נענה משובלת Mentha longifolia פורחת במקווי מים (אוקטובר 2017)

כתבה: **ערגה אלוני**

נענה משובלת *Mentha longifolia* (שפתניים) היא בן-שיח עשבוני ירוק כל השנה שגדל במקומות לחים באזור הים תיכוני והמדברי. גובהה 50–80 ס"מ, גבעולי הצמח דקים בעלי ארבע צלעות, לרוב זקופים מסועפים מבסיסם, ומעט שעירים. העלים ירוקים, רכים בעלי צבע כהה. פשוטים, צורתם מאורכת עד אזמלנית, שפתם לעתים משוננת, מסודרים נגדית על הגבעול. פטוטרת העלה קצרה והעלים נראים כיושבים על הגבעול. אורך הטרף כ-4-3 ס"מ ורוחבו 2-1.5 ס"מ. נגיעה בעלים גורמת להפרשת ריח מנתה חריף. ניצני החיק הצמודים לעלים מתפתחים במהירות לענפים צדדיים והצמח גדל במהירות.



נענה משובלת – מראה כללי. צילמה: ערגה אלוני ©

נענה משובלת פורחת מיוני עד אוקטובר. הפרחים קטנים, אורכם כ-5 מ"מ, צבעם ורוד סגול, מסודרים בתפרחת דמוית שיבולת שבה הפרחים ערוכים בדורים צפופים, המתחילים לפרוח בסדר מלמטה כלפי מעלה. גביע הפרח מאוחה בן 10-13 עורקים בולטים ו-5 שינים חדות. הכותרת דו-שפתנית דמוית משפך, שעירה בצידה החיצוני, בת 4 אונות דומות באורכן. ארבעת האבקנים בעלי מאבק מעוגל, קבועים על צינור הגביע. הבשלת המאבקים קודמת להבשלת הצלקות. בשלב הנקבי עמוד העלי מתארך ובולט החוצה מהכותרת ולו שתי צלקות מוארכות ופשוקות לצדדים. השחלה עילית.







נענה משובלת - תפרחות. צילמה: ערגה אלוני ©
להגדלה - לחצו על התמונות

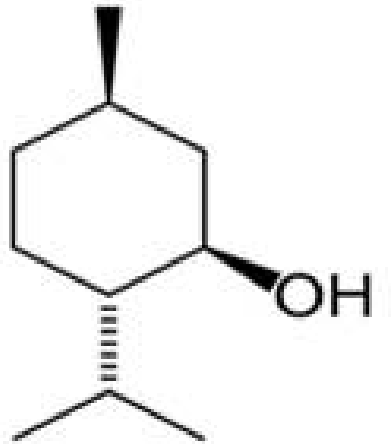






נענה משובלת - פרחים בתפרחת בתקריב. צילמה: ערגה אלוני ©
מימין - פרחים בשלבי פריחה שונים; במרכז - פרחים בשלב הזכרי; משמאל - הכותרת מאוחה ושעירה נתונה בתוך הגביע, האבקנים בולטים מצינור הכותרת.
להגדלה - לחצו על התמונות

הצמח מואבק ע"י חרקים. הפרי בנוי מ-4 פרודות עגולות הנתונות בתוך הגביע. הצמח מתרבה גם ברבייה ווגטטיבית באמצעות שלוחות המכות שורש במפרקיהן, וגם ע"י זרעים. הוא גדל בקרקעות מוצפות בחורף, בגדות נחלים ובמעיינות.



מולקולת מנתול ($C_{10}H_{20}O$)
(Menthol)

בעלי הנענה ובחלקי הצמח האחרים, מצויות שערות בלוטיות בהן נאגרים שמנים אתריים, בעיקר מנתול שהוא המרכיב העיקרי בשמן האתרי של הצמח. מנתול היא תרכובת אורגנית קטנה של פחמן מימן וחמצן, בעלת מסיסות נמוכה במים המסיסה בחומרים כימים כמו באתנול, אצטון, שמנים שונים ועוד.
כשממוללים את העלה מתפרק תא הבלוטה, והשמן האתרי הריחני מתנדף. התועלת של חומרים אלה לצמח הם בהרחקת בעלי-חיים, בעיקר חרקים, מלאכל את חלקי הצמח. החומר פועל על תאי אפיטל בגוף, הרגישים לטמפרטורה בעיקר בפה במערכת הנשימה, והעור. דרך האפיטל החומר מגיע אל העצבים האחראים לתחושת חום וקור ומגביר את הרגישות לקור. על כן אכילת נענע יחד עם שאיפת אוויר, גורמת לתחושת "רעננות" וקירור.
המנתול והחומרים הנוספים שבשמן האתרי של הצמח משמשים את האדם לצרכיו הרפואיים והוא נחשב ביותר ברפואה העממית. משתמשים בו תוך יצירת תמיסת עלים מורתחים קרה או חמה. התמיסה משמשת כתרופה לקשיי נשימה, לחיזוק החניכיים, שיכוך כאב בטן, הקלה בכאב ראש ומפרקים כנגד דלקת עיניים, שיעול, בחילה, חולשה ועייפות, הגברת הכושר המיני, ועוד.
ברפואה כיום משמש מנתול למספר צרכים: ברפואת שיניים, במשחות שונות להקלת כאבים ולהרפיה של שרירים חלקים כנגד גירויים במעיים. החומר הוא מרכיב חשוב במשחות הפועלות על הקולטנים בעור הרגישים לקור, ויוצרים את תחושת הקירור.
אסטרים של מנתול משמשים גם להוספת ניחוח פרחים לבשמים. מרבים להשתמש בנענה כמשקה מרענן חם או קר, לטיהור אויר ובישום, לתיבול ממתקים, כתוספת לתבשילים שונים ולמשקאות.

תפוצתה העולמית של **נענה משובלת** נרחבת. הצמח גדל בארצות הים התיכון באירופה, באמריקה, במרכז ומערב אסיה, בצפון ודרום אפריקה (לא באזורים טרופיים).
הצמח מגודל בתרבות כצמח גינון ובעיקר בחקלאות כתבלין. מגדלים את המין התרבותי **נענה חריפה** שלה שני זנים (ספרמינט, *Mentha piperita* וספירמינט *Mentha spicata*) המשמשים כצמחי תבלין ולהפקת שמן המנתול. צמחים אלה גדלים בקרינה מלאה ברוב הקרקעות.
בסוג 25 מינים, בארץ גדלים שלושה מינים: **נענת הכדורים** *Mentha pulegium*, **נענת המים** *Mentha quatica* ו**נענה ריחנית** *Mentha suaveolens*.

ספרות:

פינברון-דותן נ ודנין א 1991 המגדיר לצמחי-בר בארץ-ישראל. כנה. ירושלים. עמ' 219-218.

קריספיל נ 1985 צמחי מרפא, מדריך שדה לצמחי המרפא של א"י. הוצאת דפוס המקור.

———————————————————————————

PlantZAfrica http://pza.sanbi.orgmnjhh

Flora of Zimbabwe http://www.zimbabweflora.co.zw

Go Botany – New England wild Flowers Society. https://gobotany.newenglandwild.org

Mikaili P Mojaverrostami S Milad Moloudizargari M and Aghajanshakeri S 2013 Pharmacological and therapeutic effects of Mentha longifolia L. and its main constituent, menthol. Jurnal list, Amc. Sci. Life v 33(2).

==========

כל הזכויות שמורות ל"כלנית" ©

ציטוט: אלוני ע 2017 נענה משובלת Mentha longifolia פורחת במקווי מים (אוקטובר 2017), פורחי החודש, כתב-עת "כלנית" מספר 4.
https://www.kalanit.org.il/mentha-longifolia-10-17