

VAISTAŽOLĖS

„2020-ieji Eugenijos Šimkūnaitės metai“

Darbą atliko: Tadas Volodokevičius 2gb

Šimkūnaitė, kas ji tokia?

Eugenija Šimkūnaitė – vaistininkė, žolininkė, etnografė, habilituota gamtos mokslų daktarė. Ji gimė Krasnodaro krašte, Novorosijsko mieste. Tėvas – vaistininkas Pranas Šimkūnas, kilęs iš Indubakių kaimo Tauragnų valsčiuje, motina – medicinos sesuo Olga Lebedeva -Šimkūnienė iš Novorosijsko. 1922 m. su šeima ir kitais pabėgėliais grįžo į Lietuvą. Tauragnuose tėvas įkūrė vaistinę.



Mažalapė liepa



Mažalapė liepa (lotyniškai *Tilia cordata* sin. *Tilia parvifolia*) – dedešvinių (*Malvaceae*) šeimos, liepų (*Tilia*) genties medis.

Kas yra gydoma su Mažalape liepa?

Su Mažalape liepa yra gydomos tokios ligos ar negalavimus, kaip peršalimą. Ji puikiai mažina temperatūrą, turi skausmą malšinančią savybę, varo šlapimą ir prakaitą.



Kaip surinkti ir paruošti Mažalapės liepos vaistažolė?



Žiedus geriausia rinkti kartu su pažiedėmis, atsargiai, kad nepažeistumėte lapų. Prie aukštų medžių galima pasistatyti kopėčias. Surinktus žiedus sudėkite vienu sluoksniu ant marlės ir džiovinkite džiovyklėje (+40-50°C temperatūroje), palėpėje, pastogėje, kur neapšviečia tiesioginiai saulės spinduliai, arba gerai vėdinamoje patalpoje. Saulėje žiedai praranda savo gydomąsias savybes.

Liepžiedžių užpilas peršalus

Geriausia liepžiedžius užplikyti termose. 1 valgomasios šaukštą žaliavos užpilkite stikline verdančio vandens. Po 20 min. jį galima gerti. Gerkite po 1 stiklinę prieš valgį. Jei ligonis smarkiai karščiuoja – dozę padvigubinkite.



Liepžiedžių užpilas ir jo šalutiniai efektai



Daugumai žmonių liepžiedžių arbatą vartoti yra saugu, nors kai kurie gali būti alergiški šiems žiedams. Nerekomenduojama žolelių arbatų gerti nėščioms ir krūtimi žindančioms moterims, taip pat sergantiems širdies ligomis. Be to, reikėtų nepamiršti, kad liepų žiedai pasižymi diuretiniu poveikiu, todėl gali skatinti vandens iš organizmo netekimą, ir gali pabloginti kai kurių vartojamų vaistų veikimą.

Preparatas kuriuo gydomas peršalimas

ETNO GURKŠNIS ENERGIJOS juodoji arbata su žolelėmis. Šią arbatą sudaro: juodoji arbata 70 %, liepų žiedai 10 %, pipirmėčių lapai 9 %, erškėčių vaisių luobelės 9 %, natūrali bergamočių kvapioji medžiaga 2 %. Arbatai būdingas gana švelnus skonis, t. y. švelnesnis nei įprastas juodajai arbatai. Nesunku suprasti, kad švelnumo prideda žolelės: liepų žiedai, pipirmėčių lapai, erškėčių vaisių luobelės. Tik neapsigaukit – skonis švelnus, tačiau tikrai neprėskas. Jis pakankamai išraiškingas, nors, nežinodama, su kokiomis žolelėmis sumaišyta juodoji arbata, greičiausiai neatspėčiau.



Mažalapės liepos kitos panaudojimo sritys



Mažalapė liepa – tai populiarus tarp žmonių medingas medis. Labai plačiai naudojama beveik visoje Europoje kaip vaistinis, dekoratyvis medis. Šiais medžiais apsodinamos pakelės, parkai, gatvės, skverai, jais dažnai puošti Lietuvos dvarų parkai. Taip pat svarbi nektaro rinkimo šaltinis bitėms, kurios iš vieno stambaus medžio žiedų surenka iki 50 kg nektaro.

Paprastasis kaštonas

Paprastasis kaštonas (*Aesculus hippocastanum*) – kaštoninių (Sapindaceae) šeimos lapuotis medis. Kilęs iš Balkanų, tačiau dabar paplitęs viso pasaulio vidutinėse platumose.



Kas yra gydoma su paprastuoju kaštonu?



Ne paslaptis, kad paprastasis kaštonas naudotas natūraliojoje medicinoje. Ne vieną šimtmetį biologiškai aktyvių medžiagų turintys vaisiai ir lapai buvo naudojami stiprinti kraujagysles ir siekiant išvengti kraujo krešulių. Kaštonas slopina skausmą ir turi priešužde giminių savybių. Taip pat kaštonų ekstraktas naudojamas gydyti reumatą, venų varikozę, hemorojų, sąnarių ligas, bronchitą ir dar daugelį kitų.

Kaip surinkti ir paruošti Paprastąjį kaštoną?

Žievė renkama pavasarį. Ji nupjaunama nuo jaunų šakelių, supjaustoma ir išdžiovinama gerai vėdinamoje patalpoje arba lauke.



Iš kaštono – arbata



Vieną valgomą šaukštą sudžiovintų ir susmulkintų kaštonų lapų arba vieną arbatinį šaukštelį džiovintos ir sumaltos vaisių žievės miltelių užpilkite puse litro vandens, užvirinkite ir apie 15 minučių dar virkite ant silpnos ugnies. Ataušinkite, nusunkite ir gerkite po pusę stiklinės 4 kartus per dieną, prieš valgį.

Paprastojo kaštono šalutiniai efektai

Žmonėms, suvalgiusiems žalių kaštonų vaisių, pasireiškia įvairūs negalavimai: pykinimas, vėmimas, viduriavimas, galvos skausmas, sutrikęs kvėpavimas. Kartais net gali ištikti mirtis. Todėl mokslininkai pripažino kaštonų vaisius nuodingais. Kenksmingoji medžiaga yra gliukozidas, vadinamas eskulinu. Laimei, taninai suteikia vaisiams nepakenčiamai kartų skonį. Galbūt kaip tik todėl ir neteko girdėti, kad kas nors nuo žalių kaštonų būtų miręs.



Preparatas kuriuo gydomas bronchitas?



Ūminis bronchitas pirmiausia gydomas atsikosėjimą lengvinančiomis vaistažolių arbatomis ir vaistiniais preparatais, kurie skystina bronchų ir nosiaryklės sekretą bei pagerina jo šalinimą. Preparatą geriausiai gerti ryte, kad padėtų atsikosėti po nakties, taip pat prieš miegą simptomams palengvinti. Nereceptinio vaistinio preparato GeloMyrtol forte kapsulėse esantis mirtolis - eukaliptų, saldžiųjų apelsinų, citrinų ir mirtų aliejų mišinys gali padėti suskystinti kvėpavimo takuose susikauopusį sekretą.

Paprastojo kaštono kitos panaudojimo sritys

Kaštonai šiandien puošia daugumos miestų bulvarus bei parkus ir teikia malonų pavėsj. Į Europą buvo atveži 1576 metais per Konstantinopolį, kur turkai juos naudojo gydymo tikslams. Apie XVI amžių buvo sodinami visoje Europoje. Tai iš tiesų puikūs dideli medžiai, kuriuos nesunku atpažinti iš pirštuotų lapų.



Mano nuotraukos su Mažalape liepa ir Paprastuoju kaštomu





Ačiū už dėmesį!

Naudoti šaltiniai:

https://lt.wikipedia.org/wiki/Eugenija_%C5%A0imk%C5%ABnait%C4%97

[https://lt.wikipedia.org/wiki/Liepa_\(augalas\)](https://lt.wikipedia.org/wiki/Liepa_(augalas))

https://lt.wikipedia.org/wiki/Paprastasis_ka%C5%A1tonas