

# PLANT ID: Prh'ava dvojdomá

*Urtica dioica*



# PLANT ID: Pŕhľava dvojdomá: urtica dioica

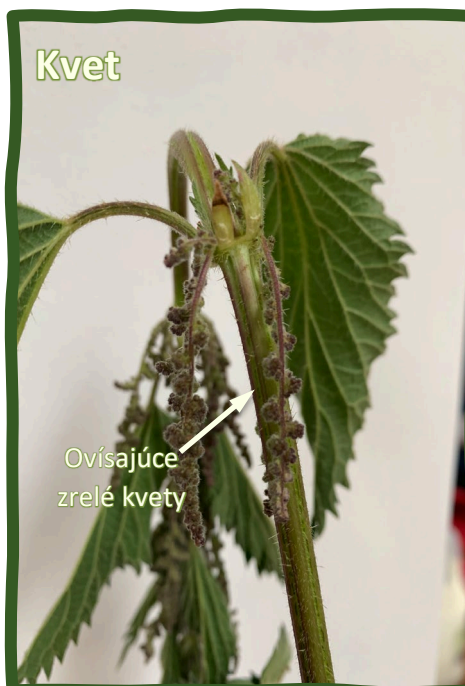
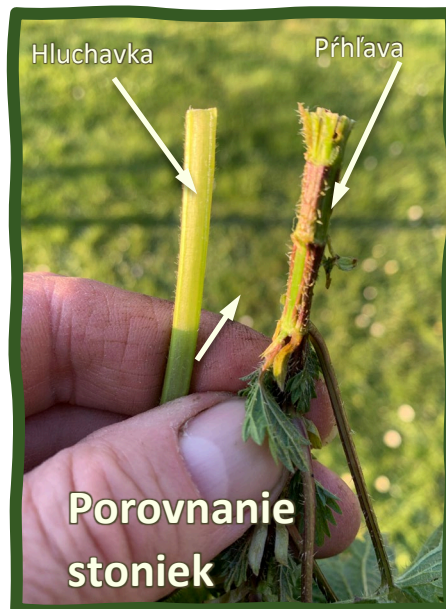
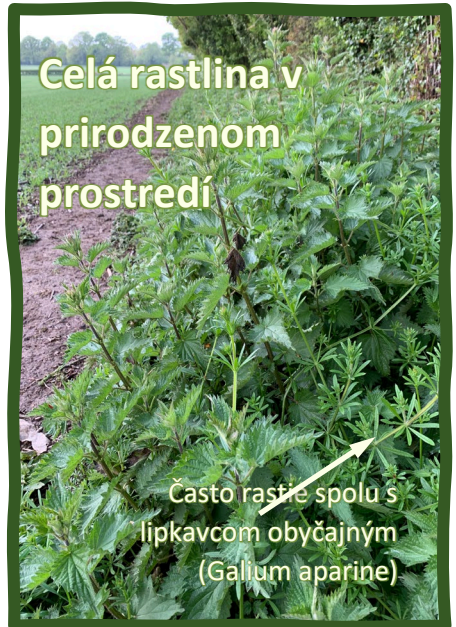
## Čary:

Pŕhľava sa tisíce rokov využívala na obnovenie krvného obehu, prevenciu artritídy v kĺboch a taktiež na zahriatie (popŕhlením). Pŕhlenie je nepríjemné len prvú pol hodinu, niekoľko hodín po popŕhlení zostáva pocit jemného brnenia. Ešte aj dnes sa využíva na liečenie pakostnice. Niektorí ľudia však môžu mať na popŕhlenie alergickú reakciu.

## Bud' šoumen:

Ohrom kamarátov tým, že zješ list pŕhľavy! Musíš len mať odvalu a opatrne palcom odstrániť zo spodnej časti listu chľpky, zrolovať list do úzkej tuby, potom ho zložiť. Potom si ho vlož do úst a s úsmevom prežúvaj!

**!**  
Počas kvitnutia a aj po ňom sú listy jedovaté.



## Užitočné identifikačné tipy:

Na jar/v lete/na jeseň: Listy sú charakteristické tým, že ak sa ich dotknete, popŕhliate vás; vďaka tomu budete na túto rastlinu vždy spomínať "s láskou!"

Koncom jari a začiatkom leta na hranici stoniek a listov ovisajú bledozelené kvety, pripomínajúce špagát z uzlíkmi.

Na jeseň/v zime: rastlina odumiera, no pri zemi vyrastajú nové výhonky a listy.

## Špeciálne znaky

Keď listy podrvíte alebo uvaríte, stratia svoje pŕhlivé chemikálie a dajú sa konzumovať. Napriek nebezpečnému výzoru a snahe popŕhlieť vás sú mladé listy pŕhľavy vynikajúce a obsahujú množstvo prospešných látok ako napríklad bielkovín, vitamínu C, betakaroténu, vápnika a iných minerálov.

# PLANT ID: Prhľava dvojdomá

*Urtica dioica*

## Základné údaje:

Súčasný stav: Minimálne riziko ohrozenia  
Výskyt: Rozšírená po celej Európe

### Popis (taxonómia)

Príslušník čeľade prhľavovitých (*Urticaceae*).

## Iné názvy

Známa aj ako prhľina, kopriva, koprivka a pod.



**Kvitnutie** od apríla do septembra.

**Štruktúra kvetu:** Malé bledozelené ovisajúce kvety rastúce na spojnici stonky a kvetu..



**Plody:** Nezaujímavé.

### List:

Môže byť rôznorodý. Vo všeobecnosti sú listy tmavozelené až stredne zelené, čo závisí od tienitosti miesta, kde rastú. Jednoduché listy majú výrazné zúbky na okrajoch a srdcovitý tvar hornej časti, kde sa spájajú so stopkou. Listy rastú v protistojných a striedavých pároch pozdĺž stonky. Majú pevnejšie chĺpky a tiež slabšie neprhľivé chĺpky po celom povrchu rastliny. Poznávacím znamením je vláknovitá stonka s vrúbkovaným obvodom.



### Prostredie:

Rastie vo veľkých trsoch na úrodných pôdach s bohatým obsahom fosfátov, teda najmä na pôdach obrábaných človekom; Ide o trvalku, ktorá rastie až do výšky dvoch metrov, pričom zlatožlté pakorene jej pomáhajú rozširovať sa.



## Čo si všímať



### Najlepší čas na zber/pozorovanie

Záleží na tom, čo s ňou chcete robiť!  
POZOR: Ak chcete prhľavu konzumovať, jar a následne jeseň sú najlepším časom na zber mladých lístkov z hornej časti rastliny (z horných 8cm) ešte pred vyrašením kvetov. Ostatné listy sú jedovaté.

Prhľivé chĺpky sú ako vlákna sklenenej vaty a vpúšťajú do kože chemikálie, ktoré spôsobujú svrbenie a začervenanie. Žije v rôznych prostrediach, no je typické nájsť ju v lesnatých oblastiach, na okrajoch ciest, v podrastoch živých plotov, na narušenej pôde, na kompostoviskách či v sadoch, ktoré pravidelne navštevujú poľnohospodárske zvieratá.

## Miesto v reťazci

Húsenice babôčky pávej a babôčky admirálskej sa živia listami. Vošky, ktoré na nej žijú, sú ožierané lienkami a vtáky zase konzumujú plody.

## DVOJNÍCI: Podobnými druhmi sú:

Medzi podobné rastliny, ktoré rastú v tesnej blízkosti prhľavy, patria najmä príslušníci čeľade hluchavkovitých (*Lamiaceae*), napríklad Hluchavka biela (*Lamium album*), Konopnica úzkolistá (*Galeopsis angustifolia*), Karbinec európsky (*Lycopus europaeus*) a Čistec lesný (*Stachys sylvatica*).



## Botanický glosár

**Visiaci**- časti rastliny ako listy, plody a kvety, ktoré ovísajú.

**Srdcovitý**- V tvare srdca – v hornej časti listu je list rozdelený na dva výrazné laloky.

**Vláknitý**- charakterizovaný vláknami.

**Protistojný, striedavý**- usporiadanie listov v pároch na stonke



Bližšie sa s prhľavou môžete zoznámiť prostredníctvom náučnej filmotéky Pappusu.

## Botanický glosár

**Fosfát** -chemické materiály v pôde, prítomné v čoraz vyššej miere z dôvodu hnojenia pôd umelými hnojivami alebo kompostom s vyšším obsahom fosfátov.

**Pakoreň** – stonka pripomínajúca koreň rastúca pod zemou; vyrastá z nej nová rastlina.

**Trvalka**- rastlina žijúca viac než dva roky a kvitnúca/plodiaca každoročne po dosiahnutí dvoch rokov.

**Výhonok**- nová časť rastliny, či už stonky, kvetu alebo listov. Často sa tak označuje aj nová rastlina vyrastajúca zo zeme.

Celá rastlina v prirodzenom prostredí

**Využitie:** vlákna na látky a povrazy, varenie čaju, čistenie pôdy, výroba produktov na vlasy, farbív, repelentov, syridla, liekov na artritídu.

## Kultúrne prepojenie (Folklór, mýty, Legendy atď.)

Vo Veľkej Británii má meno inšpirované prhľavou 6 dedín, napríklad Nettlecombe alebo Nettlesteads. Fosfáty, vďaka ktorým sa prhľave darí, sa v pôde držia veľmi dlhý čas a prítomnosť prhľav môže naznačovať dávne osídlenie, siahajúce v niektorých oblastiach Británie až do čias Rímskej ríše.

**Globálne riziko vyhynutia** (IUCN – Červená značka).

Bežný rozšírený druh, ktorému nehrozí environmentálne riziko.

