



PAPRASTASIS  
APYNNYS (LOT. *HUMULUS*  
*LUPULUS*) TRISPALVĒ NAŠLAITĒ  
(LOT. *VIOLA TRICOLOR*)





EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ -  
VAISTININKĖ,  
ŽOLININKĖ,  
ETNOGRAFĖ,  
HABILITUOTA GAMTOS  
MOKSLŲ DAKTARĖ.



# PAPRASTASIS APYNYYS





# TRISPALVĚ NAŠLAITĚ





## VAISTAŽOLĖS RINKIMO IR PARUOŠIMO BŪDAS.

PAPRASTASIS APYNYS - RUGSĖJĮ- SPALĮ SKINAMI APYNIŲ SPURGAI. SURINKTA ŽALIAVA DŽIOVINAMA PASKLEIDUS PLONU SLUOKSNIU GERAI VĒDINAMOJE PATALPOJE ARBA DŽIOVYKLOJE 45°C TEMPERATŪROJE. PARUOŠTA ŽALIAVA TINKA NAUDOTI 3-4 METUS.

### TRISPALVĖ NAŠLAITĖ -

VAIŠTINEI ŽALIAVAI PJAUNAMA NAŠLAIČIŲ ANTŽEMINĖ DALIS. TAI DAROMA AUGALUI ŽYDINT, DAŽNIAUSIAI NUO BIRŽELIO IKI RUGSĖJO. SURINKTA ŽALIAVA PLONU SLUOKSNIU DŽIOVINAMA GERAI VĒDINAMOJE VIETOJE, KAD DŽIŪDAMA NEPRARASTŲ SPALVOS. JEI REIKALINGA NAUDOJAMA DŽIOVYKLA, KURI ŠILDOMA IKI 35 LAIPSNIŲ ŠILUMOS. GERAI IŠDŽIOVINUS NAŠLAIČIŲ ŽOLĖ PILAMA Į POPIERINIUS AR MEDŽIAGINIUS MAISUS IR LAIKOMA GERAI VĒDINAMOJE VĒSIOJE VIETOJE. NAUDOTI TINKA IKI 2 METŲ.





## APYNIŲ TAIKYMAS MEDICINOJE

SPURGŲ UŽPILAI PASIŪYMI UŽDEGIMĄ  
SLOPINANČIU BEI ŠLAPIMO IŠSISKYRIMĄ,  
SKATINANČIU POVEIKIU, GERINA APETITĄ,  
VARTOJAMI SERGANT GASTRITU. SPURGŲ  
NUOVIRO VONIOS REKOMENDUOTINOS  
KAIP RAMINAMOJI, PRIEMONĖ NUO  
SKAUSMO SERGANT HIPERTONINE LIGA,  
ATEROSKLEROZE, TAIP PAT ESANT NEMIGAI.

KAI APYNIŲ PER DAUG

RDOZAVIMO ATVEJU GALI  
PASIREIKŠTI “APYNIŲ SKYNEJŲ”  
LIGOS POŽYMLAI - MIEGUISTUMAS,  
PADIDĖJĘS PRAKAITAVIMAS,  
DIRGLUMAS, BAIMĖ, TEMPERATŪROS  
PAKILIMAS, PYKINIMAS, ŠIRDIES  
SRITTES SKAUSMAI IR NET LĒTINĖS  
EGZEMOS.



# TRISPALVĖS NAŠLAITĖS TAIKYMAS MEDICINOJE

ažniausiai trispalvė našlaitė  
vartojama išoriškai, gydant  
egzemas, žvynelinę, veido  
spuogotumą, šunvotes.

## PAŠALINIS POVEIKIS

Didelėmis dozėmis  
našlaičių sudėtyje esantys  
saponinai gali sukelti  
pykinimą ir vėmimą.