

Αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά

Η χρήση , καλλιέργεια και ζήτηση φυτών με αρωματικές, φαρμακευτικές, διατροφικές ή άλλες ιδιότητες παρουσιάζει συνεχή αύξηση. Περίπου 50.000 – 70.000 φυτικά είδη χρησιμοποιούνται παγκοσμίως για την κατασκευή φαρμάκων, 900 είδη καλλιεργούνται, ενώ περίπου 3.000 φυτικά διατίθενται στη διεθνή αγορά. Η σημασία της βιοποικιλότητας των ειδών είναι προφανής για την οικολογική ισορροπία, σταθερότητα και λειτουργία των αναδραστικών μηχανισμών ενός οικοσυστήματος. Πέρα από αυτό, πολλά είδη στην οντογενετική τους εξέλιξη έχουν συνδεθεί στενά μεταξύ τους και η ύπαρξη του ενός εξαρτάται από την ύπαρξη του άλλου. Για το λόγο αυτό, η εξαφάνιση ενός είδους μπορεί να έχει συνέπειες που δεν μπορούν να προβλεφτούν.

Η διατήρηση των φυσικών πόρων των Αρωματικών και φαρμακευτικών φυτών , η αποφυγή των αρνητικών επιπτώσεων στο περιβάλλον, ο σεβασμός στους νόμους, οδηγίες και συμβάσεις, η εφαρμογή ορθολογικών πρακτικών διαχείρισης και υπεύθυνων επιχειρηματικών πρακτικών είναι βασικές αρχές για την αειφορική διαχείριση τους.

Στο Ελλαδικό χώρο μια σημαντική δεξαμενή Αρωματικών και φαρμακευτικών φυτών είναι τα φρυγανικά οικοσυστήματα (χαμηλοί θάμνοι με μικρά φύλλα όπως η ασφάκα, το θυμάρι, η αφάνα, ο ασπάλαθος, η λαδανιά, η γαλατσίδα κτλ). Τα παραπάνω οικοσυστήματα απαντούν σε περιοχές, όπου πέφτουν λίγες βροχές ή όπου το πέτρωμα κάτω από το έδαφος είναι ασβεστολιθικό που μπορεί εύκολα να διαπεραστεί από το νερό. Σε ξηρές περιοχές (με μικρή βροχόπτωση και μακρά θερινή ξηρασία)πιθανότατα είναι ο φυσικός χώρος εξάπλωσής τους ενώ σε άλλες τα φρύγανα είναι το αποτέλεσμα της κακής ανθρώπινης παρέμβασης σε συνδυασμό με τη φωτιά και την υπερβόσκηση. Επίσης αποτελούν το πρώτο στάδιο επανάκαμψης των φυσικών οικοσυστημάτων εκεί που παλιά υπήρχαν καλλιέργειες.

Η διαχείριση των φυσικών πόρων των αρωματικών και φαρμακευτικών φυτών, ο βιολογικός τους ρόλος στο φρυγανικό οικοσύστημα(πχ ενδιαίτημα πολλών ειδών πανίδας), οι μηχανισμοί προσαρμογής τους στη φωτιά και υπερβόσκηση, ο ρόλος τους στην εξέλιξη ενός μεσογειακού οικοσυστήματος (οικολογική διαδοχή) και στην αντιμετώπιση της ερημοποίησης κτλ είναι άριστη αφορμή για αναπτυχθεί ένα πρόγραμμα περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.

(ΚΠΕ Άμφισσας)

Βαρδούσια

Τα Βαρδούσια Όρη με τα εκτεταμένα αλπικά οροπέδια χαρακτηρίζονται από άγρια τοπία μέσα στα οποία φυλάσσεται καλά μία από τις πιο πλούσιες βιοποικιλότητες, από πλευράς χλωρίδας, της Ελλάδας. Πρόκειται για το μεγαλύτερο ορεινό συγκρότημα της Στερεάς Ελλάδας καθώς απλώνεται σε μια έκταση που φτάνει

περίπου τα 26.000 εκτάρια. Παλιότερα το βουνό ονομαζόταν Κόρακας. Τα Βαρδούσια Όρη βρίσκονται στα κεντρικά της Ρούμελης. Στα δυτικά συνορεύουν με τα Όρη Ναυπακτίας, στα ανατολικά με τη Γκιώνα, στα νότια βρίσκεται η τεχνητή λίμνη του Μόρνου, στα βόρεια ενώνονται με την Οξιά ενώ στους πρόποδες τους περιτριγυρίζονται από τους ποταμούς Μόρνο και Εύηνο. Οι ψηλότερες κορυφές είναι ο Κόρακας (2.495 μ.) και το Τραπεζάκι (1.862 μ.) στα νότια, η Πλάκα (2.244 μ.) και η Αλογόραχη (2.264 μ.) στα δυτικά και η Χωμίριανη (2.298 μ.) με το Σινάνι (2.054 μ.) στα βόρεια. Τα πετρώματα του βουνού είναι κυρίως ασβεστολιθικά με μικρή παρουσία πυριτόλιθων και φλύσχη. Πρόκειται για έναν ορεινό όγκο που χαρακτηρίζεται από το έντονο ανάγλυφο με άγριες κορφές, κάθετες ορθοπλαγιές, ελατοδάση, πολλά ρυάκια αλλά και το πιο μεγάλο αλπικό οροπέδιο της χώρας. Η μορφολογία του βουνού είναι ιδανική για την ανάπτυξη ενός μεγάλου πλούτου από σπάνια φυτά. Δεν είναι τυχαίο ότι τα Βαρδούσια αποτελούν σημαντικό προορισμό για πολλούς βοτανολόγους και ερασιτέχνες λάτρεις των φυτών της χώρας μας.

Τα είδη της χλωρίδας που έχουν καταγραφεί μέχρι σήμερα φτάνουν τα 1.200 είδη, ενώ συνέχεια προστίθενται νέα είδη, καθώς το βουνό είναι τεράστιο και τα ανεξερεύνητα σημεία πολλά. Στα χαμηλά υψόμετρα γύρω από την τεχνητή λίμνη του Μόρνου επικρατεί η μεσογειακή βλάστηση με κύριο εκπρόσωπο το πουρνάρι, τα φυλίκια, τις κουμαριές και τα πλατάνια γύρω από τα ρέματα ενώ ψηλότερα εμφανίζονται μικτά δάση δρυός, γάβρου, καστανιάς και άλλων ειδών. Από τα 1.000 μέτρα και πάνω ξεκινάει ένα μεγάλο ελατόδασος που καλύπτει πάνω από το 40% της συνολικής έκτασης του βουνού. Μετά το ελατόδασος, από τα 1.700 μέτρα και πάνω, ξεκινάει η υποαλπική και αλπική βλάστηση με τα εκτεταμένα λιβάδια που διακόπτονται από μικρούς θάμνους.

Στις κορυφές του βουνού φυτρώνουν διάφορα τοπικά ενδημικά είδη, όπως η *Achillea barbeyana*, το *Alyssum nerbonense tenuicaule*, η *Campanula columnaris*, το *Verbascum reiseri*, η *Caphalaria glaberrima* αλλά και τουλάχιστον δέκα ενδημικά των βουνών της Ρούμελης και δεκάδες ενδημικά της Ελλάδας. Ωστόσο, απαντώνται και είδη που δεν είναι ενδημικά, αλλά πολύ σπάνια, όπως το *Geum heterocarpum*, η *Pinguicula balcanica*, το *Omphalodes luciliae* και τα κρινάκια *Lilium martagon*, *L. chalcedonicum*. Στις αρχές τις άνοιξης και με το λιώσιμο τχου χιονιού, τα αλπικά λιβάδια κατακλύζονται από τους εκθαμβωτικούς κρόκους του είδους *Crocus veluchensis* που καλύπτουν το τοπίο σαν ένα μπλε χαλί. Άλλα σημαντικά φυτά που συναντά κανείς στα Βαρδούσια είναι η *Arabis subflava*, η καμπανούλα *Campanula topaliana delphica*, η *Aubrieta gracilis*, η σπάνια ασπέρουλα *Asperula boissieri*, ο *Astragalus pamphylicus*, η *Achillea pindicola*, η *Saxifraga spruneri*, οι βιόλες *Viola aetolica*, *V. graeca*, *V. poetica* και οι ορχιδέες *Dactylorhiza baumanniana*, *D. saccifera*, *Gymnadenia conopsea*, *Listera ovata*, *Orchis provincialis*, *O. laxiflora*, *O. mascula*, *O. pallens*, *Ophrys spruneri*, *O. zeusii*, κ.ά.

(Από

το

Διαδίκτυο)



Βαρδούσια



Βαρδούσια 1



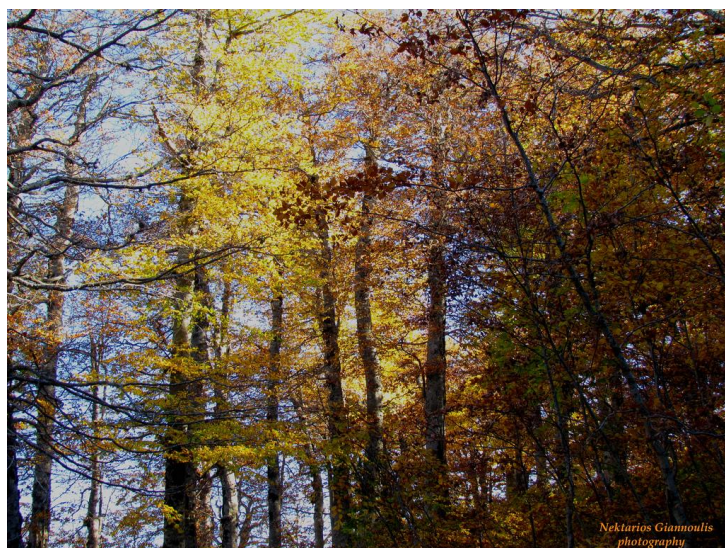
Βαρδούσια 2



Βαρδούσια 3 Παπαρούνα



Βαρδούσια 4 Κουτσουπιά



Βαρδούσια 5 Δάσος



Βαρδούσια 6 Δάσος



Βαρδούσια 7



Βαρδούσια 8

Γκιώνα

Η Γκιώνα είναι το πέμπτο βουνό της Ελλάδας σε ύψος, μετά τον Όλυμπο, τον Σμόλικα, το Βόρρα (Καιμακτσαλάν), και τον Γράμμο. Είναι από τα πιο αγαπημένα βουνά των ορειβατών και των αναρριχητών. Πολύπαθο βουνό με πλούσια ιστορία τόσο από την τουρκοκρατία, όσο κι από την Εθνική μας Αντίσταση, τα γνωστά λημέρια της Γκιώνας. Η κορυφή έχει τρεις βασικές προσβάσεις. Τη νότια, από το Φαράγγι της Ρεκάς και τη Βίνιανη Φωκίδας, τη βορειοδυτική από το Λαζόρεμα και την Συκιά, και την πιο γνωστή, τη βορειοανατολική, από τα Μνήματα και την Καλοσκοπή (ή Κουκουβίστα, φωλιά του Κούκου, σλάβικο όνομα).

Στη Γκιώνα βρίσκεται και η περίφημη ορθοπλαγιά της Πλάκας, κοντά στο χωριό Συκιά. Είναι η μεγαλύτερη και ομορφότερη των Βαλκανίων, με υψομετρική διαφορά 1.100 μ. περίπου. Σ' αυτήν την ορθοπλαγιά, όπως και σε άλλες του βουνού, έχουν ανοιχθεί σημαντικές αναρριχητικές διαδρομές, διαφόρων βαθμών δυσκολίας και τεχνικών. Οι αναρριχητικές διαδρομές στη Γκιώνα είναι από τις δυσκολότερες στην Ελλάδα και τραβούν το ενδιαφέρον και από το εξωτερικό.

Η χλωρίδα της Γκιώνας, που δεν έχει μελετηθεί αρκετά, είναι φανερό ότι παρουσιάζει εξαιρετικό ενδιαφέρον, λόγω της μεγάλης συγκέντρωσης σπάνιων φυτών που οι μέχρι τώρα έρευνες τα φέρνουν σε 63. Στα παραπάνω γεωλογικά υποστρώματα παρατηρείται ποικιλία βλάστησης με κύριο είδος την κεφαλληνιακή ελάτη, που εκτείνεται από 800 έως 1.800 μ. Σε χαμηλότερα σημεία υπάρχουν σχηματισμοί αείφυλλων πλατύφυλλων με κύριους εκπροσώπους τα πουρνάρια και τους κέδρους, ενώ τοπικά υπάρχουν μεμονωμένες συστάδες βελανιδιάς και οστριάς. Στη βορειοδυτική πλευρά της οροσειράς συναντώνται κατά θέσεις μικροί σχηματισμοί πλατανιών και ιτιών. Επίσης στην κατάφυτη νότια πλευρά της (προς το Λιδωρίκι) απαντώνται έλατα, κέδροι, αγριολούλουδα και αγριοτριανταφυλλιές.

Πάνω από το δάσος της κεφαλληνιακής ελάτης υπάρχουν βοσκότοποι (στεπώδη χορτολίβαδα) των οποίων η κάλυψη δεν ξεπερνά το 50%. Επίσης συναντώνται διαπλάσεις αρκεύθων (αγριοκυπάρισσα). Τέλος, στους βραχώδεις σχηματισμούς και στις σάρες υπάρχουν βραχύφιλες φυτοκοινωνίες. Το βουνό χαρακτηρίζεται από έντονο ενδημισμό. Η *Arenaria gionae* είναι ένα φυτικό είδος που απαντά μόνο στη Γκιώνα.



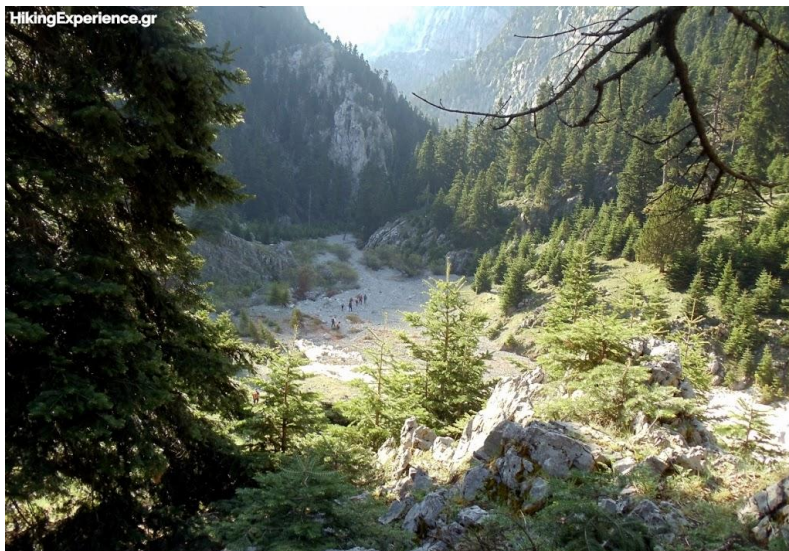
Γκιώνα



Γκιώνα 1



Γκλώνα 2



Γκλώνα 3



Γκλώνα 4



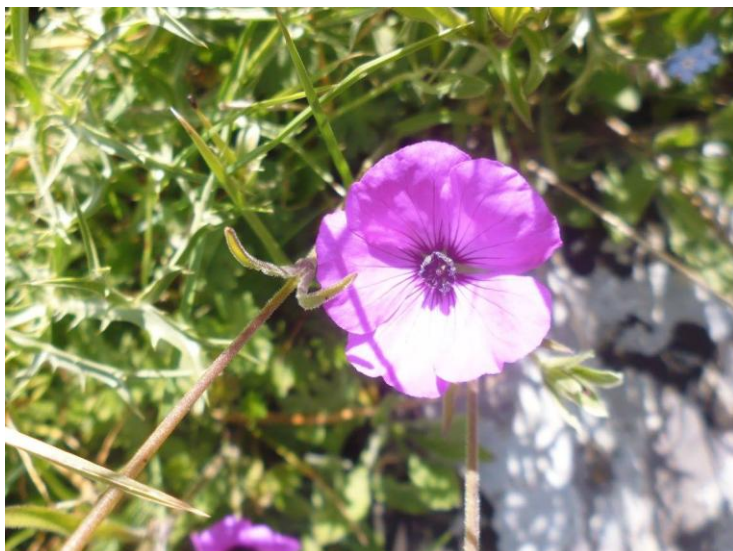
Γκλώνα 5



Γκιώνα 6



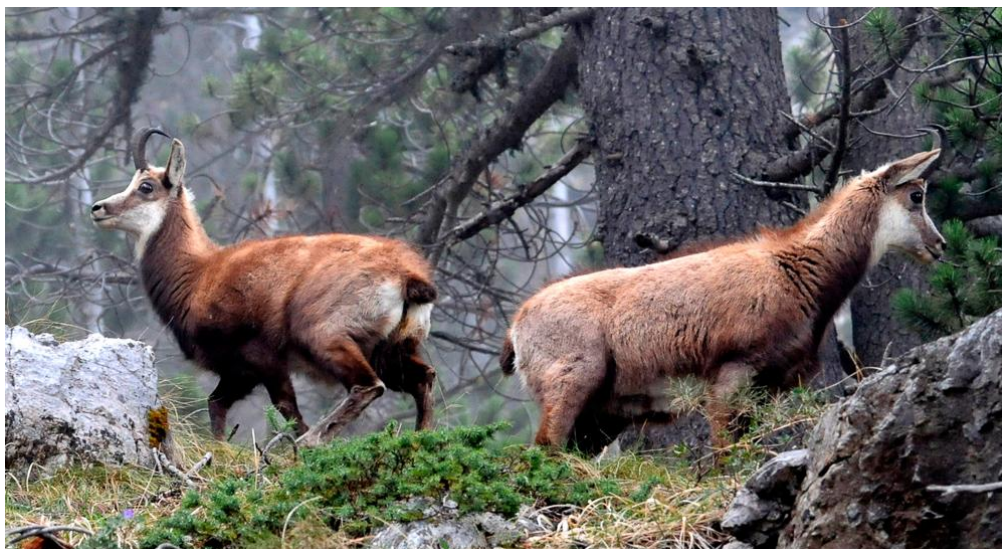
Γκιώνα 7



Γκίωνα 8



Γκίωνα 9



Γκίωνα 10 Αγριόγιδο



Γκίωνα 10 Αγριόγιδο 1

Παρνασσός

Η Προστατευόμενη περιοχή του Παρνασσού λόγω της γεωγραφικής θέσης, της ποικιλίας του ανάγλυφου, των μητρικών πετρωμάτων και των ανθρωπογενών επιδράσεων βοήθησαν στη διαμόρφωση ιδιαιτέρων συνθηκών που είναι ιδανικές για την εμφάνιση της πλούσιας χλωρίδας. Στην ευρύτερη περιοχή του Παρνασσού εξαπλώνονται 1418 είδη και υποείδη φυτών (21,4% της ελληνικής χλωρίδας), με πιο σημαντικά τα ενδημικά του Παρνασσού, τα ενδημικά της Στερεάς Ελλάδας, τα Ελληνικά ενδημικά και τα ενδημικά της Βαλκανικής Χερσονήσου.

Ο Παρνασσός είναι ξακουστός από την αρχαιότητα για τα αρωματικά – φαρμακευτικά φυτά του. Ο Θεόφραστος στα συγγράμματά του χαρακτηρίζει το βουνό «φαρμακωδέστατον», ενώ ο Διοσκουρίδης στο βιβλίο «Πέρι ύλης ιατρικής»

δίνει έμφαση στις φαρμακευτικές ιδιότητες του ελλέβορου (*Helleborus cyclophyllus*) από τον Παρνασσό.

Ιδιαίτερη σημασία για την περιοχή έχει το ενδημικό είδος *Sideritis raeseri* Boiss & Heldr. (Τσάι του Παρνασσού) το οποίο εντοπίζεται στον Παρνασσό, Τυμφρηστό (Βελούχι) και σε άλλα βουνά της Αιτωλίας, Δωρίδας και Φθιώτιδας. Τα τελευταία χρόνια δέχεται έντονες ανθρωπογενείς πιέσεις, από την αλόγιστη συλλογή (ξερίζωμα φυτών) και την παράνομη εμπορία του. Άλλα αρωματικά – φαρμακευτικά φυτά του Παρνασσού που χρησιμοποιούνται ευρέως και έχουν υποστεί ανάλογες συνέπειες, είναι η ρίγανη (*Origanum vulgare* subsp. *hirtum*), η μέντα (*Acinos* sp.) και το θυμάρι (*Thymus* sp.).

Η συλλογή βλαστών αρωματικών - φαρμακευτικών και μελισσοκομικών φυτών (ρίγανη, τσάι, κ.λπ.) επιτρέπεται αποκλειστικά για την κάλυψη ατομικών αναγκών. Η συλλογή να γίνεται χειρωνακτικώς ή με την χρήση κατάλληλων κοπτικών εργαλείων (μαχαίρι ή ψαλίδι) χωρίς να αποκόπτονται όλοι οι βλαστοί των φυτών, μόνο κατά την εποχή ανθοφορίας και ωρίμανσής τους (Ιούλιος – Αύγουστος). Επιπλέον, τονίζεται ότι απαγορεύεται η εκρίζωση αρωματικών - φαρμακευτικών και μελισσοκομικών φυτών (ρίγανη, θυμάρι, τσάι, μέντα κ.λπ.) καθώς και η συλλογή τους για εμπορία. Τα αυτοφυή αρωματικά – μελισσοτροφικά φυτά και φαρμακευτικά βότανα συμμετέχουν στη σύνθεση των δασικών και χορτολιβαδικών οικοσυστημάτων καταλαμβάνοντας σημαντικές εκτάσεις και συγκροτώντας οικοτόπους με ιδιαίτερη οικολογική αξία.

(Ιστοσελίδα Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Παρνασσού)



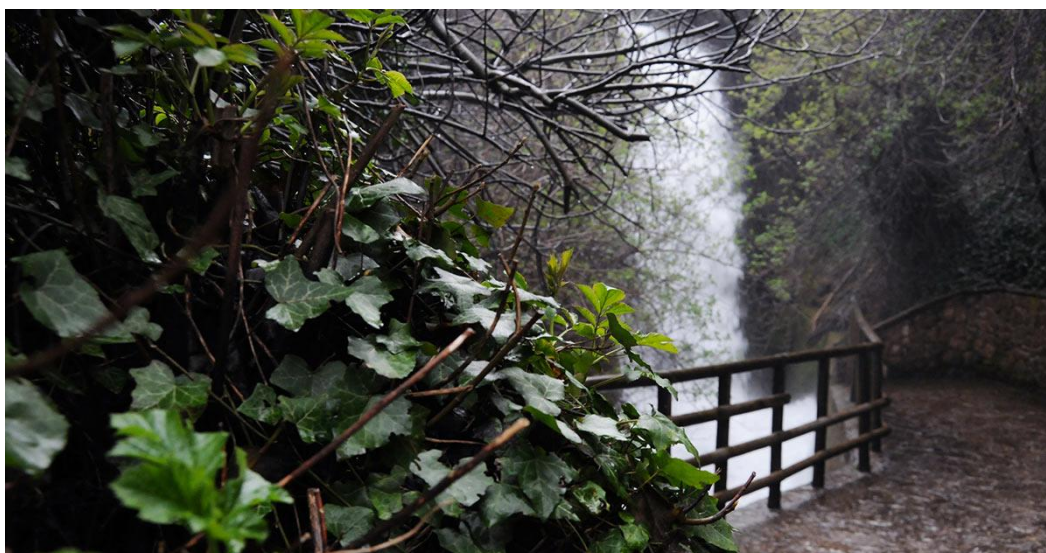
Παρνασσός



Παρνασσός 1



Παρνασσός 2



Παρνασσός 3



Παρνασσός 4



Παρνασσός 5 Κρόκι



Παρνασσός 6



Παρνασσός 7



Παρνασσός 8



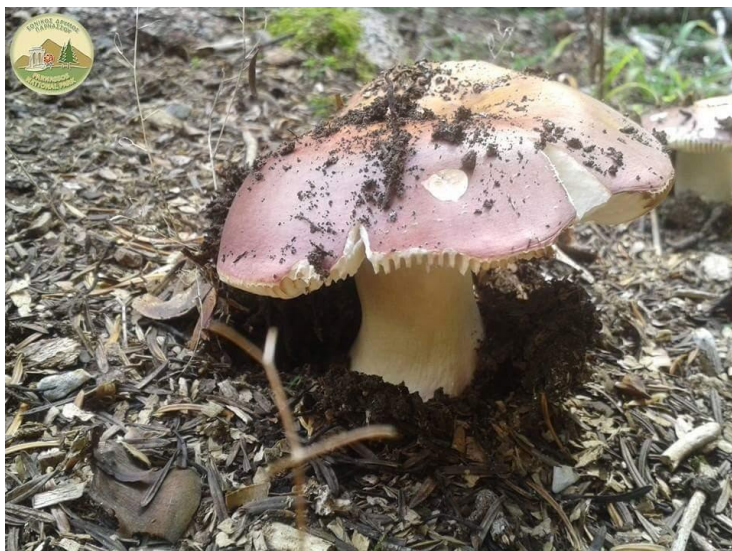
Lilium calchedonicum / Αρχείο ΦΔΕΔΠ

Παρνασσός 9



Paeonia parnassica / Αρχείο ΦΔΕΔΠ

Παρνασσός 10



Παρνασσός 11



Παρνασσός 12



Παρνασσός 13

Οίτη

Η Οίτη ύψους 2.152μ. είναι ένα από τα ωραιότερα Ελληνικά βουνά, με θαυμάσια απέραντα ελατοδάση. Στα γυμνά μέρη σχηματίζονται όμορφα λιβάδια γεμάτα σπάνια αγριολούλουδα. Σε μια από τις κορφές του βουνού, που λέγεται Πυρά, τέλειωσε με τραγικό τρόπο τη ζωή του ο μυθικός ήρωας Ηρακλής. Η Οίτη βρίσκεται μοιρασμένη ανάμεσα στους νομούς Φθιώτιδας και Φωκίδας.

Το βόρειο μέρος του βουνού αποτελεί το πυρήνα του Εθνικού Δρυμού Οίτης. Στα νότια συνορεύει με τη Γκιώνα, στα ανατολικά με το Καλλίδρομο και στα δυτικά με τα Βαρδούσια. Στο βορρά οι πλαγιές κατεβαίνουν απότομα προς τη κοιλάδα του Σπερχειού. Ψηλότερη κορυφή του βουνού είναι ο Πύργος 2.152μ. Γύρω της βρίσκονται οι εξής κορφές, που σχηματίζουν ένα ενιαίο συγκρότημα : Αλύκαινα 2.058μ. στα βόρεια του Πύργου, σε οπτική απόσταση 2.600μ., Πυρά στα νοτιοδυτικά σε απόσταση 1.250μ., Φτερωτός στα νοτιοδυτικά σε οπτική απόσταση γύρω στα 1.300μ.

Μέχρι στιγμής έχουν καταγραφεί 1.149 είδη και υποείδη φυτών, αλλά εκτιμάται ότι ξεπερνούν τα 1.250, δηλαδή περίπου το 1/5 της ελληνικής χλωρίδας. Η Οίτη φιλοξενεί, επίσης, ένα μεγάλο σχετικά αριθμό ενδημικών* φυτικών ειδών της Ελλάδας, αλλά και των Βαλκανίων, ενώ έχουν καταγραφεί δυο τοπικά ενδημικά είδη, η βερονίκη της Οίτης (*Veronica oetaea*) και ένα είδος άγριου κρεμμυδιού (*Allium lagarophyllum*).

Μερικά από τα ελληνικά ενδημικά είδη και υποείδη που απαντώνται στην Οίτη είναι τα: *Alkanna calliensis*, *Rhisanthus pubescens*, *Dianthus tymphresteus*, *Petrorhagia phthiotica*, *Centaurea pelia*, *Colchicum parnassicum*, *Genista millii*, *Linum punctatum* ssp. *pycnophyllum*, *Thymus hartvigii* ssp. *hartvigii*, *Edraianthus parnassicus*.

Αξιοσημείωτα, επίσης, είδη που εντυπωσιάζουν με την ομορφιά τους και μπορεί κανείς να συναντήσει στην Οίτη είναι τα: κρίνα (*Lilium chalcedonicum*, *Lilium martagon*, *Lilium candidum*), νάρκισσος των ποιητών (*Narcissus poeticus*), κρίκοι (*Crocus veluchensis*, *Crocus sieberi*), ορχιδέες (π.χ. *Dactylorhiza* sp., *Orchis* sp., *Himantoglossum caprinum*, *Cephalanthera rubra*), βιόλες (π.χ. *Viola aetolica*, *Viola graeca*), άγρια κρεμμύδια (π.χ. *Allium phthioticum*), καμπανούλες (π.χ. *Campanula versicolor*), κενταύριες (π.χ. *Centaurea triumphettii*), πρίμουλες (*Primula veris*), ίριδες (*Iris pumila* ssp. *attica*) και πολλά άλλα.

Σημαντικό χαρακτηριστικό της χλωρίδας του βουνού είναι το γεγονός ότι η Οίτη μαζί με τα γειτονικά όρη Γκιώνα και Βαρδούσια αποτελούν το νοτιότερο όριο εξάπλωσης ειδών βόρειας προέλευσης όπως είναι τα: *Trollius europaeus*, *Rhynchocorys elephas*, *Actaea spicata*, *Caltha palustris*, *Thalictrum aquilegiifolium*. Επιπλέον, περιλαμβάνει είδη ανατολικής προέλευσης, όπως χαρακτηριστικά τα είδη: *Thlaspi kotsyanum* και *Morina persica*.

(Ιστοσελίδα Φορέα Διαχείρισης Εθνικού Δρυμού Οίτης)



Οίτη 1



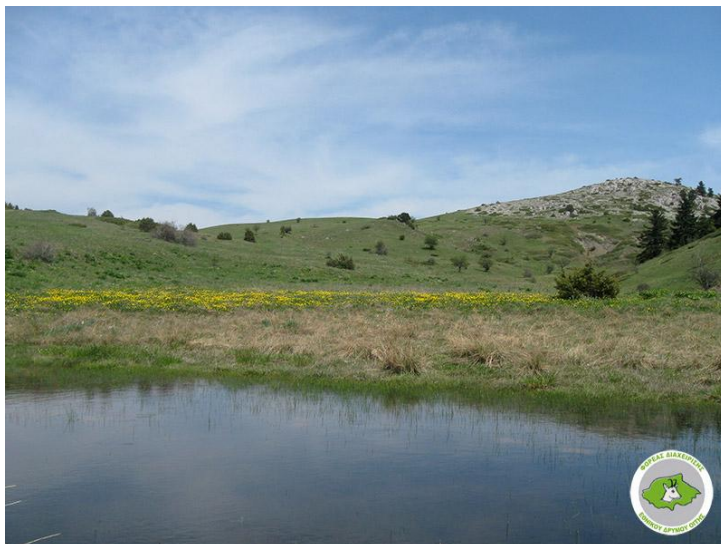
Οίτη 2



Οίτη 3



Οίτη 4



Οίτη 5



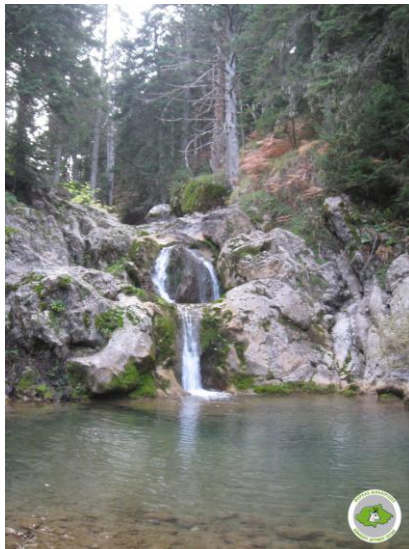
Οίτη 6



Οίτη 7



Οίτη 8



Οίτη 9



Οίτη 10



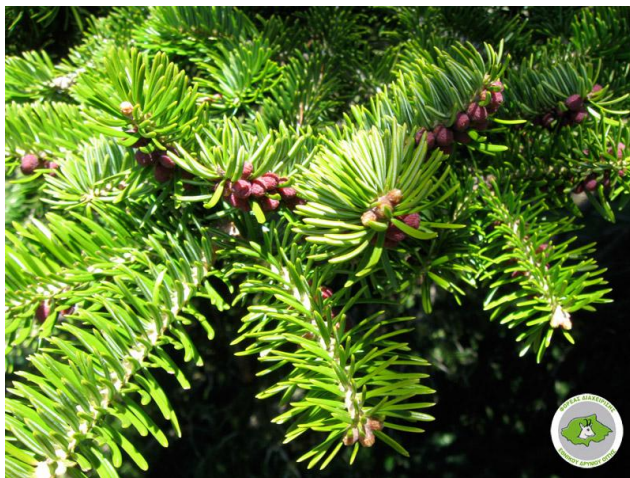
Οίτη 11



Οίτη 12



Οίτη 13



Οίτη 14



Οίτη 15



Οίτη 16



Οίτη 17



Οίτη 18



Οίτη 19



Οίτη 20



Οίτη 21



Οίτη 22