

Superhuba w Lesie Doświadczalnym Zwierzyniec

Z cyklu

„Wiadomości z Ogródów Kórnickich”

Białoporek brzozowy (*Piptoporus betulinus*), w świecie medycyny zielarskiej określany jako biała huba brzozowa lub po prostu superhuba, jest wykorzystywany przez człowieka od setek lat, zarówno w życiu codziennym, jak i w celach leczniczych. Wraz z czarną hubą brzozową (czyli rzadkim gatunkiem grzyba błyskoporkiem brzozowym) używany był już w latach 30. XX wieku przez znachorki na Wileńszczyźnie, a także przez zielarzy w Puszczy Białowieskiej w leczeniu chorób nowotworowych. Choć białoporek nie jest grzybem jadalnym, to jego owocniki można gotować w celu otrzymania odżywczego wywaru o właściwościach uspokajających i wzmacniających.

Białoporek jest gatunkiem wysoce wyspecjalizowanym, znajdziemy go wyłącznie na brzozie, co dodatkowo ułatwia jego rozpoznanie. W czasie spaceru można go spotkać przy drodze, zarówno w lesie, jak i miejskich parkach. Poza lasem, białoporek można znaleźć na brzozowych płotach, słupkach i innych elementach drewna użytkowego. Młode owocniki białoporka pojawiają się od sierpnia do października (Zdj. B), starsze okazy rosną na brzozech przez cały rok (Zdj. A, C).

Początki wykorzystania przez człowieka białej huby sięgają epoki kamienia, czego dowodem są znalezione owocniki w ekwipunku „człowieka lodu” (tzw. „Ötzi”). Początkowo, znalezione w 1991 roku przy alpejskim lodowcu zwłoki „Ötzi” uznano za ciało tragicznie zmarłego turysty, jednak późniejsze badania wykazały, że w rzeczywistości znalezione szczątki liczą ok. 5300 lat, a warunki lodowej

zmarzliny spowodowały, że zachowały się one w zaskakująco dobrym stanie. „Ötzi” mógł wykorzystywać posiadane huby w celach leczniczych, szczególnie białoporka brzozowego, łagodzącego objawy zapalenia stawów spowodowanych bakterią *Borrelia burgdorferi*.

Dzięki kwasom poliporenowym i kwasowi betulinowemu występującym w owocnikach białoporka, wykorzystywany był on również w leczeniu ran i stanów zapalnych skóry. Z elastycznego i miękkiego miąższu owocnika wytwarzano cienkie paski służące jako naturalny plaster. Co ciekawe, nawet wysuszone owocniki zachowują działanie antybakteryjne. W przypadku nagłego skaleczenia w lesie można opatrzyć ranę owocnikiem białoporka, który skutecznie uchroni nas przed zakażeniem. Działanie bakteriobójcze, przeciwzapalne i antynowotworowe białoporka brzozowego zawdzięcza również innemu, zawartym w nim substancjom czynnym takim jak: kwasy tłuszczowe, α-tokoferole i flawonoidy, cukry, witaminy (witamina C) i karotenoidy (m.in. b-karoten). Zawartość poszczególnych makro- i mikroelementów oraz aktywność antyoksydacyjna może różnić się między zebranymi owocnikami, szczególnie gdy pochodzą z martwej lub żywej (ale już zamierającej) brzozy. Aktualnie badania właściwości leczniczych zarówno białej, jak i czarnej huby brzozowej prowadzone są na całym świecie.

Białoporek brzozowy charakteryzuje się szerokim wachlarzem zastosowań, nie tylko tych związanych z właściwościami leczniczymi. W XIX wieku owocniki białoporka brzozowego były stosowane do ostrzenia brzytw. Jako naturalny papier ścierny, szorstka powierzchnia owocnika

służyła do polerowania przedmiotów metalowych. Z białoporka wykonywano poduszki, w które wbijano metalowe elementy, co chroniło je przed rdzewieniem. Białoporek (szczególnie w postaci świeżego miąższu) wykorzystywany był do uszczelniania kranów, a nawet w samolotach angielskich w czasie II wojny światowej. Ciekawostką jest, że gęstość suchego miąższu owocnika białoporka w przybliżeniu odpowiada gęstości najlżejszego drzewa na świecie – ogrzałki wełniastej, potocznie nazywanej balsą. Dzięki temu białoporek znalazł zastosowanie w wędkarstwie przy wyrobie korpusów woblerów (czyli sztucznych przynęt przypominających naturalny pokarm ryb). W sztuce ludowej białoporek stanowił element regionalnego stroju głowy (z huby brzozowej, włóczki i papieru wykonywano purloty, czyli sztuczne kwiaty). Biały, miękki miąższ białoporka jest wykorzystywany przez entomologów, w postaci pasków, do prezentowania delikatnych owadów. W pszczelarstwie wciąż stosuje się suche owocniki grzybów nadrewnowych, w tym białoporka brzozowego, do odymiania uli w czasie prac polowych.

Pomimo że w dzisiejszych czasach zastosowanie pospolitego białoporka brzozowego ogranicza się do celów pszczelarskich lub leczniczych, jest on gatunkiem interesującym, z którym wiąże się duże nadzieje, szczególnie dzięki cennym substancjom czynnym zawartym w jego owocnikach.

♦ Marta Kujawska
Instytut Dendrologii PAN



Dojrzałe owocniki białoporka brzozowego rosnące wysoko na brzozie (A, C) oraz młody okaz znaleziony na powalonej kłodzie brzozy (B) w Lesie Doświadczalnym Zwierzyniec