

Gradvohl Edina (1976) a Debreceni Egyetem történelem–öngörög szakán végzett. 2004-ben szerzett doktori fokozatot a Debreceni Egyetem Ókortudományi Doktoriskolájában. Kutatási területe az antik nőgyógyászat. Jelenleg a Zsigmond Király Főiskolán dolgozik főiskolai adjunktusként.

Legutóbbi írása az *ÓKOR*-ban: *A vándorló anyaméh* (2003/2–3).

Asklépios konyhája

Gradvohl Edina

A TÉKOZLÓ SZAKÁCS

Marcus Gavius Apicius, a Kr. u. 1. században élt ínyenc, egy tíz könyvből álló szakácskönyvet hagyott az utókorra. Tacitus az *Annales*ban így ír róla: *... az isteni Augustus unokáját kísérgette (ti. Tiberius), miközben azt is beszélték, hogy Apiciusszal, a gazdag tékozlóval, pénzért fajtalanzkodott* (Borzsák István fordítása). Seneca a *Helvia vigasztalásában* beszámol róla, hogy Apicius tékozlásának, mulatozásának köszönhetően eladósodott, majd nem bírván elviselni ezt a szégyent, öngyilkosságot követett el. Mindkét szerző a szakácskönyvszerző szabados életmódját kárhoztatja. Apicius gasztronómiai íróként mindenesetre komoly munkát végzett (ha ugyan valóban azonos a tékozló ínyenc és a könyv írója). Könyvének első részében tanácsokkal látja el a szakácsokat, illetve mindazokat, akik szeretik a konyhaművészetet. A többi fejezetet a mai szakácskönyvekhez hasonlóan tagolja: alapanyagok és ételek tartósítása, mártások, bor készítése, zöldséges ételek, vegyes ételek, ínyencségek, szárnyasok, négylábúakból készíthető ételek, tenger gyümölcsei, halak, Apicius saját receptjei. A receptekben olvasható fűszerek és alapanyagok mind a mai napig használatosak a konyhaművészetben. Vannak azonban közöttük olyan növények, zöldségek is, amelyeket nem tudunk pontosan azonosítani. Apicius könyvéből kitűnik, hogy az ókorban már mennyire pontosan ismerték például a tartósítást: *A szőlő tartósítása. Szedj le ép fürtöket, főzd el esővizet a harmadára, majd öntsd abba az edénybe, amelyikbe a szőlőt teszed. Szurkozod be az edényt, gipszeld le, s tedd hűvös helyre, ahol nem éri nap. Bármikor megkívánod a szőlőt, frissen találsz. A vizet méhsőr helyett adhatod a betegnek. Szintén ép marad a szőlő, ha úrpával feded be.* (Hegedűs Zsuzsa és Orlovsky Géza fordítása)

A tartósítás alapját az ecet, a só, a méz, a mustár (*sinapis*, mag vagy olaj) adta vagy egyszerűen csak gipsszel lezárt légmentes edénybe kellett rakni a tartósításra váró ételt. Ez utóbbi módszer hatékonyságára jellemző, hogy egy Kr. e. 6. században lezárt edényben folyékony mézet találtak Paestum ásatásakor. A fűszernövények közül is igen sokat ismertek és használtak már az ókori világban is, pl.: fokhagyma, bors, kömény, petrezselyem, menta, kapor, babérlevél, lestyán, gyömbér, ruta, kakukkfű, borsikafű, koriander. Ezeket a fűszereket előszeretettel keverték egymással, valamint mézzel, ecettel, borral és mustárral. *Így készíts felfűjtat Apicius módra: Végy kocaemlő szeleteket, halfilét, csirkehúst, szalonkát vagy fenyőrigó főtt mellehúsát és bármi más finomságot, ami szeretsz. A szalonka kivételével mindent apríts fel gondosan. Olajjal keverj el nyers tojást. Törj meg borsot, lestyánt, önts hozzá garumot, bort és aszúbort, tedd egy fazékba, forrósítsd fel, majd sűrítsd be keményítőliszttel. Előbb azonban dobd bele a felaprított húsokat, s tedd fel főni. Ha megfőtt, vedd le a tűzről, és szemes borssal és fenyőmaggal elkeverve rétegesen meregesd át egy kanállal egy edénybe úgy, hogy a rétegek közé egy-egy lángost helyezel. Minden lángosra tégy egy evőkanállal a fűszeres*

masszából. Az utolsó lángost szúrd át egy nádszállal, s tedd a tetejébe. Szórd meg borssal. Mielőtt a húsokat az edénybe helyeznéd, habard fel a felvert tojással. (IV. 2. 14)

FÜBEN, FÁBAN ORVOSSÁG

Vajon mi másra jók még a főzésnél használatos nyersanyagok? Például a fokhagyma (*Allium sativum* L.), amely Közép-Ázsiából származik, nemcsak a malachús pácolására kiváló, hanem más célra is használható. Már az ókori Egyiptomban is ismerték, fogyasztották a jellegzetesen erős szagú és csípős ízű növényt. Afrodiziákumot, sőt varázsszert is készítettek belőle. Ami viszont sokkal érdekesebb, hogy az ókorban ebből a pikáns ízű növényből magzatelhajtó és fogamzásgátló szereket készítettek, valamint Hippokratéstól (Kr. e. 5. század) kezdve Galénoson és Sóranoson (Kr. u. 2. század) át különféle betegségek kezelésére szánt fontos gyógyhatású készítményének számított, olykor különböző anyagokkal keverve. Természetesen mágikus hatást is tulajdonítottak a növénynek, amely tulajdonságát még a középkorban is megőrizte, amikor boszorkányok, démonok és vámpírok elűzésére szolgált. Hippokratés, a kósi orvos, a *Betegségekről* című munkájában így ír a fokhagymáról (54): *A zöltség, a fokhagyma – mindkettőt főzd és süsd meg – vizelet- és hashajtó szer, valamint a menstruációt is előidézi. A hagyma szintén vizelethajtó szer, ugyanis a leve olyan kesernyés anyagot tartalmaz, amely megindítja a vizeletet. Tehát fokhagymát és hagymát használj erre a célra, de betegeknél ne alkalmazd.* Cato, a Kr. e. 3. században élt római író és politikus *A földművelésről* című munkájában jó néhány étel és orvosság elkészítési módjáról számol be (a két kategória nála is gyakran egybeesik). Ezekben természetesen szintén szerepel a fokhagyma. Igen meglepő például, hogy az ökrök gyógyításánál használt orvosság egyik alapanyagaként sorolja fel. *Az ökrök orvossága ez: ha betegségtől félsz, a még egészséges ökröknek adj három csipet sót, három babérlevelet, három szál póréhagymát, három gerezd ulpicum-hagymát, három gerezd fokhagymát, három szem tömjént, három szál szabinfüvet, három rutalevelet, három fehérszőlő-indát, három szem fehérbabot, három szem paraszt, három sextarius bort. Mindezt a magasban állva kell összegyűjteni, szétmorzsolni és beadni. Az, aki beadja, előtte ne egyék. Három napon át háromszor adj ebből az italból minden egyes ökröknek. Úgy oszd be, hogy amikor harmadszor adtál mindegyiknek, akkor fogjjon el az egész; maga az ökör és az, aki beadja, a magasban álljon. Faedényben adja be.* (70., Kun József fordítása) Nem tudjuk, mennyire használt ez a gyógyszer az ökröknek, de azt megállapíthatjuk, hogy a racionális kezelés egyáltalán nem vált el a mágikus elemektől (pl. aki beadja a szert, előtte nem ehet, a szert magasban állva kell elkészíteni).

A FOLYÉKONY ORVOSSÁG

A bor és a sör készítése az antik világban sem volt ismeretlen. Talán csak az elkészítési mód (és az ízük) az, amiben különböztek mai megfelelőjüktől. Mindkét ital fontos részét képezte a mindennapi életnek, ugyanis tiszta víz hiányában, a nagy melegben hűsítő italnak számítottak. Ráadásul a két ital közül a bornak még gyógyító szerepet is tulajdonítottak (a sörnek is, csak ritkábban). A bor kis mennyiségben már abban az időszakban is csodaszernak számított (arról persze eltértek a vélemények, mennyi is számít kicsinek...). A csodaszernak szó hallatán nem minden esetben csak a fogyasztására kell gondolnunk. A bort ugyanis nemcsak megetták, habár ezt nagyon gyakran és meglehetősen nagy mennyiségben tették, hanem különböző ételek, sőt gyógyszerek alapanyagaként is használták. Hippokratés *Az életmódról* című művében pontosan leírja, hogy a különböző borfajták fogyasztása – az édes, száraz, kesernyés, fehér- és vörösbor – milyen hatással lehet az emberi szervezetre: *...A fehér- és kesernyés borok úgy melegítenek fel, hogy nem szárítanak; inkább víz-, mint hashajtók. A fiatal borok megindítják a székletet, mert közelebb állnak a musthoz, s egyúttal táplálóbba is. Az azonos korú borok közül a zamatosabbak hajtanak meg inkább, nem pedig azok, amelyeknek nincs zamatuk; ez azért van, mert az előbbieket érettebbek...* (52., Havas László fordítása)

Az idézet alapján megállapíthatjuk, hogy Hippokratés a bornak víz- és hashajtó hatást tulajdonított. Azt meg kell jegyezni, hogy receptjeinek jelentős részét, a kor szellemének megfelelően, megfigyelések, tapasztalatok, illetve más emberek elbeszélése alapján rögzítette.

Cato *A földművelésről* szóló munkájában már azt taglalja, hogy hogyan kell olyan bort készíteni, amely székrekedés ellen használ: *...Amikor a szőlőtöskéket körülásod, néhányat jelölj meg vörös festékkel, nehogy összetéveszd borukat a többi borral. Három kis nyaláb fekete hunyort tégy a gyökerek köré, s szórd be földdel. Szüretkor azt a szőlőt, melyet ezekről a tőkéről leszedesz, tedd külön. Ebből a borból egy cyathusszal önts valamilyen más italba. Meghajtja a hasadat, és másnapra veszély nélkül kitisztítja.* (115.). Cato ezen kívül még olyan borból készült receptet is ajánl az embereknek, amely nemcsak a székrekedésben szenvedőknek ad megkönnyebbülést, hanem azon betegek számára is, akik vizeletproblémákkal küszködnek.

Hippokratés másik jelentős munkájában, amelynek címe *A folyadékok használatáról*, már részletesebben beszámol a bor betegségekre gyakorolt jótékony hatásáról (128. 5). Szabályozza, hogy hogyan, milyen formában kell a különböző fajtájú borokat használni az eredményesebb gyógyulás érdekében: *Hűsítő italként (lázcsillapításra) igyál olyan hideg bort, mint a leghidegebb víz, amelyet lemosásra, beöntésre vagy fürdőzésre használj. Összehúzó szerként használj vörösbort, amelyben gyapjút áztattak, esetleg répalevelet és finom vászonszövetet, amelyet gyakran mártogatsz vörösborba. Másik összehúzó szer, ami olyan, mint a borostyán levele,*

a fehérbor. Ezek alapján megállapíthatjuk, hogy a bor nemcsak kiváló vizelet- és hashajtó szer, hanem egyéb betegségek kezelésénél is fontos szerepet tulajdonítottak neki.

Hippokratés mellett Aristotelés, Galénos és Sóranos is, hogy csak néhány nagy nevet említsek, beszámol a bor jótekonny hatásáról. Aristotelés *Állattan* (*Historia Animalium*) című munkájában leírja, hogy a malacokat háromféle betegség támadhatja meg (603b). Az egyik betegség az *anthrax*, vagyis a száj- és körömfájás. A másik kettő pedig kiszáradáshoz vezet. Az utóbbi kettő közül az egyik fejfájással és a fej elnehezülésével jár, míg a másikat krónikus hasmenés kíséri, s ez az, ami majd a kiszáradást okozza. Ez utóbbi gyógyíthatatlan, de az előző esetén enyhíthető a fájdalom akkor, ha bort öntünk a sertések orrába, vagy ha borral lemoszuk az orrlyukaikat. Aristoteléshez hasonlóan Cato *A földművelésről* szóló könyvében (73.) leírja, hogy mit kell tennünk, ha azt akarjuk, hogy az ökör egészsége maradjon: ... *ha valahol kígyóbőrt látsz, vedd fel és tedd el, hogy ne kelljen keresni, amikor szükség lesz rá. Ezt a bőrt morzsold bele borba tönköllyel, sóval, kakukkfűvel, s valamennyi ökör ezt igya.* Ebből a kis leírásból kiderül, hogy nemcsak az embereket kezelték szívesen borral, hanem az állatokat is.

Sóranos ugyancsak hangsúlyozza a bor fontosságát *A nők betegségeiről* szóló írásában. Művében leírja, hogy a bor kis mennyiségben kedvező a terhes anyának, ugyanis enyhíti a fájdalmait és segíti ellazítani. A bort, Hippokratéshez hasonlóan, szintén összehúzó szerként említi: *Ha azonban erősebb összehúzó szerre lenne szükség a hányás miatt, borogatást használjunk, amely savanyú borba vagy hígított ecetbe áztatott vagy benne főtt száraz datolyából, hasonlóan főtt almából és birsalmából áll, akár külön-külön, akár datolyával keverve, akár az említett viaszos elegybe dolgozva.* (50.)

Sóranos a bort mint fogamzásgátló szert és mint abortívumot is emlegeti munkájában. Fogamzásgátló szer: *Vagy a közönsülés előtt kenje be (méhszáját) nedves timsóval, vagy borral kevert galbanummal, vagy inkább helyezzen fel abban áztatott finom szövésű gyapjúdarabot a méhszájba, vagy a közönsülés előtt használjon fogamzásgátló hüvelykúpokat, amelyek összehúzzák és elzárják az utat.* (61.)

Abortívum: *Három drachma rutalevelet, két drachma mirtuszt és ugyanennyi babérlevelet borba áztass be, és itasd meg vele.* (65.)

A szerzők által ismertetett leírások alapján elmondhatjuk, hogy a bor nemcsak összehúzó szer, gyógyszer, has- és vizelethajtó szer, hanem segít megakadályozni a teherbe esést, sőt abortív tulajdonságokkal is rendelkezik. Ezen kívül, mint láttuk, nemcsak emberek, hanem állatok gyógyítására is előszeretettel használták.

ECETBEN AZ IGAZSÁG

Az ecetet a borhoz hasonlóan az élet minden területén felhasználták. Mesterszakácsunk, Apicius receptek sokaságánál

említi meg az ecetet, mint a savanyítás, pácolás és a tartósítás fontos kellékét: *A sárgabarack tartósítása. Válogasd ki a legszebb sárgabarackokat, és tedd őket sós vízbe. Másnap vedd ki, alaposan törölgesd meg, majd tedd egy edénybe. Szórj rájuk sót, ecetet és borsikafűvet.* (I. 12. 11)

Hippokratésnél sem hiányozhatott az ecet. A *folyadékok használatáról* című könyvében beszámol róla (128), hogy az ecet ugyanolyan hatással van a bőrre és az ízületekre, mint a tengervíz, sőt eredményesebb hatást érünk el vele, ha gőzfürdőben vagy lemosásnál alkalmazzuk. A lepra legjobb ellenszerének tekinti. A *járványokról* szóló munkájában is leírja, hogy az alsó végtagok, a csípő és a lábak fájdalma ellen legjobb, ha tengervizet, ecetet és meleg vizet keverünk össze, majd tengeri szivacsot mártunk bele, és ezzel kengetjük végtagjainkat (5. 58). Sóranos *A nők betegségeiről* című bábaképző tankönyvében szintén számos esetben említi az ecetet. Talán a legérdekesebb, hogy szerinte menstruációt előidéző szerként is használható: *Egy obolos borsmustár magot és fél obolos medvetalpat ecet és méz elegyében meginni.* (I. 63)

Az ecet tehát fontos konyhai alapanyag, ugyanakkor segít az ízületek gyógyításában, ráadásul menstruációt előidéző hatással is bír.

ÉDES, MINT A MÉZ

A mézet, az előzőekben felsorolt folyadékokhoz hasonlóan, az élet minden területén meg lehetett találni. A konyhaművészetben édesítőszerként, tartósítószerként és a pácolás alapanyagaként használták előszeretettel, pl. Cato és Apicius. Emellett a gyógyítás fontos alapanyagát is képezte. Kenőcsökben fekélyek, gyógyszerként köhögés és belső szervek kezelésére, valamint galandférgek kiűzésére használták.

Megjegyzendő, hogy a méz minősége területenként és a méhek által felkeresett virágoktól függően nagy változottságot mutatott. Attika egyik legdrágább exportcikke volt a kiváló minőségű athéni méz. Ugyanakkor veszélyes mézfajtákat is ismertek. Xenophón számol be róla, hogy a Fekete-tenger partján, a kolchosok földjén mérgező méz termelt (*Anabasis*, 4. 8. 20): *Egyébként nem volt ott semmi, amit megcsodálhattak volna, csak rengeteg méhkaptár, és azok a katonák, akik a lépes mézből ettek, mind megzavarodtak, hánytak, és hasmenésük volt, és nem tudtak megállni a lábukon. Aki keveset evett belőle, olyan volt, mintha rettenetesen berúgott volna, aki pedig sokat, az örültnek tűnt, és nem kevesen el is pusztultak. Legtöbbjük úgy feküdt ott, mintha csatát vesztek volna, és szörnyű kedvetlenség lett rajtuk úrrá. Másnap nem halt meg senki, és szinte egyazon órában tértek mind eszméletre, a harmadik és negyedik napon pedig felkeltek, mintha mérgezésből gyógyultak volna ki.* (Fein Judit fordítása) A mérgezés titka egy azalea-fajta volt, amelynek hatóanyaga az Andromedotoxin.

Aristotelés az *Állattan* (553, 624–627) című munkájában arra keresi a választ, hogy milyen méhfajok vannak, miként

élik mindennapi életüket a kaptáron belül és kívül, hogyan oszlik meg a munka a méhgazdaságokban, miképpen szervezik meg a méhek a méz (virágpör) begyűjtését, illetve melyik az az évszak, amikor a legfinomabb mézet készítik.

Arisztotelészhez hasonlóan Varro (Kr. e. 2–1. század) *A mezőgazdaságról* (III. 16. 4–17) írott könyvében több fejezeten keresztül számol be a méhfajtákról, a méhtelepítésről, a méhek lakhelyéről, a méhek betegségeinek gyógyításáról, a különböző mézek előállításáról és eladásáról. Ugyanakkor megemlíti, hogy *propolisnak nevezik azt az anyagot, amelyből védőpárkányt készítenek a bejárati nyíláshoz a kas elé, főleg nyáron. Ugyanezt az anyagot használják az orvosok is ugyanezen a néven flastromokhoz, ezért a Szent-úton még többre is kerül, mint a méz.* (III. 16. 23)

Hippokratés, aki jóval korábban élt Varrónál, *Az életmódról* szóló értekezésében már azt írja, hogy a méz kiváló hashajtó és hasfogó tulajdonsággal bír. Ez attól függ, hogy milyen betegeknek adjuk a mézet, illetve milyen más szerrel keverjük. Sóranos *A nők betegségeiről* című tankönyvében beszámol a méz fogamzásgátló hatásáról: *Az is segít a fogamzás megakadályozásában, ha a méhszájat a közönséges boróka gyantájával vagy opobalzsammal, akár önmagában használja ezeket, akár úgy, hogy ólomfehérrel keveri őket, vagy mirtuszolajból és ólomfehérből készült nedves viasszal.* (I. 61)

Ha az összes idézetet megnézzük, akkor szembejűnik, hogy a fokhagymától kezdve a boron és eceten át a mézig, az anyagokat majdnem minden esetben más növényvel, folyadékkal, illetve anyaggal vegyítve használták. A konyhaművészetben fontos, mit mivel kever össze az ember, hiszen csak így kapjuk meg azt az ízvilágot, ami a legtökéletesebb. Emellett nagyon fontos, hogy a mesterszakács eltalálja az arányokat. Nem mindegy ugyanis, hogy egy sült hús készítésénél mennyi olajat, esetleg bort vagy fokhagymát használ. Volt persze egy különös kivétel: a bors. Mivel a rómaiaknál (éppúgy, mint a középkorban) a borshoz csak méregdrágán lehetett hozzájutni, a gazdagoknál az ételeket szinte ehetetlenül elborsozták, csak hogy fitogtassák vagyonukat (Montanari, *Éhség és bőség*, 77–83.).

VÉGY EGY DRACHMA KORIANDERT

Felvetődik a kérdés, vajon minden esetben a fűszernövény vagy esetleg a folyadék (bor, ecet) az, amely felelős a kiváltott hatásért. A válasz nem is olyan nehéz. A főzés esetében igen. Hiszen ha egy kukta az első vizsgáján túlzottan megsózta, illetve megecetezi a tökfőzeléket, akkor jobb, hogyha abba is hagyja az iskolát. A főzéshez érzés is kell. Nem így van ez a gyógyszerek elkészítésénél. A kérdésre a válasz ebben az esetben már összetettebb. Először a bábák, majd az orvosok, végül pedig az orvosnők kísérletezték ki, hogy mit mivel keverve, milyen mennyiségben és főként milyen arányban használva érik el a legjobb hatást a gyó-

gyításban. Ma pedig arra vagyunk a leginkább kíváncsiak, mennyire bizonyítható az adott növények vagy receptúrák gyógyító hatása. Már csak azért is, mert a természetgyógyászok előszeretettel nyúlnak vissza az ősi idők gyógynövényeihez. Az alábbi táblázat segítségével azt vizsgáltam meg, hogy a Sóranos nőgyógyászati munkájában abortív és fogamzásgátló hatásúként említett növények közül hányról

A Sóranos által használt növények abortív és fogamzásgátló hatása

NÖVÉNY NEVE	LATIN NEVE	ABOR- FOGAMTÍV ZÁSGÁTLÓ HATÁS	HATÁS
Orvosi ziliz, fehér mályva	ALTHAEA OFFICINALIS L.		
Aloé	ALOË VERA L.	+	+
Fekete üröm	ARTEMISIA VULGARIS L.	+	+
Abszint, fehér üröm	ARTEMISIA ABSINTHIUM L.	+	+
Közönséges babér, nemes babér	LAURUS NOBILIS	+	
Közönséges magrugó	ECBALLIUM ELATTERIUM L.	+	
Borsmustár	ERUCA SATIVA L.		
Gyömbér	ZINGIBER OFFICINALE L.	+	
Csillagfürt (erdei), farkasbab	LUPINUS ALBUS L.	+	
Írisz, nőszirm (kerti vagy kék) halvány nőszirm, violagyökér	IRIS FLORENTINA L.	+	
Füge (szárított)	FICUS CARICA		
Zsázsa	LEPIDIUM SATIVUM L.	+	
Kardamom, malabári kardamom	ELETTARIA CARDAMOMUM		
Sártök	CITRULLUS COLOCYNTHIS	+	
Közönséges boróka, gyalogfenyő, borovicakfenyő	JUNIPERUS COMMUNIS L.	+	
Csalán (nagy)	URTICA DIOICA L.	+	
Koriander, koldusbors, cigánypetrezselyem	CORIANDRUM SATIVUM L.		
Ciklámen	CYCLAMEN GRAECUM L.	+	
Henna	LAWSONIA INERMIS L.	+	
Fehérviole, téli viola	MATTHIOLA INCANA L.	+	
Len	LINUM USITATISSIMUM L.	+	
Erdei mályva	MALVA SILVESTRISS L.		
Mirtusz	MYRTUS COMMUNIS L.	+	
Gileád balszama, opobalzsam	COMMIPHORA OPOBALSAMUM ENGL.		
Opopanax, panax	GUMMIRESINA OPOPANAX		
Fehér bors	PIPER ALBUM	+	+
Ruta (kerti, szagos)	RUTA GRAVEOLENS L.	+	
Fenyő (kéreg)	PINEUS	+	
Gránátalma	PUNICA GRANATUM L.	+	+
Cserszömörce	RHUS COTINUS L.	+	
Fokhagyma	ALLIUM SATIVUM L.	+	
Mírha	COMMIPHORA MYRRHA	+	
Medvetalp, tehén-paszternák, császárgyökér	HERACLEUM SPONDYLIIUM L.		
Görögszéna, görög lepkeszeg	TRIGONELLA FOENUM- GRAECUM L.	+	
Galbanum	FERULA GALBANIFLUA BOISS.	+	
Vérehulló fecskefű	CHELIDONIUM MAJUS L.	+	
Tönköly (búza)	TRITICUM SPELTA L.		

állítható ma is ez teljes bizonyossággal, illetve azt, hogy ezek közül mennyit ismer már hétszáz évvel korábban Hippokratés. Mint látjuk, a Sóranos által használt növények túlnyomó többségéről, 73%-áról a modern farmakobotanikai kutatás is igazolta, hogy abortív hatással rendelkeznek. Néhányuk esetében pedig a fogamzásgátló hatást állapították meg. Hippokratés ezek közül a növények közül

19-et említ meg, amelyek ugyancsak 73%-áról mutatható ki abortív vagy fogamzásgátló hatás. A fenti adatok alapján megállapítható, hogy ebből a szempontból nem hozott érzékelhető változást a két szerző közt eltelt mintegy 700 esztendő. Az ősi receptek jelentős része pedig még ma sem bizonyul hatástalannak.

IRODALOM

- Apicius, *Szakácskönyv a római korból*, Enciklopédia, Budapest, 1996.
- Cato, *A földművelésről*, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1966.
- Dános Béla, *Farmakobotanika. A gyógynövénytan alapjai*, Argumentum, Budapest, 2002.
- Farnsworth, Normann N.–Bingel, Audry S.–Cordell, Geoffrey A.–Crane, Frank A.–Fong, Harry H. S., „Potential Value of Plants as Sources of New Antifertility Agents I–II”: *Journal of Pharmaceutical Sciences* 64 (1975) 535–598; 717–754.
- Faure, P., *Parfumes et Aromates de l'Antiquité*, Paris, 1987.
- Győry Hedvig, „Tölts be százötz évet a földön és tagjaid maradjanak erősek”. *Életmód és egészség az ókori Egyiptomban*, Kriterion, Kolozsvár, 2003.
- Montanari, Massimo, *Éhség és bőség*, Atlantisz Kiadó, Budapest, 1996.
- Rätsch, Christian, *A szerelem füveskertje. Afrodisziákumok a mítoszokban, a történelemben és napjainkban*, Terra, Budapest, 1994.
- Varro, *A mezőgazdaságról*, Akadémiai Kiadó, Budapest, 1971.
- Válogatások a hippokratési gyűjteményből*, Gondolat Kiadó, Budapest, 1991.