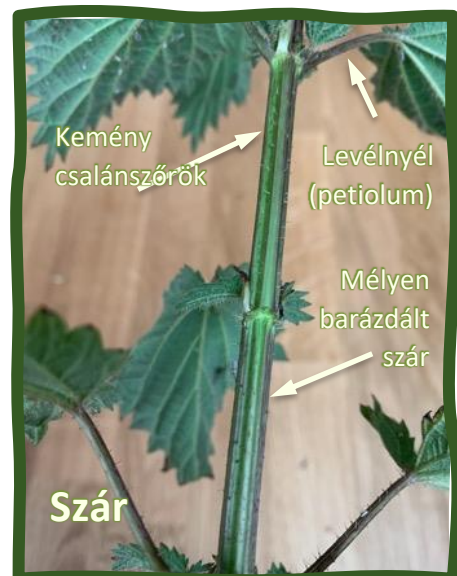


# NÖVÉNYTÁBLA: nagy csalán

*Urtica dioica*





# NÖVÉNYTÁBLA: csalán: urtica dioica

## Varázslatos:

A csaláncsípés hatására élénkebbé válik a bőr alatti erek vérkeringése. Évezredek óta használják az ízületi gyulladás tüneteinek csökkentésére, illetve a szervezet melegen tartására a bőrirritáció által. A csípés elsöre kellemetlen, de meg lehet szokni, és utána egy bizsergető érzés marad a csípések helyén még egy darabig, ezért manapság is használják fájdalomcsillapításra.

Előfordulhat a csaláncsípésre adott allergiás reakció, így első alkalommal óvatosan bánjunk vele!

## Mutatvány:

Kápráztasd el a barátaidat csalánevással: csak némi bátorság és önbizalom kell hozzá! Tépj le egy levelet a csalánról, óvatosan dörzsöld le róla a csalánszőröket. Ezután sodorj belőle egy hengert, hajtsd félbe, majd egy széles mosollyal harapj bele 😊

Jótanács: gyűjts előtte elég nyálat a szádban.

**A levelek a virágzási idő alatt és után mérgező anyagot tartalmaznak!**

A teljes növény az eredeti élőhelyén

Gyakran a ragadós galaj (Galium aparine) közelében nő.



## Tipppek a növényhatározáshoz

Tavaszyár-ősz: A leveleiről – tapintás útján könnyű, túlságosan is könnyű felismerni, hiszen ha végigsimítjuk, megcsípnek – így aztán örökké emlékezni fogunk a csalán vendégszeretetére ...

Késő tavasszal és nyáron a faközöld virágok lekonyulnak, a szárhoz hajlanak. Egy csomózott kötélhez hasonlítanak ilyenkor. Ősszel és télen a a föld közelében hajt rügyeket és leveleket.

## Különleges tulajdonságai

A levelek összezúzva, vagy megfőzve elveszítik csípősségüket, és ehetővé válnak.

Támadásra kész megjelenésük ellenére az apró, fiatal levelek kifejezetten ízletesek és tele vannak fehérjével, C-vitaminnal, béta karotinnal, kalciummal és egyéb ásványi anyagokkal.

# NÖVÉNYTÁBLA: nagy csalán

*Urtica dioica*

## Adatok:

**Természetvédelmi státusz:** Nem fenyegetett  
**Elterjedés:** Európaszerte elterjedt

## népies nevei:

csihány, csihán,  
csalány, csanál,  
csovány

## Növényrendszertan (taxonómia) és növényleírás

Csalánfélék családjának tagja (*Urticaceae*).



**Virágzás:** tavasztól őszig

**Virágzata:** Kétlaki. Porzós virágai lecsüngő füzereket alkotnak, míg a termősek kis csomókat.



**Termése:** Jellegtelen. Fénytelen szürke, oldalról lapított alakú makkocská.



### Levele:

Változó megjelenésűek. Általában mélyzöldtől középzöldig, a környező növények árnyalatától függően. Az egyszerű levelek durván fűrészszélűek, a szárhoz szív alakú oldalukkal kapcsolódnak. A levelek keresztben átellenesen helyezkednek el a száron. A csalánszőrök, amelyek hangyasavat tartalmaznak a levél fonákján sűrűn helyezkednek el, de a szárat is fedik. A levélen nem csípős apró szőrök is megtalálhatóak.

**Szár:** Végig borítják a csalánszőrök. Jellemzően kör keresztmetszetű, erősen szálazott szára van.



### Élőhely:

Nagyjából mindenütt megél. A foszfátos talajt is kedveli, így mezőgazdasági termőterületek mentén is megtalálható. Helyenként akár két méter magasra is megnő! Föld alatti gyöktörzse (rizóma) segíti az elterjedését.

## Hogyan ismerjük fel?



### A legalkalmasabb megfigyelési és gyűjtési időszak:

Az, hogy mi a legmegfelelőbb idő attól függ, hogy mire szeretnénk használni.

Figyelem: ha a levelekből szeretnénk csemegézni, akkor tavasszal, vagy későősszel szedjük, amikor nem virágzik, mert a virágzaskor és közvetlenül utána mérgeket tartalmaz!

Kis, üvegszilánk szerű szőrszálai a bőr felső rétegébe fúródva hangyasavat juttatnak a bőrszövet alá, ez váltja ki a kellemetlen, égető, fájó, később viszkető érzést.

**Lelőhelyei:** Rengeteg helyen megél. Tipikusan házak körül, nedves erdőkben fordul elő tömegesen, de ültetett akácosokban, árnyékos szurdokokban, mocsarak mentén is megtalálható. A nitrogénben dús talajt kedveli, így tömeges megjelenéséből következtethetünk a talaj magas nitrogéntartalmára is.

## TÁPLÁLÉKHÁLÓZAT

A rókalepke és a nappali pávaszem hernyója előszeretettel fogyasztja a csalán leveleit, a leveleken élő levéltetveket a katicabogarak, a növény termését pedig madarak eszik.

## HASONLÓ FAJOK:

Hasonló, a nagy csalán közelében élő és vele összetéveszthető növény lehet az árvacsalán (*Lamium*) több faja: a foltos, a piros és a fehér árvacsalán. Ezek más családba tartoznak, de megjelenésükben hasonlítanak. Általában kisebb termetűek, és kerekded levelűek. Az árvacsalánfélék (*Lamiaceae*) családjába tartozik még az erdei tisztessű, illetve a vízi peszérce, utóbbi inkább nedves, lápos területeken honos





# NÖVÉNYTÁBLA: csalán: urtica dioica

## Növénytani szótár

**Levélnyel** – A levél nyele

**Lecsüngő** - Lefelé hajló hajtások, levelek, virágok

**Szív alakú/szíves**- morfológiai jellemző: a bázisán egybefüggő, felül két lebenyből álló, szív alakú levéltípus

**Szálas, rostos**- szárra vagy a növény más részére jellemző

**Keresztben átellenes levélállás** – A levelek a szár mentén átellenesen, párokba rendeződve helyezkednek el

**Rizóma** – föld alatti gyökér (gyöktörzs), valójában a szár része, amiből a föld feletti hajtás kinő

## Növénytani szótár

**Foszfátok a talajban** – foszfortartalmú vegyületek, amelyek részben természetesen, részben a növényvédelmi tevékenységnek köszönhetően dúsulnak fel

**Évelő** – Olyan növény, melynek a földalatti szárrésze több évig él, és évente kihajt

**Hajtás**- Friss növényrész, amely lehet szár, levél vagy virág is. Gyakran a föld felett megjelenő új növényről is új hajtásként beszélünk

**Levéltetű**: apró ízeltlábú, amely a növények nedveivel táplálkozik



Nézzük meg a csalánt bemutató *Pappus* kisfilmet



Csalán a természetes élőhelyén

**Használata:** Rostja textilanyagként használható, illetve klorofilt is előállítanak belőle, amit ételfestékként használnak. Étkezési célú felhasználása: tea, leves, főzelék alapanyaga. Kosmetikumokat is készítenek belőle: pl. csalánsampon.

## Kulturális vonatkozások

Földrajzi nevek is köthetők hozzá, így például a Börzsöny legmagasabb csúcsának, a Csóványosnak a neve. Az ősi csaláncsomók pedig régen elhagyott, akár római kori falvak helyét mutathatják.

“Csalánba nem üt a mennykő” – közmondás. Jelentése: Nem kell féltetni valakit, mert minden helyzetben feltalálja magát.

“Egy percig sem kell aggódnodok érte, csalánba nem üt a Mennykő”

**Természetvédelmi státusz – IUCN Vörös Lista**  
Természetvédelmi státusza szerint *nem fenyegetett* (LC)



A skála a nem fenyegetett (LC) (illetve a felmértlen (NE) és adathiányos (DD) fajoktól a vadon kihalt (EW) (illetve a végképp kihalt- EX) fajokig terjed.