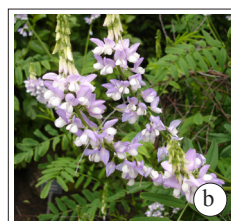
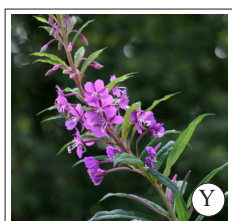
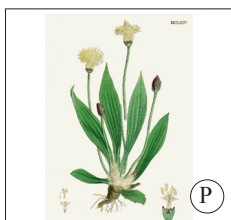
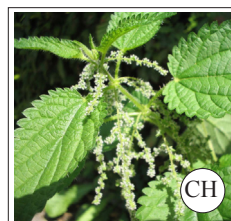
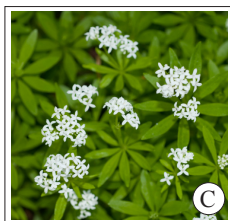
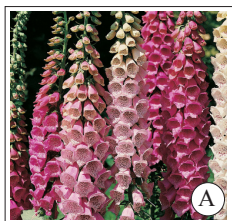


Poznáte je?

Pokud správně určíte, která léčivá rostlinka je na obrázku, dozvíte se, ve kterém měsíci se sbírá a na co se používala v lidovém léčitelství nejčastěji. Projdete-li si výstavu pozorně, určité je všechny najdete. Obrázky si můžete doma vystříhnout a nalepit k popisům.



Poznáte je?

Pokud správně určíte, která léčivá rostlinka se skrývá na obrázku, dozvíte se ve kterém měsíci se sbírá a na co se používala v lidovém léčitelství nejčastěji. Prohlédnete-li si výstavu pozorně, určitě je všechny najdete. Obrázky z obrázkové přílohy si můžete doma vystříhnout a nalepit k popisům. Přejeme hodně zdarů!

- | | | | |
|--------------------------|---|--------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> | 1 Česnek medvědí (<i>Allium ursinum</i>)
Sběr: nať IV.-V., cibule VIII.-IX.
Použití: Očistné a odhlehující kůry, dobré účinky na žaludek a střeva při průjmecích, proti arterioskleróze a vysokému krevnímu tlaku, pročišťuje krev. Velmi oblíbený je v kuchyni při přípravě jídel. | <input type="checkbox"/> | 9 Šalvěj lékařská (<i>Salvia officinalis</i>)
Sběr: list V.-VII.
Použití: Při poruchách trávicích orgánů, při gynekologických obtížích. Droga silně antibioidicky působí při různých zánětech. Používá se v léčebné kosmetice, likérnictví i jako koření. |
| <input type="checkbox"/> | 2 Jitrocel kopinatý (<i>Plantago lanceolata</i>)
Sběr: list, semeno V.-VIII.
Použití: Hojivé účinky na rány, po hmyzím bodnutí. Léčí zažívací poruchy, katary střev, proti kašli a zánětům průdušek. Semeno snižuje hladinu krevního cukru, léčí žaludek a játra. Přidává se do salátů, vyrábí se z něj sirup. | <input type="checkbox"/> | 10 Kozlík lékařský (<i>Valeriana officinalis</i>)
Sběr: oddenek X.
Použití: Mírné sedativum, tlumí stavy vzrušení, úzkosti a duševního napětí. Ve vyšších dávkách působí jako hypnotikum. Velmi dobře ovlivňuje srdeční neurozu. Nejúčinnější formou je tinktura. |
| <input type="checkbox"/> | 3 Sléz lesní (<i>Malva silvestris</i>)
Sběr: květy s kalichem V.-VIII.
Použití: Při bronchiálních katarrech a nemocech plic, při žaludečních potížích, při střevních kolikách. Zevně se přikládá na rány, je vhodný také do koupelí. Stejně použití má i sléz maurský a sléz okrouhlostý. | <input type="checkbox"/> | 11 Náprstník červený (<i>Digitalis purpurea</i>)
Sběr: listy VII.-VIII., prudec jedovatý
Použití: Formou obkladů k léčbě křečových žil a revmatizmu.
Riziko: Obsah alkaloidů vylučuje vnitřní použití drogy s výjimkou homeopatie. |
| <input type="checkbox"/> | 4 Dobromysl obecná (<i>Origanum vulgare</i>)
Sběr: kvetoucí nať VII.-VIII.
Použití: Uspadňuje odkašlávání, působí na žaludeční neurozu, mírně uklidňuje, zlepšuje náladu, prohlubuje spánek. Užívá se při žlučkových potížích, vhodná je do koupelí. Koření oregánium. | <input type="checkbox"/> | 12 Pelyněk pravý (<i>Artemisia absinthium</i>)
Sběr: nať VII.-IX., jedovatý
Použití: Uplatňuje se při bolestech břicha nej-různějšího původu, zvyšuje sekreci šťáv, ovlivňuje činnost žlučníku a jater, dezinfikuje a tlumí křeče a menstruační bolesti. Užíval se ke konzervaci vína a v likérnictví. |
| <input type="checkbox"/> | 5 Křen selský (<i>Armoracia rusticana</i>)
Sběr: kořen na podzim
Použití: Obsahuje hořčičnou silici a značné množství vitamínu C. Křen podporuje vylučování žaludečních šťáv, povzbuzuje činnost střev, rozpouští hleny, příkládáním křenových placek mírní revmatické a ischiatické bolesti. | <input type="checkbox"/> | 13 Levandule lékařská (<i>Lavandula angustifolia</i>)
Sběr: květ a nať VII.-VIII.
Použití: Při migréně, závratích a nespavosti, působí při žaludečním kataru, střevním nadýmání a při průjmecích. Používá se také ve stomatologii, k hojení ran a zejména v kosmetickém průmyslu. |
| <input type="checkbox"/> | 6 Přeslička rolní (<i>Equisetum arvense</i>)
Sběr: neplodná zelená lodyha V.-IX.
Použití: Na zlepšení krevního oběhu, funkce ledvin, při zánětech močových cest. Užívá se také při plicní TBC, staví krvácení. Působí anti-revmaticky. Přípravují se z ní sedací koupele. | <input type="checkbox"/> | 14 Bez černý (<i>Sambucus nigra</i>)
Sběr: květenství V.-VII., plody IX.
Použití: Květ působí močopudně a příznivě při infekčních chorobách, revmatismu, podporuje vykašlávání. Plody se používají jako analgetikum a působí mírně projímavě. Vyrábí se z nich domácí vína a sirupy. |
| <input type="checkbox"/> | 7 Bršlice kozí noha (<i>Aegopodium podagraria</i>)
Sběr: oddenek podzim, zima
Použití: Zdroj vitamínů A, C a minerálních látek zvláště vápníku, hořčíku a železa, používá se jako čaj a obklady při dně a revmatismu. Mladé lístky lze přidat do salátů. | <input type="checkbox"/> | 15 Bukvice lékařská (<i>Betonica officinalis</i>)
Sběr: nať na počátku kvetení VI.-VIII.
Použití: Dobře působí při poruchách trávicího ústrojí se zanícenou a překrvenou sliznicí. Droga mírně snižuje krevní tlak a je vhodná při nervové vyčerpanosti, má rovněž protiastringentní účinky. |
| <input type="checkbox"/> | 8 Vrbovka úzkolistá (<i>Epilobium angustifolium</i>)
Sběr: nať na začátku kvetení.
Použití: Močopudná, podporuje výměnu látkovou, fermentované listy se používají jako náhražka pravého čaje, uklidňuje nervovou soustavu. | <input type="checkbox"/> | 16 Svízel vonný (<i>Galium odoratum</i>)
Sběr: kvetoucí nať na začátku květu V.
Použití: Silné sedativní účinky, působí i protizánětlivě. Snižuje krevní srážlivost. Mařinka je známa především jako aromatická přísada do likéru. Jen pro krátkodobé používání. |

- 17 **Zběhovec plazivý** (*Ajuga reptans*)
 Sběr: nať IV.-VI.
Použití: V lidovém léčitelství se osvědčuje při léčbě plicních a jaterních onemocnění. Má posilující účinky. Zevně na rány.
- 18 **Hluchavka bílá** (*Lamium album*)
 Sběr: bílé květní koruny V.-VIII.
Použití: Používá se v kombinaci s kozlíkem na zmírnění klimakterických obtíží. Je jednou ze součástí ledvinových čajů. Aromatizuje čajové směsi. Můžeme použít i hluchavku žlutou.
- 19 **Heřmáněk pravý** (*Matricaria recutita*)
 Sběr: květ V.-VIII.
Použití: Protizánětlivé dezinfekční účinky, uklidňuje, pomáhá při onemocněních dýchacích cest, pomáhá při nadýmání. Zevně se používá k obkladům ran a popálenin.
- 20 **Meduňka lékařská** (*Melissa officinalis*)
 Sběr: Čerstvý list nebo nať.
Použití: Uvolňuje křeče, uklidňuje, upravuje krevní tlak a nespavost. Léčí herpes neboli opar. Koření, limonady, zmrzliny.
- 21 **Vachta třilistá** (*Menyanthes trifoliata*)
 Sběr: listy s řapíky V.-VIII., **silně ohrožený druh**
Použití: Při trávicích potížích, nedostatku žaludečních šťáv, nechutenství, žlučnickových potížích, kolikách či nadýmání. Užívá se také při celkové tělesné vyčerpanosti a slabosti.
- 22 **Podběl obecný** (*Tussilago farfara*)
 Sběr: květ III.-IV. a list V.-VII.
Použití: Prevence při nemocech z nachlazení, působí příznivě na chronický kašel, astma rovněž při revmatických potížích. Nedoporučují se vysoké dávky ani dlouhodobé používání.
- 23 **Řebříček obecný** (*Achillea millefolium*)
 Sběr: květní úbory VI.-IX., nať VII.-IX.
Použití: Uvolňuje křeče hladkého svalstva, staví krvácení, má protizánětlivé účinky. Snižuje bolestivost menstruace a ovlivňuje příznivě funkci dělohy, funkci cév a tvorbu krve. Jarní lístky se přidávají do salátů.
- 24 **Brusnice borůvka** (*Vaccinium myrtillus*)
 Sběr: listy V.-VI., plody VII.-VIII.
Použití: Listy se používají k desinfekci močových cest a působí jako podpůrný prostředek při snižování hladiny cukru v krvi. Plody utišují peristaltiku střev, mají svíravé účinky. Plody se zpracovávají do kompotů.
- 25 **Brusinka** (*Vaccinium vitis-idaea*)
 Sběr: listy VII.-VIII., plody IX.-X.; **rostlina je chráněna**
Použití: Listy se používají k desinfekci močových a žlučnickových cest. Plody obsahují vitamin C, kyselinu jablečnou, pektin aj. Užívají se při paradentóze a hypovitaminóze.
- 26 **Yzop lékařský** (*Hyssopus officinalis*)
 Sběr: nať
Použití: Základní bylina pro léčbu průdušek. V dýchacích cestách působí desinfekčně až antibioticky. Působí proti pocení, posiluje žaludek. Má trpce kořeninovou chuť - koření.
- 27 **Kopřiva dvoudomá** (*Urtica dioica*)
 Sběr: listy IV.-X.
Použití: Čistí krev, podporuje látkovou výměnu v těle, působí močopudně. Obsahuje velké množství vitamínu C a chlorofylu, snižuje hladinu cukru v krvi. Používá se i v kosmetice a obohacuje i jarní kuchyni.
- 28 **Vlaštovičník většší** (*Chelidonium majus*)
 Sběr: kvetoucí nať V.-VII., **jedovatý**
Použití: Jako spasmolytikum, cholagogum. Působí jako sedativum k doléčení posthepatickým stavům. Čerstvou šťávou se potírají bradavice. Nejvhodnější lékovou formou je tinktura.
- 29 **Jetel luční** (*Trifolium pratense*)
 Sběr: květy V.-X.
Použití: Desinfekce na hnisavé rány, ekzémy, při revmatismu. Přidává se do čajovin při onemocnění dýchacích cest, kataru, kašlí. Syrová šťáva je velmi výživná. Příprava domácích čajů.
- 30 **Devětsil lékařský** (*Petasites hybridus*)
 Sběr: oddenek na jaře, někdy i list
Použití: Působí močopudně, je výborný při horečnatých chorobách, dně a padoucnici, onemocnění dýchacích cest, při astmatu, na utišení kašle. Omyté čerstvé listy se přikládají na rány, otoky a výrony v kloubech.
- 31 **Lopuch většší** (*Arctium lappa*)
 Sběr: kořen brzy na jaře nebo na podzim
Použití: zlepšuje látkovou výměnu, působí močopudně a žlučopudně, používá se proti dně a revmatismu, silný odvar podporuje růst vlasů. Lze upravit i jako zelenina. Stejně využití má i lopuch menší a lopuch plstnatý.
- 32 **Vrba bílá** (*Salix alba*)
 Sběr: kůra časné jaro.
Použití: Působí při chorobách z nachlazení a účinné antirevmatikum. Odvar se používá při revmatismu končetin. Z kůry se získavalo tříslo a salicin pro farmaceutický průmysl.
- 33 **Jestřabina lékařská** (*Galega officinalis*)
 Sběr: kvetoucí nať - léto.
Použití: Snižuje hladinu krevního cukru, podporuje tvorbu mateřského mléka. V současnosti se účinných látek využívá k přípravě antidiabetik. Vzácně se pěstuje jako pícnina nebo okrasná rostlina.