

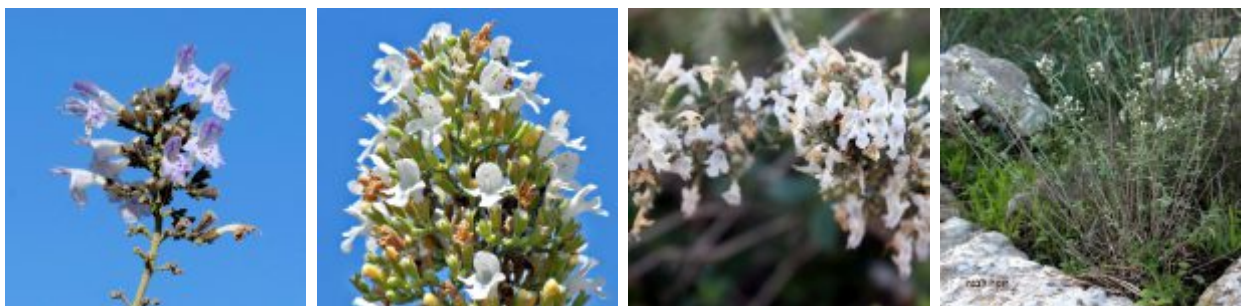
זוטה לבנה *Micromeria fruticosa* פורחת בסלעים

בחבל הים תיכוני (אוקטובר 2016)

כתבה: ערגה אלוני

זוטה לבנה *Micromeria fruticosa* היא בן-שיח ממשפחת השפתניים האופייני לבתי גידול סלעיים בחבל הים תיכוני ועד אזור הספר הים תיכוני (300-400 מ"מ גשם בשנה). הצמח מסועף מגיע לגובה 40-100 ס"מ, בעל צבע מאפיר, המשחרר חומרי ריח נעימים כאשר ממוללים את עליו.

הגבעולים זקופים מצולעים ומכסיפים. הענפים מהשנה שעברה מעוצים בבסיסם הענפים הצעירים עשבוניים. העלים קטנים דמויי ביצה מסודרים נגדית על הגבעול. הפטוטרט עוברת בהדרגה לטרף, ללא גבול ברור ביניהם. העלה בשטחו התחתון שעיר וקטיפתי בצדו העליון השער דליל. יש הבדל בין עלי הקיץ לעלים שהתפתחו בעונה הלחה. אלה גדולים יותר ועגולים. הפרחים מסודרים בדור שמסתעף לדורים נוספים. הפרח דו מיני, צבעו לבן עד סגול חיוור, דו-שפתיני אורכו 10 מ"מ. הגביע דמוי פעמון, בעל 13 עורקים ו5 שיניים שוות בארכן. הכותרת דו שפתנית בולטת מתוך הגביע. השפה העליונה זקופה בת שני עלים מאוחים. השפה התחתונה בת שלוש אונות האמצעית היא הרחבה מהן. אבקנים 4 שונים בארכם. זוג קדמי ארוך מהזוג השני. השחלה עילית מחולקת ל4 אונות. עמוד העלי עולה מבין אונות השחלה. הפרי מתפתח בגביע, נוצרות 4 פרודות המבשילות לאחר ההפריה. האבקת הפרחים ע"י חרקים.



זוטה לבנה

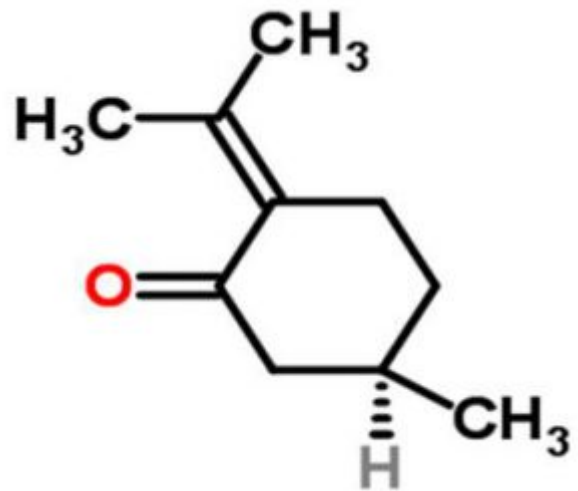
ראשונה מימין - הצמח בבתה ים-תיכונית על דרגשי גיר. ערגה אלוני ©; שנייה מימין - הפרחים מסודרים בדורים צפופים. הכותרת לבנה דו שפתנית ערגה אלוני ©; שתי התמונות משמאל - פרחים מקרוב: גביע, כותרת, עמודי עלי וצלקות. ליאור אלמגור ©
להנדלה - לחצו על התמונות

תפוצתו העולמית של הצמח משתרעת בארצות מזרח הים התיכון, מיוון טורקיה עד לארץ-

ישראל. בארץ, בחבל הים תיכוני הצמח גדל על סלעי גיר.

זוטה לבנה מכילה בגוף הצמח בעיקר בעלים, שמן אתרי שמקנה לצמחים את ריחם. המרכיב העיקרי של השמן הוא החומר פולגון pulegone (מונוטרפן קטוני). אבל בצמחים לא מעטים ובאותה אוכלוסייה, נמצא שלהם שמן אתרי עם הרכב כימי שונה, המכיל פיפריטון ופיפריטון אוקסיד. כלומר, יש שונות כימית בין צמחים מאותו מין באותו אזור ובאותם תנאים סביבתיים בה גדלו.

החומר פולגון pulegone, משפיע על יכולת הנביטה של זרעים של צמחים אחרים (אללופתיה). הוא ידוע כחומר רעיל הפועל על חרקים שונים כמו פרעושים, ועל החידק ה E.coli, מה שיכול להסביר את יעילות השימוש בזוטה ברפואה העממית כנגד כאבי בטן שמקורם זיהום. כמו כן הוברר שתמצית כוהלית של **זוטה לבנה** פועלת כחומר אנטי-דלקתי. תמצית מיימית פועלת כחומר אנטי-סרטני מהסוג של תאי סרטן המעי והשד, והוא גם חומר אנטי דלקתי, וחומר מונע כיבים.



מולקולה של פולגון pulegone

הרפואה העממית מייחסת לזוטה סגולות רפואיות לא מעטות: שמן או חליטה, משמשים כנגד כאבי בטן, שיעול, הצטננות; הורדת לחץ דם, ריפוי פצעים, דלקות וכוויות. בזוטה משתמשים גם לצרכים שאינם רפואיים כמו בישום דבלים, תיבול לֶבָן וגבינה, הרחקת עש ובישום בגדים ע"י תליית ענפים בארון הבגדים. בעיקר ידועה הזוטה כצמח לחליטת תה, שנוסף לסגולות הרפואיות הוא טעים ובעל ריח נעים. הפולגון Pulegone המצוי **בזוטה לבנה** (וגם **בנענת הכדורים**) יכול להיות רעיל ומסוכן כחומר מרוכז (80%-90%). השימוש בו צריך להיות תחת ביקורת רפואית. הוא מאושר לשימוש בחליטה מימית בלבד, שבה יורד

הריכוז של השמנים.

הצמח מוכר כצמח גינון פופולרי בעיקר במקומות המתמחים בצמחי מרפא ותבלין. הצמח עמיד, בעל צבע אפור ירוק מיוחד הבולט על רקע צמחים ירוקים אחרים. פורח זמן רב ושומר על חיוניות בגינה, ובעיקר, מתרבה בה באופן ספונטני.

בישראל גדלים 4 מיני זוטה השונים זה מזה. שלושה מהם: **זוטה מעורקת, זוטה צפופה, זוטה לבנה**, גדלים באזור הים תיכוני. זוטה **סיני גדלה** במדבר.

זוטה מעורקת היא בעלת כותרת ארגמנית והגביע מכוסה שערות ארוכות ממושקות. הגביע מתפרק מצמח האם לאחר ההבשלה. **זוטה צפופה**, גם לה פרחים ארגמניים, הגביע בעל שערות קצרות הדוקות. שיני הגביע קצרות כמחצית מאורך הצינור. הגביעים הפוריים נשארים זמן רב על הגבעול. **זוטה סיני** שהיא צמח מדברי (וייתכן שהיא תת מין של **זוטה צפופה**) היא בעלת פרחים קטנים המותאמים לתנאי המדבר.

ספרות:

פינברון-דותן נ ודנין א 1991 המגדיר לצמחי-בר בארץ-ישראל. כנה. ירושלים.

קריספיל נ 1986-1983 ילקוט הצמחים הוצאת כנה.

שמידע א 2005 צמחי ישראל, המדריך השלם לצמחים ופרחים בא"י, הוצאת מפה.

[WWW. Herbalmedicine.Co.il](http://WWW.Herbalmedicine.Co.il)

=====

כל הזכויות שמורות ל"כלנית" ©

ציטוט: אלוני ע 2016 זוטה לבנה *Micromeria fruticosa* פורחת בסלעים בחבל הים

תיכוני (אוקטובר 2016), פורחי החודש, כתב-עת "כלנית" מספר 3.

<https://www.kalanit.org.il/micromeria-fruticosa>