



Babka lancetowata

Plantago lanceolata L.

.....

Bylina z rodziny babkowatych (Plantaginaceae). Bardzo pospolita w całym kraju. Występuje na glebach zasobnych w węglan wapnia, na wilgotnych łąkach i przydrożach.¹ W celach leczniczych zbiera się liście w pełni wykształcone w okresie kwitnienia od maja do września.² Nasiona zebrane są w tzw. torebkę. Babka lancetowata stosowana jest w przygotowaniu okładów, syropów, odwarów, naparów i maści.³ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. W. Tymrakiewicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976

². A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987

³. J. Górnicka: Apteka natury. Poradnik zdrowia. AWM



Cykoria podróżnik

Cichorium intybus L.

.....

Bylina z rodziny astrowatych (Asteraceae). W celach leczniczych pozyskuje się we wrześniu korzenie cykorii. Czasami zbiera się w sierpniu górne części pędów w okresie rozkwitania, jednak ziele cykorii jest rzadziej stosowane od korzenia.¹ Kwitnie od lipca do września. Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Koniczyna łąkowa

Trifolium pratense L.

.....

Bylina z rodziny motylkowatych (Papilionaceae). W celach leczniczych zbiera się od maja do września rozwinięte główki kwiatowe. Koniczyna stosowana jest w przygotowaniu odwarów, nalewek, ziół.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987

Krwawnik pospolity

Achillea millefolium L.

Bylina z rodziny astrowatych (Asteraceae). W Polsce rośnie w całym kraju na suchych łąkach, miedzach i przydrożach. Szczególnie licznie występuje na glebach lżejszych.¹ W celach leczniczych pozyskuje się górne części pędów, w okresie od czerwca do września. Zbiera się również kwiatostany. Roślina kwitnie od lipca do października. Nasiona są zebrane w tzw. niełupki. Roślina ma zastosowanie w przygotowaniu wyciągów, naparów z zieleń i kwiatów a także soków. Ziele krwawnika zawiera m.in. flawonoidy, cholinę, garbniki, kwas askorbinowy oraz sole mineralne bogate w mangan, azot, potas i fosfor.² Łacińska nazwa rośliny (Achillea) pochodzi od imienia Achillesa, który miał używać jej do leczenia ran.³ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹ W. Tymrakiewicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976

² A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987

³ Kopaliński W. 1991. Słownik mitów i tradycji kultury. PIW, Kraków





Wrotycz pospolity

Tanacetum vulgare L.

Bylina silnie aromatyczna z rodziny astrowatych (Asteraceae), występująca w całej Europie. Roślina trująca i lecznicza o charakterystycznym zapachu, który skutecznie odstrasza owady. Występuje na przepuszczalnych suchych glebach.¹ Do celów leczniczych zbiera się od lipca do września świeżo rozkwitające koszyczki kwiatowe bez szypułek. Surowcem jest kwiat wrotyczu. Stosowany w przygotowaniu odwaru z kwiatów.² Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹ W. Tymrakiewicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976

² A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Wyka ptasia

Vicia cracca L.

Bylina z rodziny motylkowatych (Papilionaceae). Charakterystyczną cechą rośliny są tzw. wąsy. Kwitnie od czerwca do września.¹ Wyka ptasia w stanie dzikim występuje na łąkach, w zaroślach i na miedzach, na wilgotnych glebach różnych typów, przede wszystkim gliniastych i próchnicznych. Nasiona wyki zebrane są w strąki.² Roślina miododajna. Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987

². W. Tymrakiwicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976



Pięciornik gęsi

Potentilla anserina L.

.....

Bylina z rodziny różowatych (Rosaceae). W Polsce bardzo pospolita na całym obszarze. Rośnie na wilgotnych terenach, zarówno na glebach ciężkich jak i lekkich. Roślina wytwarza rozłogi nawet do 1 m długości. W węzłach rozłogów wyrastają nowe rozety liści. Kwiaty barwy żółtej, osadzone są na długich szypułkach. W celach leczniczych zbiera się od maja do sierpnia w okresie zakwitania liście, kwiaty i rozłogi bez korzeni. Pięciornik stosowany jest w przygotowaniu odwarów i ziół.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Szczaw polny

Rumex acetosella L.

Bylina z rodziny rdestowatych (Polygonaceae). W Polsce występuje na całym obszarze. Roślina kwitnie od maja do jesieni. Rośnie na glebach piaszczystych oraz na zakwaszonych glebach gliniastych.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. W. Tymrakiewicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976



Lucerna nerkowata

Medicago lupina L.

.....

Roślina jednoroczna lub dwuletnia, o żółtych kwiatach. Należy do rodziny motylkowatych (Papilionaceae). Kwitnie od maja do września.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. W. Tymrakiewicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976



Tasznik pospolity

Capsella bursa pastoris L. Medik

.....

Roślina jednoroczna lub dwuletnia z rodziny krzyżowych (Cruciferae), występująca powszechnie na terenie całego kraju. Kwitnie od wiosny do późnej jesieni. W celach leczniczych pozyskuje się pędy w początkach kwitnienia. Tasznik wykorzystywany jest w przygotowaniu nalewek i ziół.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Śluz dziki

Malva silvestris L.



Roślina dwuletnia lub trwała, z rodziny śluzowatych (Malvaceae), kwitnie od lipca do września. W celach leczniczych zbiera się przez całe lato w okresie zakwitania świeżo rozwinięte kwiaty. Zbiera się również liście. Śluz stosowany jest w przygotowaniu naparów lub odwarów z kwiatów, a także ziół.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Marchew zwyczajna

Daucus carota L.

.....

Roślina dwuletnia z rodziny baldaszkowatych (Umbelliferae). Kwitnie od czerwca do września, pojedyncze okazy także później. Jest rośliną leczniczą. W celach leczniczych zbiera się jesienią świeży korzeń a także dojrzały baldach.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Żywokost lekarski

Symphytum officinale L.

.....

Bylina z rodziny szorstkolistnych (Boraginaceae). Rośnie nad brzegami wód, przy rowach i kanałach oraz na mokrych łąkach. Kwitnie od maja do lipca. Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Żmijowiec zwyczajny

Echium vulgare L.

.....

Roślina dwuletnia z rodziny szorstkolistnych (Boraginaceae). Kwitnie od czerwca do października. Występuje na glebach kamienistych, gliniastych i piaszczystych. Żmijowiec swoją nazwę zawdzięcza wyrastającym z korony pręcikom, w wyglądzie przypominającym język żmii, jak również ze względu na fakt, iż był stosowany przeciw ukąszeniom żmii.² Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. W. Tymrakiewicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976

². A. Szweykowska, J. Szweykowski, Słownik botaniczny, Wyd. II. Warszawa: PW Wiedza Powszechna, 2003



Bylica pospolita

Artemisia vulgaris L.

Bylina z rodziny astrowatych (Compositae), pospolita w całym kraju. W celach leczniczych zbiera się od lipca do września górne części pędów, w fazie zakwitnienia. Z kolei późną jesienią pozyskuje się korzenie bylicy. Stosowana w przygotowaniu naparów, odwarów i ziół.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Chaber bławatek

Centaurea cyanus L.

.....

Roślina jednoroczna lub dwuletnia z rodziny astrowatych (Compositae), pospolita w całym kraju. Nazwa gatunkowa wywodzi się z języka greckiego (grec. cyanos – niebieski), odnosi się do barwy kwiatów, z których wyrabiano barwnik. W celach leczniczych zbiera się w czerwcu zakwitające koszyczki kwiatowe. Kwiat chabru zawiera m.in. sole mineralne bogate w mangan, flawonoidy oraz związek goryczowy centaurynę. Jest to roślina miododajna. Wykorzystywana w przygotowaniu naparów i ziół. Kwitnie od maja do czerwca. Chaber jest rośliną wskaźnikową gleb ubogich w wapń.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych,



Mniszek pospolity

Taraxacum officinale F.H. Wiggers

Bylina z rodziny astrowatych (Compositae), w Polsce bardzo pospolita na całym obszarze. Kwitnie od kwietnia do lipca (ponawia kwitnienie). Roślina posiada biały gorzki sok mleczny, znajdujących się we wszystkich częściach rośliny. W celach leczniczych zbiera się w okresie jesiennym korzenie starszych okazów. W okresie kwitnienia zbiera się także całe rozkwitające koszyczki kwiatowe. Mniszek zawiera sole mineralne bogate w potas, magnez, siarkę i krzem. Jest bogaty również w witaminę C. Stosowany w przygotowaniu odwarów, wina z korzeni mniszka, soków i syropów.¹ Roślina miododajna. Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Kozibród łąkowy

Tragopogon pratensis L.

.....

Roślina dwuletnia z rodziny astrowatych (Compositae). Kwitnie od maja do sierpnia. Występuje przeważnie na glebach żyznych i gliniastych. Dawniej uprawiana jako warzywo. Zarówno młode korzenie, pędy jak i liście są jadalne. Oprócz zastosowania kulinarnego wykorzystywany jest w medycynie. Korzenie kozibrodu łąkowego zawierają witaminy B, C, E, K oraz takie pierwiastki jak: cynk, wapń, żelazo, selen, magnez i fosfor.¹ Wyjątkowym walorem tej rośliny jest puch kielichowy. Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. A. Ożarowski, W. Jaroniewski: Rośliny lecznicze i ich praktyczne zastosowanie. Warszawa: Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, 1987



Wyka czteronasienna

Vicia tetrasperma L. Schreb.

.....

Roślina jednoroczna z rodziny motylkowatych (Papilionaceae). Kwitnie od czerwca do września. Występuje na żyznych glebach lżejszych.¹ Teren pasa drogowego, ze względu na duże zanieczyszczenia komunikacyjne, nie jest miejscem pozyskiwania roślin w celach użytkowych (spożycia).

¹. W. Tymrakiwicz, Atlas chwastów, Wydanie III rozszerzone, PWRiL, Warszawa 1976