

## Plante medicinale pentru uz casnic: Întrebuințare, perioadă de recoltare

- ✓ Alunul (*Corylus avellana*)- frunzele-astringent (oprește sângerarea), antiinflamator, pentru vene varicoase, gingivită. Recoltare: în tot cursul verii.
  - Alunele constituie un desert foarte apreciat.
  - Este plantat în jurul caselor pentru garduri vii, decorativ.
  - Este utilizat ca lemn de foc.
  - Plantă furajeră.
- ✓ Cerențel (*Geum urbanum*)- rizomul-antiseptic (gingivită, stomatită, în caz de diaree, colite). Recoltare: martie-aprilie, septembrie-octombrie.
- ✓ Frag de pădure (*Fragaria vesca*)- frunzele-în diaree. Recoltare: mai-septembrie.
  - Fructele se consumă.
  - Plată meliferă.
- ✓ Măceș (*Rosa canina*)- fructele-conține multe vitamine (C, A, B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, K și P), stimulează sistemul imunitar (conține Fe, Mg). Recoltare: septembrie-octombrie.
  - Dulceața se obține din fructe.
  - Mierea de trandafir se obține prin macerarea petalelor în miere (pentru aftoze bucale).
  - Plantă meliferă.
- ✓ Mierea ursului (*Pulmonaria officinalis*)- frunzele-bronșită, în caz de răgușeală (expectorant).
  - Frunzele tinere sunt consumate.
  - Din frunze se prepară ceai pentru răceală.
  - Plantă meliferă și tinctorială.
- ✓ Mur (*Rubus caesius*)- frunzele-în cazul inflamării mucoasei intestinale (colite cronice). Recoltare: în tot cursul verii.
  - Fructele sunt delicioase; dulceața se obține din fructe.
  - Plantă meliferă.
- ✓ Salcâm (*Robinia pseudacacia*)- florile-antispasmodic, antitusiv. Recoltare: mai-iunie.
  - Este o plantă meliferă;
  - Se folosește în industria tanantă.
  - Este o plantă decorativă.
  - SCOARȚA ESTE TOXICĂ.
- ✓ Soc (*Sambucus nigra*)- florile-ca sudorific în gripă, în cazul răcelii, în cazul durerii de urechi. Recoltare: iunie-iulie.
  - Socada este obținută din flori.
  - Se folosește în industria tinctorială.
  - Dulceața se obține din fructele fierte-sudorific, laxativ.
  - ATENȚIE! FRUCTELE NU SE CONSUMĂ CRUDE!
- ✓ Stejarul (*Quercus robur*) și gorunul (*Q. petraea*)- scoarța-în diaree, pentru gargară, astringent (oprirea sângerării), leziuni cauzate de degerături. Recoltare: primăvara, de pe ramuri tinere care nu depășesc grosimea de 10 cm.
  - Pentru diareea de vară a vitelor cornute.
  - Ghindele au fost consumate în perioada mării foamete.
  - Din făina de ghindă s-a făcut pâine pe vremea mării foamete.
  - Ghinda este furaj pentru porci.

- Tanina este utilizată în tăbăcărie.
- Prin prăjirea fructelor se obține un surogat de cafea.
- ✓ Sunătoare (*Hypericum perforatum*)- părțile aeriene-probleme de ficat, bilă și stomac, în caz de ulcer duodenal, ulcer gastric, antiseptic (folosit ca unguent pentru arsuri). Recoltare: iunie-august.
- ✓ Păducel (*Crataegus monogyna*)- frunzele, florile, fructele-calmant, sedativ, în caz de hipertensiune. Recoltare: florile-mai-iunie, fructele-iulie-august, frunzele-înainte de înflorire și în timpul perioadei de înflorire.
  - Plantă meliferă.
- ✓ Porumbar (*Prunus spinosa*)- florile-diuretic, laxativ, antitusiv; fructele-în caz de diaree și inflamarea mucoasei intestinale. Recoltare: flori-aprilie-mai; fructe-octombrie-noiembrie.
  - Fructele trebuie uscate artificial și nu la soare.
- ✓ Tei pucios (*Tilia cordata*)-florile-diaforetic, antitusiv, calmant. Recoltare: iunie-iulie.
  - Plantă meliferă, decorativă.
  - Utilizată în industria lemnului.
- ✓ Turiță mare (*Agrimonia eupatoria*)- părțile aeriene-în inflamații purulente (faringite, amigdalite), în diaree (cu efect antibiotic); frunzele-în anemie, probleme ale ficatului, pentru răni (unguent). Recoltare: părțile aeriene, inclusiv frunzele-iunie-august.
- ✓ Urzica (*Urtica dioica*)- frunzele-diuretic, against kidney sand, pentru dureri reumatice, oboșală (conține Fe), inflamarea mucoasei intestinale, stimularea sistemului imunitar; rădăcina-împotriva căderii părului, pentru a scăpa de mătreață (se utilizează și frunzele), în probleme ale prostatei. Recoltare: frunzele-mai-septembrie; rădăcina-toamna sau la începutul primăverii.
  - Din frunze se pregătește iahnie și ciorbă (conține vitamina A, B, C, K).
  - Frunzele tinere se dau la porci și pui pentru creștere și dezvoltare armonioasă.
  - Coloranți verzi (E140) utilizați în industria alimentară sunt obținuți din clorofilă.
- ✓ Urzica moartă galbenă (*Galeobdolon luteum*)- frunzele și florile-probleme de menstruație, ale căilor urinare, ale vezicii urinare și de rinichi; florile-în caz de indigestie, uz extern-ulcer și vene varicoase. Recoltare: iunie-iulie.
  - Plantă meliferă.
- ✓ Vinariță (*Galium odoratum*)- părțile aeriene-calmant, în caz de insomnie. Recoltare: aprilie-iunie.
- ✓ Vinețica (*Ajuga reptans*)- părțile aeriene-în caz de probleme digestive, inflamarea mucoasei stomacului, pentru vindecarea rănilor.

### **Plante medicinale utilizate în industria medicamentelor:**

- ✓ † Iederă (*Hedera helix*)- frunze-bronșite cronice, tuse convulsivă, astm.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ Fag (*Fagus sylvatica*)- lemnul-creozot (obținut prin distilarea lemnului)-în caz de diaree, dureri reumatice, răni, în dermatologie, în medicina veterinară.
  - Fructele (jirul) au fost consumate pe vremea marii foamete (prăjite, măcinate).

- Jirul este utilizat ca furaj pentru porci. NU UTILIZAȚI JIRUL CA FURAJ PENTRU CAI (300-1000 g de jir provoacă MOARTEA acestora).
- Crengile tinere reprezintă hrana oilor pe timpul iernii.
- ✓ † Ferigă (*Dryopteris filix-mas*)- rizomul-împotriva viermilor intestinali.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ † Lăcrămioare (*Convallaria majalis*)- părțile aeriene-medicamente pentru inimă.
  - Se folosește în industria parfumurilor (cosmeticelor).
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ † Pochivnic (*Asarum europaeum*)- rizomul-emetice, expectorant, tratamentul tulburărilor menstruale, diuretic.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ † Iarba fiarelor (*Vincetoxicum hirundinaria*)- rizomul-diuretic, expectorant, anti-fungicid.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ † Mătrăguna (*Atropa bella-donna*)- frunzele și rădăcinile-mărirea diametrului pupilei, astm, antispasmodic, ulcer duodenal, ulcer gastric, etc.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ † Năprasnic (*Geranium robertianum*)- părțile aeriene-împotriva inflamațiilor mucoasei gurii și a gâtului, în caz de diaree.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
- ✓ † *Helleborus purpurascens*- rădăcina și rizomul-medicamente pentru inimă, în caz de dureri reumatice (unguentul Boicil), anti-inflamator, analgezic.
  - PLANTĂ TOXICĂ.
  - Unele extracte ale plantei sunt utilizate împotriva insectelor.
- ✓ Plop tremurător (*Populus tremula*)- scoarța-analgezic, antiinflamator, împotriva bacteriilor.
- ✓ † Saschiu (*Vinca minor*)- partea aeriană-hipotensiv
  - Plantă meliferă, decorativă.
  - PLANTĂ TOXICĂ.