

**“2020-IEJI
EUGENIJOS ŠIMKŪNAITĒS
METAI”**

PAVADINIMAS

- ✘ **Paprastoji pakalnutė** (lot. *Convallaria majalis*) – smidrinių (*Asparagaceae*) šeimos, **pakalnučių** (*Convallaria*) genties augalas.

KELI FAKTAI

- ✘ Daugiametis žolinis augalas
- ✘ Auga visuose Lietuvos miškuose (dažniau lapuočių), kur daug puvenų ir pakankamai drėgmės
- ✘ Visame augale kaupiasi veikliosios medžiagos stipriai veikiančios širdies bei centrinės nervų sistemos veiklą.





GYDOMOSIOS SAVYBĖS

- ✘ Pakalnutės žolėje kaupiasi medžiagos, kurios veikia širdies neurozes bei sklerozę, stiprina ir lėtina širdies susitraukimus, skatina šlapimo išsiskyrimą, raminamai veikia centrinę nervų sistemą.
- ✘ Liaudies medicinoje žinomos vandenligės bei epilepsijos gydymo praktikos naudojant pakalnutes.
- ✘ Širdies veiklą įtakojančių savybių turi ir įkvėptos pakalnučių žiedadulkės.

KAIP RINKTI IR NAUDOTI?

- ✘ Vaistinei žaliavai renkami pakalnučių žiedai bei žolė. Augalo antžeminė dalis nupjaunama ar nukerpama, kad nebūtų išrautos augalo šaknys.
- ✘ Žiedai skinami paliekant pirmąjį iš apačios, kad subrandintų uogą. Iš karto surinkus žaliava džiovinama neleidžiant sukaisti surinkimo taroje.
- ✘ Galima džiovinoti džiovyklose iki 70°C temperatūroje.
- ✘ Tinkamai paruošta žaliava kartaus skonio. Geriausia laikyti sandarioje taroje, tinka naudoti iki 2 metų.

ŠALUTINIS POVEIKIS

Gali sutrikti širdies ritmas;
blogas apetitas, pykinimas, vėmimas dėl perdozavimo;
silpnumas, svaigulys, nemiga, galvos skausmas.

× Draudžiama vartoti:

nėštumo ir žindymo metu;
vaikams;
kartu su kitais vaistais, kurių sudėtyje yra širdį veikiančių glikozidų;
sutrikus elektrolitų pusiausvyrai;
esant sunkiam širdies nepakankamumui, sulėtėjusiam širdies ritmui.

KITA INFORMACIJA

- ✘ Pakalnutės auginamos prie namų, kapinėse, gėlynuose. Išvestos rūšys su rausvais žiedais.
- ✘ Pakalnutės dauginasi sėklomis ir šakniastiebiais. Žydėti pradeda tik po 8 metų.
- ✘ Pakalnutės lapai audinius dažo tamsiai žalia spalva.

-
- ✘ Vaistai iš pakalnutės stiprina širdies susitraukimus, išlygina ir vidutiniškai sulėtina širdies ritmą, padidina kraujospūdį. Pakalnutės tinktūra (pakalnutės lašai) geriama po 15-20 lašų (suaugusiam žmogui) 2-3 kartus per dieną. Kai atsiranda ryškių širdies veiklos sutrikimų, į veną leidžiamas pakalnutės preparatas korglikonas gliukozės valgomosios druskos tirpale (fiziologiniame tirpale).

CARDIOL C GERIAMIEJI LAŠAI, TIRPALAS 40G (VAISTAI IŠ PAKALNUČIŲ)



Kaina 2.64 €

AČIŪ UŽ DĖMESĮ 😊

Darbą atliko Lidija Valentukonytė 2ga

“2020-IEJI EUGENIJOS
ŠIMKŪNAITĒS METAI”

PAVADINIMAS

- Baltažiedė notrelė (lotyniškai *Lamium album*)
 - tai notrelinių šeimai priklausantis, žolinis, ilgai gyvuojantis, daugiametis, maždaug iki 30-60 centimetrų aukščio užaugantis augalas.

KELI FAKTAI

- ◉ Daugiametė
- ◉ Dažniausiai aptinkama patvoriuose, pagrioviuose, auga net šiukšlynuose.
- ◉ išsišakojęs šakniastiebis driekiasi po žeme. Viršuje smailėjantys lapai yra kelių centimetrų ilgio, ovalo formos, karpytais kraštais, ant paviršiaus gali turėti plaukelių.





GYDAMOSIOS SAVYBĖS

- ⦿ gerai ramina ir visų rūšių kosulius.
- ⦿ gydo inkstus, šlapimtakius, visus kanalus.
- ⦿ labiausiai padeda šlapimo pūslei - kad šlapintis lengva būtų, kad šlapimas savo vietoje laikytųsi ir ne laiku nevarvėtų, kad pūslėje akmenys nesikauptų, kad latakų jokių neužkištų, kad šlapinantis akių vartyti nereikėtų ir žiežirbos nelakiotų.

KAIP RINKTI IR NAUDOTI?

- Vaistinei žaliavai renkamas visas augalas, kartais atskiros jo dalys. Notrelė gali būti vidinio ir išorinio vartojimo.
- Vertingiausia baltažiedžių notrelių žaliava laikomi žiedai. Jie renkami giedrą dieną. Surinkti neapvytę žiedai turi būti paskleidžiami pavėsyje plonu sluoksniu ir išdžiovinami.
- Iš džiovintos notrelės žolės gaminami net naminiai saldainiai, mat žieduose kaupiasi daug nektaro. Nustatyta, kad vienas notrelės žiedas per dieną išskiria 2,5 miligramo saldaus nektaro ir nemažai žiedadulkių.

RECEPTAS

- Mažakraujystės, šlapimo takų uždegimo ar įvairių odos ligų profilaktikai, esant nervingumui ar nemigai reikėtų vartoti užpilą.
- Du šaukštus notrelės reikia užpilti puse litro vandens ir palaikyti valandą. Gerti po pusę stiklinės kasdien.

ŠALUTINIS POVEIKIS

- Įprasti vaistai nuo uždegimų ne tik gydo, bet ir sukelia nemalonus šalutinius poveikius. Dažnai vartojami šie vaistai praranda veiksmingumą, sukelia silpnumą, nemigą ir aukštą kraujospūdį. Dilgėlė šių pavojų nekelia ir nesibaiminant gali būti vartojama reguliariai daugybės ligų gydymui.

BALTAŽIEDĒ NOTRELĒ. KITA INFORMACIJA

- Baltažiedē notrelē kai kuriuose šaltiniuose dar vadinama: baltaja dilgėle (nes jos lapai labai panašūs į dilgėlės), panotre, notryna, kurčiaja dilgėle, baltanotrine.
- Notrelės žieduose kaupia nektarą. Jei vabzdžiai nebūna jo ištraukę, įsidėjus žiedelį į burną, galima pajusti saldų skonį.

○ Ekologiška baltažiedės notrelės žolė 25g



Kaina 3.41 €

AČIŪ UŽ
DĖMĘSĮ 😊

Darbą atliko Lidija Valentukonytė 2ga