

Samonikle lekovite biljke

Marija Milojkić Vojin

Lazarević

Milan Kovačević VIII-3

Sremuš

- Biljka sremuš je u našim krajevima poznata još i kao medveđi luk ili divlji beli luk.
- Raste do 30 cm i može se naći u listopadnim šumama
- Sadrži vitamin C, karoten, etarsko ulje, minerale....





Lekovitost sremuša

- Sremuš je poznat i kao ubica otrova u organizmu.
- Reguliše krvni pritisak
- Snižava nivo holesterola i triglicerida u krvi
- Protiv gripa
- Ima antibakterijsko dejstvo
- Jača imuni sistem





Kopriva

- Kopriva je jedna od najlekovitijih biljaka, a najčešće se koriste list i koren koprive.
- Kopriva u sebi sadrži značajnu količinu minerala: gvožđa, kalcijuma, fosfora, magnezijuma, vitamin A, vitamin C i K
- Raste kao korov na svakoj vrsti zemljišta, na zapuštenim površinama, uz puteve







Lekovitost koprive

- Kopriva je korisna kod raznih problema sa kožom i pomaže kod artritisa. Čaj od koprive, nanet u vidu obloge, može da ublaži upale zglobova.





Glog

- Iako se u nekim zemljama glog gaji kao živa ograda, cvet i list od ove biljke još od pre pola veka koriste se kao lek.
- Cvet i list mogu da pomognu u lečenju nervoze, nesanice, gušenja, srčanih problema, protiv visokog krvnog pritiska





- Raste na ogoljenim, kamenitim i suvim mestima
- Glog je, inače, trnovit, razgranat i otporan grm koji raste do četiri metra
- Postoje i druga manje poznata imena kao što su beli glog, bela drača, beli trn, glogovka, oštri trn





Hajdučka trava

- Hajdučka trava ili stolisnik je lekovita biljka visine do 80 cm. Prijatnog je mirisa a stabljika joj je svetlozelene ili crvenkaste boje
- Raste kao samonikla biljka obicno uz puteve i na livadama i pašnjacima





Lekovitost hajdučke trave

- Ova lekovita biljka ubraja se u gorke čajeve.
- Najčešće se upotrebljava za ublažavanje bola i lečenja rana.
- Osim toga korisna je za lečenje raznih bolesti kao što su želudačni problemi, otežano varenje i manjak apetita



Žalfija

- Koristi se u narodnoj medicini kao lek za upalne procese creva, želuca, jetre, bubrega, mokraćnih puteva.
- Smatra se jednim od najboljih prirodnih antibiotika i antiseptika.
- Žalfija je livadska biljka, ali se gaji i u baštama.





Lekovitost žalfije

- Žalfija je nezaobilazan sastojak mnogobrojnih lekova koji se upotrebljavaju za ispiranje usta i grla kod upala.
- U narodnoj medicini koristi se i za jačanje nerava, a pomaže i protiv svih vrsta prehlade i gripa.





Kamilica

- Kamilica svima je dobro poznata biljka za koju se može reći da nema kuće u kojoj se ne nalazi.
- Cvet kamilice poznat je i po prijatnom mirisu.
- Biljka dobro uspeva na zapuštenom neplodnom zemljištu, poljima i uz puteve.







Lekovitost kamilice

- Pomaže i kod opekotina, rana i čireva upotrebljava se i za ispiranje očiju, usta, nosa i ušiju
- Koristi se za lečenje grčeva, glavobolje, akni, ublažavanje opekotina, snižavanje temperature i lečenje depresije.





Recept za čaj od koprive

- Sipajte u šerpu onoliko šolja vode koliko želite čaja od koprive da napravite.
- Prokuvati vodu za čaj. Dodati u šerpu kad voda ključa, onoliko supenih kašika usitnjenog lista koprive, koliko ste šolja vode sipali. Odmah sklopite i poklopite šerpu i ostavite da stoji 20 minuta. Nakon toga procedite čaj u šolje.



• KRAJ