

Liečivé rastliny



*Mgr.
Siposová Eva*

Liečivé rastliny

Liečivé byliny sú divo rastúce alebo pestované rastliny, ktoré majú vo svojom tele látky schopné liečiť. Je známych asi 10 000 liečivých rastlín.



ČO JE LIEČIVÉ?

Ich liečivá sila je ukrytá
v koreňoch, listoch, kvetoch,
plodoch a byl'ke.



KOREŇ: zber -
jar, jeseň
(žihľava dvojdomá)



**LISTY: zber - pred kvitnutím
a po kvitnutí (skorocel kopijovitý,
žihľava dvojdomá)**



**KVETY: zber - začiatkom kvitnutia
(lipa malolistá, materina dúška)**



**PLODY: zber
polovica júna
až august
(napr. zelené
oriešky
orecha
kráľovského)**



**BYL': zber - počas kvitnutia (repík
lekársky)**



Byliny sa používajú čerstvé, sušené alebo inak spracované, napr. ako odvary, zápary, obklady, výplachy, výluhy alebo na výrobu liečiv.



Odvar

Bylinky zalejeme studenou alebo horúcou vodou a dáme variť.

Varia sa 5 až 30 min. Po uvarení obsah nádoby precedíme cez sitko.

Odvar z repíka



Výluh

Rastlinu vložíme do vody, oleja alebo liehu a občas premiešame. Lúhujeme aj niekoľko dní. Po lúhovaní obsah vo fľaške precedíme cez sitko alebo gázu.

Výluh zo žihľavy



eChaluparka.cz

krok za krokem

Lipa malolistá

Výskyt : rastie v lesoch a hájoch.

Kvitne : od júna do júla.

Zber : zbierame kvet, na začiatku kvitnutia, nie neskôr, keď kvety odkvitajú.

Úžitok : pri chorobách z prechladnutia, pri zápaloch dýchacích ciest, horúčke.





 **MEGAFYT**
PHARMA

LIPA S MEDOM & CITRÓNOM

Ovocná chuť



 **MEGAFYT**
PHARMA

LIPA S MEDEM & CITRÓNEM

Ovocný čaj s lipou, príchuťou medu a citrónu
Aromatizovaný

SUŠENÉ: ľahko, lipový kvet (20 %), lípky les, semená
čakankovej kôľky, citrónové kôrovky (5 %), ostružinové
vlny list, šafran, kyselina citrónová, citrónové aroma,
lipové aroma, medové aroma, med sošený
(granulovaný, 1 %)

PRIPOBNA: 1 nádobný sáček (2 g) sa pripraví 200 ml
vrouc. vody a nechá sa 5-8 min vylúhovať v prikrývke
nádobe. Nemí sa variť.



Ovocná
chuť

POKOJNOSŤ: 40 g

CHOVANIE: V suchoj a vlhkej atmosfére do 25 °C
a vlhkosť do 70 %

VÝROBCE: Megafyt Pharma s.r.o., Křetovská 536,
252 04 Vrátce nad Vltavou, Česká republika
www.megafyt-pharma.cz

20 MALÝCH VREČIEK 2 g



Materina dúška

Výskyt : rastie na suchých a slnečných miestach, najmä na lúkach, stráňach a kopcoch.

Kvitne : od apríla do septembra.

Zber : zbierame kvety. Suší sa v malých zväzkoch. Zbiera sa od mája do júna.

Úžitok : pri chorobách dýchacích ciest, poruchách trávenia a zápaloch močových ciest.





MATERINA DŮŠKA

Materina dŮška je božstvena
velmi vyhledávaná a pov-
šovaná bylina. Pošla staroj
pověsti je ta premonerá
matka na květenk. V čase
květena přečteno vonia.
A si v proude nájeze nejaké
mesto na odých, ide sila
sozme příjemné teplo, učite
tam začítte aj materinu dŮšku.

Popradský

MATERINA
dŮška

20 nálevových vrecúšok

100% PRÍRODNÝ
PRODUKT

Žihľava dvojdomá

Výskyt : rastie pri plotoch, na rumoviskách, medzi krovím.

Kvitne : od júna do septembra.

Zber : zbierame vňat' alebo len listy, a to aj viac ráz do roka. Zbierame už prvé výhonky, listy však možno zbierať až do októbra.

Úžitok : pri chorobách dýchacích orgánov, pri katare žalúdka a čriev, podporuje tvorbu červených krviniek. Prečisťuje krv a lieči zápaly močových ciest, reumu svalov a kĺbov, poruchy látkovej premeny, ochorenia žlčníka, pečene, hemoroidy, zápchu, žalúdočné problémy i vypadávanie vlasov. Čaj slúži na prečistenie organizmu.





Skorocel kopiovitý

Výskyt : rastie ako burina na lúkach a poliach.

Kvitne : od mája do septembra.

Zber : zbierame listy v čase, keď rastlina kvitne.

Úžitok : ochorenie dýchacích ústrojov, pri katare žalúdka a čriev, na hojenie rán, bodnutí hmyzu.





Repík lekársky

Výskyt: Rastie na slnečných suchých miestach, pri cestách, na okrajoch lesov, kopcoch a svahoch.

Kvitne : jún - august

Zber : Zbiera sa kvitnúca bylina od júna do augusta.

Úžitok :

silná podpora imunity,
podporuje trávenie a zlepšuje chuť do jedla,
lieči dýchacie problémy a odstraňuje kašeľ,
zmierňuje krvácanosť (krvácanie z nosa),
odvodňuje nadbytočnú vodu,
prečisťuje a podporuje obličky a močové cesty, lieči kožné ochorenia.







FYTO
PHARMA

Bylinný čaj

REPÍKOVÝ
ČAJ

20 záparových vreciek

Zdroje:

<http://www.nazdravie.sk/>

<http://www.zdravie.sk/>

<http://www.rastlinkybylinky.sk/>

<http://zdraviezbozejlekarne.sk/>

<http://www.fytopharma.sk/>

<https://www.magister.sk/>

<http://www.popradskycaj.sk/>