako mina, oinetako handitasuna eta bihurdurak baretzeko. Mina arintzeko eta hausturarik izanez gero hezurak indartzeko. Antiinflamatorio gisa kolpeak eta ubelduak daudenean. Bizkarreko mina sendatzeko, erremedio magiko gisa.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak, ultzerak, erredurak eta sabainoak urratzen eta desinfektatzen ditu. Oinetan eta eskuetan gogortasunak eta arrakalak kentzeko, forunkuluak eta panadizoak sendatzean erabakigarri gisa, akneari eta ekzemari aurre egiteko eta azaleko infekzioak saihesteko.
- **Nerbio-sistema eta buruko gaixotasunak:** lasaigarri gisa erabilitako orriak.
- **Zentzumenen organoak:** belarrietako mina baretzeko eta konjuntibitisaren aurka egiteko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** adibidez, hesteetako zizareen kontra.
- **Intoxikazioak eta pozoidurak:** intsektuen ziztadak tratatzeko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurrina eta garbiketa:** komuneko paperaren ordeztako gisa, eta ontziak garbitzeko.



ERREGAI GISA

- **Piztea edo egur fina:** lore zurtoin lehorrak gorde eta sua pizteko erabiltzen ziren.

ANIS-BELARRA

Foeniculum vulgare L.

Familia: Umbelliferae (Apiaceae)

HABITATA, FENOLOGIA ETA KOLOROGIA

Areketan eta mugetan bizi da, baldoetan eta sastrakadietan, edozein substratu motaren gainean. 1200 metrora dago. Noizbehinka landatua izan da. Ekainetik azarora loratzen da.



ALBAITARITZA

- **Digestio-sistema:** ardi eta ahuntzen idorreraren eta abereen enpatxuaren aurka.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia eta erditzea:** erditzearen laguntzaile gisa, plazenta kanporatzen laguntzeko eta antiseptiko gisa.
- **Arnas sistema:** ganaduaren katarroen aurka.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** abereen herrenak, kolpeak eta hanturak konpontzeko.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak garbitzeko eta desinfektatzeko, eremu horretan ilea birsortzen laguntzeko.
- **Zentzumen-organoak:** animalien begiak garbitzeko, kataratak edo begi lausoak dituztenean.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta bizkarroi batzuk:** txerrien "gaitz gorriaren" aurkakoa.



GIZA ELIKADURA

- **Barazkiak:** hosto samurrak eta kimu erabiliak, hala nola barazkiak, gordinak edo hainbat plateretakoak.
- **Edari alkoholikoa:** likoreak, pattarrak eta uxualak egiteko eta ardoa aromatizatzen.
- **Alkoholik gabeko edariak:** garagar-ura, digestio-infusioak eta edari freskagarri gisa egiteko.
- **Gozokiak eta mastikatoriak:** zurrupatzeko eta hozkatzeko erabilitako kimuak, efektu freskagarria eraginez eta egarria kenduz. Gozoki gisa kontsumitutako sustraiak eta fruituak.



ERABILERA SOZIALAK, SINBOLIKOAK ETA ERRITUALAK

- **Urteko zikloko erritualak:** elizak apaintzeko, prozesioetan zehar eta santu batzuei lotutako belar gisa.
- **Ziurgabetasun, babes eta atsekabeko erritualak:** San Joanen garbitzeko. Espiritu gaiztoen aurkako landare babesle gisa eta bidaietan zehar. Haluzinogenoak, narkotikoak eta erretzaileak: tabakoaren ordezkari gisa erabiltzen da.



ERABILERA TXOKIKOA ETA KALTEGARRIA

1. **Pozoiak, intsektizidak eta plagizidak:** sitsen eta eltxoen uxagarri gisa.
- **Tranpa erakargarriak:** txoriak ehizatzen eta erlauntzetara lohiak erakartzeko liga egiteko.



ANIMALIA ELIKADURA

- **Bazka berdea edo lehorra:** bazka gisa erabiltzen da untxientzat, aziendarentzat eta etxeko hegaztientzat. Barraskiloentzako elikagai gisa, kontsumitu aurretik.
- **Larrea:** ardi eta ahuntz-aziendak kontsumitzeko.



MEDIKUNTZA

- **Zirkulazio-sistema:** odola arazteko, zirkulazio txarra prebenitzeko eta hipertentsioa, anemia, barizeak eta hemorroideak tratatzeko.
- **Digestio-sistema:** heste-antiinflamatorioa, antiseptiko bukofaringeo, aperitibo, libragarria edo astringentea. Gibelean afekzioak tratatzeko.
- **Sistema genito-gernukoa:** diuretiko, afrodisiako, inpotentziarako, hilekoa erregulatzen eta hilekoaren mina arintzen, bularrak gogortzen eta bularreko hanturaren aurkakoa bularra ematen duten emakumeetan.
- **Kontzepzioa, haurdunaldia, erditzea eta erdiberriak:** ume-hazleen esne-ekoizpena suspertzeko, haurdunaldiko nekea tratatzeko eta abortatzeko.
- **Arnas sistema:** eztarriko afekzioetarako, oro har, hala nola gripeak, hotzeriak, bronkitisa, birrikak eta asma. Antiinflamatorioa, antitusiboa eta deskongestionatzailea.
- **Sistema endokrino-metabolikoa:** odoleko kolesterol-mailak jaisteko, argalgarri gisa eta anorexiaren aurka.
- **Muskulatura eta eskeletoa:** min eta inflamazio mota guztietarako.
- **Larruazala eta larruazalpeko ehuna:** zauriak, aleak, forunkuluak eta aknea desinfektatzeko. Garatxoak sendatzeko, ilea hazten laguntzen eta ileari koipea kentzen.
- **Nerbio-sistema eta gaixotasun mentalak:** lasaigarri gisa eta zorabioen, buruko minen edo migrainen aurka.
- **Zentzumenen organoak:** begien antiseptiko gisa, ikusmena hobetzeko eta begi narritatuak edo nekatuak, konjuntibitisa, belarriak, betazalen hantura edo begi-zuloak tratatzeko.
- **Beste gaixotasun infekzioso eta parasitario batzuk:** esaterako, bernifugoa eta berotasun eta zorrien aurkakoa.
- **Jatorri mugagabeko sintomak eta egoerak:** sukarra jaisteko eta ahultasun eta ondoezerako. Beste erabilera medizinal batzuk: osasungintzako landaretzat hartzen da, osasun onari eusteko.



INDUSTRIA ETA ARTISAUTZA

- **Kosmetika, lurringintza eta garbiketa:** hortzetako pasta, girotzeko makina eta desinfektatzaile gisa. Ardo-upelak eta beste ontzi batzuk garbitzeko.