



---

# 2020 METAI- EUGENIJOS ŠIMKŪNAITĖS METAI.

ATLIKO: TOMAS KAVALIAUSKAS  
2GA



---

## EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ

EUGENIJA ŠIMKŪNAITĖ GIMĖ 1920 M.  
KOVO 11 D.; MIRE NOVOROSIJSKE – 1996  
M. SAUSIO 27 D. VILNIUJE.

JI BUVO VAISTININKĖ, ŽOLININKĖ,  
ETNOGRAFĖ, HABILITUOTA GAMTOS  
MOKSLŲ DAKTARĖ

TĖVAS – VAISTININKAS PRANAS ŠIMKŪNAS

MOTINA – MEDICINOS SESUO OLGA  
LEBEDEVA-ŠIMKŪNIENĖ



## DIRVINIS ASIUKLIS (VAISTINIS AUGALAS).EQUISETUM ARVENSE

DIRVINIS ASIŪKLIS (*EQUISETUM ARVENSE*) –  
[ASIŪKLŪNŲ](#) (*EQUISETOPHYTA*)  
SKYRIAUS, [ASIŪKLIŲ](#) (*EQUISETUM*) GENTIES  
DAUGIAMETIS ŽOLINIS AUGALAS,  
PRIKLAUSANTIS [SPORINIŲ INDUOČIŲ](#) AUGALŲ  
GRUPEI. GYVENIMO CIKLĄ SUDARO DVIEJŲ KARTŲ  
– [SPOROFITO](#) IR [GAMETOFITO](#) – KAITA.

AUGA KAIP PIKTŽOLĖ APYDRĖGNĖSE, YPAČ  
MOLINGOSE [DIRVOSE](#), PADIRVIUOSE, PAKELĖSE,  
DYKVIETĖSE, PIEVOSE IR KARTAIS MIŠKUOSE.  
SPORIFIKUOJA [BALANDŽIO-](#)  
[GEGUŽĖS](#) MĖNESĮ. [LIETUVOJE](#) DAŽNA RŪŠIS.<sup>[4]</sup>





# GYVENIMO CIKLAS

ASIŪKLIŲ GYVENIMO CIKLAS SUSIDEDA IŠ LYTINES LAŠTELES PRODUKUOJANČIOS KARTOS – GAMETOFITO IR SPORAS PRODUKUOJANČIOS KARTOS – SPOROFITO. GYVENIMO CIKLE VYRAUJA SPOROFITAS. ŠIS AUGALAS FORMUOJA SPORAS SPORANGIOFORUOSE SUTELKTOSE SPORANGĖSE. SPOROS MORFOLOGIŠKAI VIENODOS, IŠPLATINAMOS VĖJU (ANEMOFILIJA). SPOROMS SUDYGUS SUSIDARO AUTOTROFINIAI PLOKŠTELĖS PAVIDALO SKIRTALYČIAI GAMETOFITAI, KURIUOSE BRĘSTA ARHEGONĖS IR ANTERIDŽIAI. PO APVAISINIMO ANT GAMETOFITO IŠAUGA SPOROFITAS, KURIS SUBRENDEŠ PRODUKUOJA SPORAS IR CIKLAS KARTOJASI.



---

# NAUDOJAMAS MEDICINOJE

GYDOMOSIOMIS SAVYBĖMIS PASIŽYMINTIS DIRVINIS ASIŪKLIS PLAČIAI NAUDOJAMAS LIAUDIES MEDICINOJE: ŠLAPIMO PŪSLĖS IR ŠLAPIMO TAKŲ UŽDEGIMINIAMS PROCESAMS BEI ŠIRDIES IR KRAUJAGYSLIŲ LIGOMS GYDYTI. VEIKLIOSIOS ASIŪKLIO MEDŽIAGOS NAUDINGOS JUNGIAMAJAM IR KAULINIAM AUDINIUI, KRAUJAGYSLIŲ SIENELĖMS. ASIŪKLIS TAIP PAT SKATINA KRAUJO KREŠĖJIMĄ, SUTRAUKIA KRAUJAGYSLES, TODĖL YRA TINKAMAS HEMOROJINIŲ MAZGŲ, NOSIES, GIMDOS KRAUJAVIMAMS GYDYTI.

DIRVINIO ASIŪKLIO NAUDOJIMO KONTRAINDIKACIJOS: NĖŠTUMAS IR ŽINDYMAS, TINIMAI, PASIREIŠKIAANTYS DĖL ŠIRDIES AR INKSTŲ VEIKLOS NEPAKANKAMUMO. ASIŪKLIŲ NEPATARIAMA VARTOTI BE PERTRAUKOS ILGIAU NEI 6 SAVAITES.



# GAMINIMAS IR RINKIMAS

ASIŪKLIS RENKAMAS VASARĄ, IKI GALO UŽAUGUS VASARINIAMS STIEBAMS. JIS TURI BŪTI DŽIOVINAMAS ITIN GERAI VĒDINAMOSE PATALPOSE ARBA SPECIALIAI TAM SKIRTOSE DŽIOVYKLOSE. OPTIMALI DŽIOVINIMO TEMPERATŪRA 40-45 LAIPSNIAI CELSIJAUS. TINKAMAI IŠDŽIOVINTA ŽOLĖ TURI BŪTI RŪGŠTOKO SKONIO, SKLEISTI SILPNĄ KVAPĄ. SUDŽIOVINTAS ASIŪKLIS TINKAMAS NAUDOTI 4 METUS.

DIRVINIŲ ASIŪKLIŲ NUOVIRO GAMINIMAS. STIKLINE VERDANČIO VANDENS REIKIA UŽPILTI 4 ŠAUKŠTUS DŽIOVINTO ASIŪKLIO, PALAIKYTI PUSVALANDĮ, 10 MIN. PALIKTI ATVĖSTI IR PERKOŠTI. PASKUI Į NUOVIRĄ REIKĖTŲ ĮPILTI DAR VIENĄ STIKLINĘ VIRINTO VANDENS. TOKĮ NUOVIRĄ REIKIA GERTI PO PUSĘ STIKLINĖS 3 KARTUS PER DIENĄ PO VALGIO.





---

## DAR GALIMA PRIDURTI

TAIP PAT GALIMA VARTOTI ŠVIEŽIAS ASIŪKLIO SULTIS. JŲ REIKĖTŲ GERTI PO VIENĄ ŠAUKŠTĄ KELIS KARTUS PER DIENĄ (SULTYS ŠALINA IŠ ORGANIZMO SKYSČIŲ PERTEKLIŲ, STABDO KRAUJAVIMĄ).

ASIŪKLIO ANMPILO PARUOŠIMAS. 4 ŠAUKŠTELIUS SUSMULKINTŲ DŽIOVINTŲ ASIŪKLIŲ UŽPILTI DVIEM STIKLINĖMIS VANDENS, PALAIKYTI VALANDĄ IR PERKOŠTI. GERTI PO KETVIRTADALĮ STIKLINĖS KELIS KARTUS PER DIENĄ.





---

- **PAPRASTOJI  
VYŠNIA**

PAPRASTOJI VYŠNIA  
(LOT. *CERASUS VULGARIS*) –  
TAI ERŠKĖTINIŲ ŠEIMAI  
PRIKLAUSANTIS,  
DAUGIAMETIS, IKI 6 METRŲ  
UŽAUGTI GALINTIS KRŪMAS  
ARBA MEDELIS.





---

## MEDICINOJE

GYDOMOSIOMIS SAVYBĖMIS PASIŽYMINTI PAGRASTOJI VYŠNIA NAUDOJAMOS LIAUDIES MEDICINOJE. VYŠNIAS TINKA VARTOTI TURINT VIRŠKINIMO SISTEMOS SUTRIKIMŲ (DIDINA APETITĄ, SLOPINA [VIDURIAVIMA](#)), SERGANT KVĖPAVIMO TAKŲ LIGOMIS ([BRONCHITU](#), TRACHEITU, KOŠĖJANT). VYŠNIOS PASIŽYMI ŠLAPIMO IŠSISKYRIMĄ SKATINANČIOMIS SAVYBĖMIS, TODĖL GALI BŪTI NAUDOJAMOS ŠLAPIMO TAKŲ INFEKCIŅEMS LIGOMS GYDYTI. AUGALAS TAIP PAT PADEDA SERGANT KEPENŲ LIGOMIS, [GELEŽIES STOKOS MAŽAKRAUJYSTE](#), AVITAMINOZĖMIS, NUSILPUS ORGANIZMUI. IŠORIŠKAI NAUDOJAMI VYŠNIŲ LAPAI PASIŽYMI KRAUJAVIMĄ STABDANČIOMIS SAVYBĖMIS.



# PAPRASTOJI VYSNIA

VYŠNIA TURI ŠAKNINES ATŽALAS. JOS STIEBAS – VERTIKALIOS PADĖTIES, TVIRTAS, ŽIEVĖ RUSVAI PILKA. AUGALO LAPAI TAMSIAI ŽALI (APATINĖ PUSĖ KIEK ŠVIESESNĖ), BLIZGŪS, ELIPSĖS FORMOS, TURI PJŪKLIŠKAI DANTYTUS KRAŠTELIUS, PORĄ LINIJIŠKŲ PRIELAPIŲ, ANT JŲ PAVIRŠIAUS MATOMOS LINIJOS, AUGA ANT ILGOKŲ KOTELIŲ. VYŠNIŲ ŽIEDAI BALTI, SUDARYTI IŠ PENKIŲ VAINIKLAPIŲ, TURI DAUG KUOKELIŲ. KAI VYŠNIA PERŽYDI – TAURELĖ NUBYRA. VAISIUS – TAMSIAI RAUDONA, SALDŽIARŪGŠTĖ, SULTINGA UOGA, AUGANTI ANT ILGO KOTELIO IR SAVYJE TALPINANTI VIENĄ, ŠVIESIAI GELTONĄ VIENASĖKLĮ KAULIUKĄ. AUGALAS ŽYDI BALANDŽIO–GEGUŽĖS MĖNESIAIS, O VAISIAI SUBRĘSTA LIEPOS–RUGPJŪČIO MĖNESIAIS.





---

# VARTOJIMAS

VAISTINIAMS PREPARATAMS RUOŠTI  
NAUDOJAMOS PAPRASTOSIOS VYŠNIOS  
UOGOS, ŪGLIAI, LAPAI, VAISKOČIAI, MEDŽIO  
SAKAI.

**VYŠNIŲ VAISKOČIŲ NUOVIRO**  
**PARUOŠIMAS:** STIKLINE VERDANČIO  
VANDENS UŽPILTI 10 GRAMŲ VYŠNIŲ  
VAISKOČIŲ, PAVIRINTI 20 MINUČIŲ,  
ATVĖSINTI IR NUKOŠTI.

VYŠNIOS SU PIENU TINKA [ARTRITUI](#) GYDYTI.

VYŠNIŲ SULTYS APRŪPINA ORGANIZMĄ  
VITAMINAIŠ IR MIKROELEMENTAIS, MAŽINA  
KŪNO TEMPERATŪRĄ (TINKA  
KARŠČIUOJANT), GERINA APETITĄ, PUIKIAI  
MALŠINA TROŠKULĮ.



---

A

# ACIU UZ DEMESI