



Dr. Magyar Donát,
a Nemzeti Népegészségügyi
Központ aerobiológus szakértője

Tervezzünk allergiamentes kertet!

Az elmúlt évek új kerttervezési szempontja az úgynevezett tüsszentésmentes kertek megalkotása. Jó hír, hogy egyáltalán nem kell vészesen leszűkített növénylistából választanunk, sőt, a legszebb, legillatosabb méhcsalogató virágok lesznek a legjobb megoldások az allergia elkerülésére. Dr. Magyar Donát, a Nemzeti Népegészségügyi Központ aerobiológus szakértője igazítja el a BBC Kertvilág olvasóit a témában.

SZÖVEG: PATKÓ ÁGI; FOTÓ: SHUTTERSTOCK





A honlapunkon található egy több száz fajtát tartalmazó lista, ami ilyen szempontból sorolja be a növényeket.”

Mi a helyzet a fákkal, bokrokkal?

A kertekben gyakori fák közül is több erősen allergén. Ilyen a mogyoró és az éger, amely az eddig megszokott, január eleji virágzás helyett ma már november-től szórhatja a polleneket, és a nyírfa, ami azonban a klímaváltozás hatására lassan visszaszorul. „A klímaváltozás valóban megszabadít néhány allergéntől. Viszont azok a fák, amelyek nem bírják a melegedő éghajlatot, például a hárs néhány fajtája, nem pusztulnak el gyorsan, hanem akár éveig kínlódnak, és közben olyan gombabetegségek telepednek meg rajtuk, amik önmagukban is allergének vagy kórokozók. A hasadtlemesű gomba például szinte ellepi a városban a klímaváltozás vagy rossz gondozás miatt sínylő hársakat. És persze arra is figyelni



kell, hogy a melegedéssel új növények jönnék be a régiek helyére. Ezeknél most még megakadályozhatjuk, hogy újabb, allergiát kiváltó pollenszórókkal ültessük

„Mivel fát, sőt bokrot sem egy évre ültetünk, hosszú időre meghatározza az életminőségünket, hogyan állítjuk össze a környezetünk flóráját.”



Tüsszögéssel töltött nyarak, viszketű szemek, telefűjt zseb-kendők: biztosan nem ezekért a kellemetlen mellékhatásokért költözik valaki kertés házba. Magyarországon durva becslés szerint minden negyedik ember küzd allergiás tünetekkel, így nem véletlen, hogy a világ sok más országához hasonlóan nálunk is megjelent egy új szempont a kerttervezésben. Mivel fát, sőt bokrot sem egy évre ültetünk, hosszú időre meghatározza az életminőségünket, hogyan állítjuk össze környezetünk flóráját. Az allergiamentes kertek tervezése azért is fontos, mert attól, hogy valaki jelenleg nem allergiás semmilyen pollenre, a következő szezonban már elkezdhet tüszögögni.

Bevisszük a házba

„A Nemzeti Népegészségügyi Központban jelenleg is készül egy tanulmány, amelyhez új építésű házak lakásaiban vizsgáltuk a pollenek jelenlétét. Azt figyeltük meg, hogy ezekben az új, jól záródó ablakokkal épült épületekben is sok pollen van, ami kívülről származik. Legnagyobb mennyiségben a parlagfű és a tujaféle virágpórák mutattak ki. Ebből is látszik, hogy főként a közvetlen

környezet, a saját kertünk pollenjei nem maradnak kint, magunkkal visszük őket a lakásba” – mondja a szakértő.

Tervezzük előre

A kertben legjobb tehát eleve elkerülni a mérgező és az allergén növények telepítését, de így is rengeteg fajból és fajtából választhatunk. „A kert nemcsak forrása lehet a virágpornak, de csökkentheti is a mennyiséget. A házat körbevevő háromszintű (gyep, cserje, lombkoronaszint) növényzav ültetésével kialakított zöldfelület sok port és pollent képes kiszűrni. A mostani trend szerint a legtöbb ház körül már az építész rajzán megjelenik egy magas, általában tujafélelőből álló sövény, nem véletlen, hogy a lakások belsejében a tuja pollen is jelen van. A sövény nagyon hasznos szűrő, de válasszuk meg gondosan a fajtát. A most nagyon divatos, gyorsan magásra növe Leyland ciprusnak is több fajtája van, amelyek közül a *Leighton Green* például nagyon agresszív pollentermelő” – figyelmeztet dr. Magyar Donát. A sövény mellett általában az élő növények elhelyezését tervezzük meg először egy kertnél. „A fák esetében is előfordulnak ilyen különbségek a fajták között, ezért mindig érdemes utánanézni, melyiket választjuk.

tele a kertjeinket” – mondja a szakember, és felhívja a figyelmünket például az olajfára is, amely a mediterrán térség egyik fő allergén növénye. Ezek helyett azonban bő választékból válogathatunk. A rózsafélék családjába, az alma, körte, szilva, a díszcseresznye, például a japán virágfesztiválokról ismert kanzán cseresznye is jó választás. És jó hír, hogy sok fajból nemesítenek olyan fajtákat, amelyek nem termelnek annyi pollent és így nem veszélyesek. A bokrokra ugyanez igaz: a rózsák, a galagonya díszváltozatai is jó választások. „Ne felejtsük el azokat a növényeket sem, amelyekkel falakat, vagy akár olyan fákat is befuttathatunk, amelyek már a végüket járják. A vadszőlő, a borostyán sem allergén, viszont oxigént termel és szintén szűri a levegőt.”

Méhbarát és allergiamentes

A legelső szinten is érdemes odafigyelni a pollenmennyiség csökkentésére. Gondos ápolással megakadályozhatjuk, hogy az olyan gyomnövények, mint a parlagfű vagy a libatopfélék gondot okozzanak, és a túl magasra nőtt fű sem ideális. „A pázsitfűféle pollenje is allergizál, ez ellen a legjobb módszer, ha nem hagyjuk virágozni, vagyis nyírjuk a fűvet, és akár a díszfüveket is megnyrjuk a virágzás

előtt. Az egyári virágokkal nincs nehéz dolgunk: mivel az allergének nagy része szélbeporzású, rovaros a nagy, színes, illatos virágú rovarcsalogatókat. Tehát a méh- vagy pillangóbarát fajokkal nem tévedhetünk” – szögezi le az aerobiológus. Díszítsuk tehát bátran a kertünket hibiszkusszal, hortenziával, rózsával, de jó választás az azálea, a levendula és a muskátli is. Ha pedig kétségünk van, még vásárlás előtt tájékozódjunk akár külföldi honlapokon is az adott konkrét fajtáról. Mivel a nemesítők is elkezdtek alkalmazkodni az új elvárásokhoz, szinte minden növényből találunk majd tüszőtmentes változatot.