**Miodunka ćma** (Pulmonaria obscura Dumort.)

Liście są jadalne nawet na surowo, choć niezbyt smaczne. Ziele jest używane w zielarstwie głównie do leczenia chorób układu oddechowego, wspiera regenerację płuc (nawet w gruźlicy) i działając powlekająco pomaga leczyć oskrzela. Dawniej z tego względu nazywano ją „płucnikiem”. Możemy jej użyć także przy astmie lub dla oczyszczenia układu oddechowego z pyłów i substancji szkodliwych. Działa kojąco na śluzówkę żołądka, wspiera układ moczowy, możemy stosować zewnętrznie przy kłopotach ze skórą. Zastosowania lecznicze miodunki wynikają z zawartości łatwo przyswajalnej krzemionki, allantoiny, substancji śluzowych i wielu kwasów organicznych. Stosujemy w postaci naparów i maceratów ze świeżego lub suszonego ziela.

Przynależność systematyczna

|  |  |
| --- | --- |
| Domena | eukarioty |
| Królestwo | rośliny |
| Gromada | rośliny naczyniowe  |
| Podgromada | rośliny nasienne |
| Nadklasa | okrytonasienne |
| Nadrząd | astropodobne |
| Rodzina | ogórecznikowate |
| Rodzaj  | miodunka |
| Gatunek | miodunka ćma |

Ciekawostki

Kwiaty zmieniają kolor od różowego do fioletowego. Zależy to od odczynu chemicznego komórek a ten zmienia się w trakcie dojrzewania i przekwitania kwiatów. Może to być ułatwieniem dla zapylających miodunkę błonkówek, które w czasie krótkich, chłodnych wczesnowiosennych dni oszczędzają czas omijając kwiaty już przekwitające.

.

Występowanie i biologia

Na Podkarpaciu w lasach dość pospolicie występuje miodunka ćma, o zielonych liściach. Najnowsze badania systematyczne uznają ją za podgatunek miodunki plamistej (Pulmonaria officinalis), która występuje na zachodzie Polski i na Pomorzu. Jej forma o mocno nakrapianych liściach jest często uprawiana jako roślina ozdobna.

Miodunki to rośliny leśne, znajdziemy je w grądach i buczynach. Kwitną wczesną wiosną zanim pojawią się liście na drzewach i zanim dno lasu stanie się ciemne. Jest w zasadzie zimozielona i zachowuje część liści nawet pod śniegiem, co pozwala ją pozyskiwać nawet w zimie a to rzadkość w zielarstwie.



Miodunka ćma fot. Jolanta Harna

.



Miodunka plamista. Fot. Jolanta Harna