

Barszcz Sosnowskiego. Jak się przed nim chronić?

15.7.2026 - | Generalna Dyrekcja Lasów Państwowych

Barszcz Sosnowskiego to jeden z najniebezpieczniejszych gatunków roślin występujących w Polsce. Kontakt z nim może prowadzić do poważnych poparzeń skóry, dlatego warto wiedzieć, jak go rozpoznać, gdzie zgłaszać jego występowanie i jak postępować po kontakcie z rośliną.

Czym jest barszcz Sosnowskiego?

Barszcz Sosnowskiego (*Heracleum sosnowskyi*) to bardzo inwazyjny gatunek obcy pochodzący z rejonu Kaukazu. Do Polski został sprowadzony w drugiej połowie XX wieku jako roślina pastewna wykorzystywana do produkcji kiszonki dla bydła. Był także sadzony jako roślina ozdobna i miododajna. Obecnie rozprzestrzenia się samodzielnie na wielu obszarach kraju, stanowiąc zagrożenie zarówno dla ludzi, jak i rodzimej przyrody.

Roślina osiąga nawet kilka metrów wysokości, ma grube łodygi oraz duże baldachowate kwiatostany w kolorze białym. Najczęściej spotkać ją można na przydrożach, nieużytkach, terenach ruderalnych oraz w pobliżu cieków wodnych.

Dlaczego barszcz Sosnowskiego jest niebezpieczny?

Największe zagrożenie stanowi sok rośliny zawierający związki chemiczne zwane furanokumarynami. W kontakcie ze skórą i pod wpływem promieniowania słonecznego mogą one wywołać silne reakcje fototoksyczne.

Objawy pojawiają się zwykle po kilku godzinach i mogą obejmować:

- zaczerwienienie skóry,
- bolesne pęcherze przypominające oparzenia,
- trudno gojące się rany,
- przebarwienia utrzymujące się przez wiele miesięcy.

Jednak nie tylko bezpośredni kontakt z sokiem rośliny stanowi dla nas zagrożenie. Niebezpieczne są także wydzielane przez roślinę olejki eteryczne. Ich kontakt ze skórą wywołuje poważne oparzenia, które są bardzo bolesne i zostawiają na ciele blizny. W upalne dni zagrożenie wzrasta, a przebywanie w pobliżu dużych skupisk barszczu może powodować także podrażnienia dróg oddechowych, nudności, wymioty czy urazy oczu.

Co zrobić po kontakcie z barszczem Sosnowskiego?

Jeśli dojdzie do kontaktu z rośliną:

1. Jak najszybciej dokładnie umyj skórę wodą z mydłem.
2. Unikaj ekspozycji na światło słoneczne przez co najmniej 48 godzin.

3. Zakryj miejsce kontaktu z rośliną odzieżą lub opatrunkiem.
4. W przypadku wystąpienia poparzeń, pęcherzy lub silnej reakcji skórnej skontaktuj się z lekarzem.

Szybka reakcja może ograniczyć skutki działania toksyn zawartych w soku rośliny.

Gdzie zgłaszać występowanie barszczu Sosnowskiego?

W przypadku zauważenia barszczu Sosnowskiego nie należy go dotykać ani usuwać samodzielnie. Informację o stanowisku warto zgłosić do urzędu gminy lub miasta, który może podjąć działania związane z identyfikacją i zwalczaniem rośliny.

Stanowiska barszczu można również zgłaszać za pośrednictwem specjalistycznych baz i map prowadzonych przez ekspertów zajmujących się monitorowaniem występowania kaukaskich barszczy w Polsce. Dane te pomagają w ograniczaniu dalszego rozprzestrzeniania się gatunku.

Przydatne linki:

O bazach i mapach stanowisk – barszcz.edu.pl

Geoserwis GDOŚ

Wspólna odpowiedzialność za bezpieczeństwo i przyrodę

Barszcz Sosnowskiego jest nie tylko zagrożeniem dla zdrowia ludzi, ale również dla rodzimych ekosystemów. Dzięki szybkiemu zgłaszaniu nowych stanowisk i zachowaniu ostrożności podczas wypoczynku w terenie możemy skutecznie ograniczyć jego rozprzestrzenianie się i zmniejszyć ryzyko niebezpiecznych poparzeń.

O barszczu Sosnowskiego pisaliśmy w jednym z numerów Ech Leśnych.

<https://www.lasy.gov.pl/pl/informacje/aktualnosci/barszcz-sosnowskiego-jak-sie-przed-nim-chronic>