

VAISTAŽOLĒS

2020-ieji

Eugenijos Šimkūnaitės
metai

Darbu atliko: Brigita Skripkaitė IIGB

Eugenija Šimkūnaitė



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.

Baigusi Tauragnų pradžios mokyklą, E. Šimkūnaitė įstojo į Utenos gimnaziją, kuria baigė 1937 m. Pasirinko tėvo profesiją ir 1937 m. Vytauto Didžiojo universitete pradėjo studijuoti farmaciją. 1941 m. išklausiusi kursą, pradėjo dirbti Kauno, Tauragnų vaistinėse, o 1942 m. - Vilniaus universiteto farmakognostiniame sode asistente. 1943 m. baigė universitetą.

1945 m. dirbo Vilniaus 1-osios farmacijos ligoninės vaistinės vedėja, 1947 m. Sveikatos apsaugos ministerijos Vyr. farmacijos valdyboje prekybos skyriaus inspektore, vėliau - paruošų skyriaus vedėja.

1949 m. atvažiavo į Kauną ir dirbo Kauno botanikos sode jaunesniąja mokslinė bendradarbe, ruošė disertaciją. 1950 m. rugsėjo mėn. grįžo į Vilnių ir Mokslų akademijos Biologijos institute tęsė savo mokslinį darbą.

1952 m. sausio 14 d. MA Biologijos instituto taryboje apgynė biologijos mokslų kandidatės disertaciją. 1955 m. išvažiavo į Kazachstaną dirbti Visasajunginio vaistinių augalų ūkio „Darmina“ padalinio stoties direktore. 1957 m. grįžusi į Lietuvą, vėl įsidarbino Vyr. Farmacijos valdyboje, dirbo vyr. inspektore vaistazolių paruošoms, nuo 1969 m. įsteigus atskirą vaistazolių skyrių, paskirta jo virsininke. 1968 m. jai suteikta aukščiausia provizorės - farmacinio darbo organizatorės kvalifikacinė kategorija.

1975 m., norėdama pasišvęsti moksliniam darbui, išėjo į pensiją.

1993 m. Lietuvos Mokslo Taryba E. Šimkūnaitėi suteikė habilituotos gamtos mokslų daktarės mokslinį laipsnį.

Palaidota Tauragnuose, šalia tėvų.

Paprastoji žemuogė

- Lotyniškai fragum - žemuogė.



Ligos ir negalavimai, kurie gydomi paprastąja žemuoge

1. Sergantiems podagra, kepenų ir inkstų ligomis, kaip dietinę priemonę ir vaistinį produktą patariama naudoti žemuogių uogas.
2. Valgyti patartina sergantiems mažakraujyste ir skleroze.
3. Sergantiems bronchine astma, kokliušu ir padidėjusiu nerviniu dirglumu.

Vaistažolės rinkimo ir paruošimo būdas

1. Valgomąjį šaukštą žemuogių uogų, lapų ar susmulkinto augalo užpilkite stikline verdančio vandens. Virinkite 5 minutes. Po to leiskite dvi valandas nusistovėti, nukoškite. Gerti 3 kartus per dieną po 1/2 stiklinės.
2. 1 valg. šaukštas smulkintų žemuogių lapų užpilamas stikline verdančio vandens ir palaikoma 1 val., kad prisitrauktų, nukošiama. Geriama po 1/2 stiklinės 3-4 kartus per dieną.
3. 2 valg. šaukštai šviežių žemuogių vaisių užpilami stikline verdančio vandens. Palaikoma 2 val. Geriama po 1/2 stiklinės 3-4 kartus per dieną.

Ligos gydymo receptas

- Sergantiems bronchine astma, kokliušu ir padidėjusiu nerviniu dirglumu patartina vartoti tokį antpilą: į termosą suberti 3-5 arbatinius šaukštelius susmulkintų žemuogių lapų. Užpilti puse litro verdančio vandens. Leisti nusistovėti 2-3 valandas, nukošti. Gerti po 1/3 stiklinės du kartus per dieną pusė valandos prieš valgį. Šio antpilo patartina išgerti ir prieš miegą.

Nepageidaujami (šalutiniai) poveikiai

Įrodyta, jog žemuogių preparatai beveik neturi žalingojo šalutinio poveikio.



Informacija apie farmacinį preparatą, kuriuo gydomos ligos

Liaudies ir šiuolaikinėje medicinoje paprastųjų žemuogių lapų antpilas vartojamas kraujavimui stabdyti, jis skatina šlapimo skyrimąsi, stiprina organizmą, gerina medžiagų apykaitą. Džiovintų žemuogių antpilas vartojamas tais pačiais tikslais kaip ir lapai, juo gydomos peršalimo ligos, podagra, vaikų ir suaugusiųjų viduriavimas, skrandžio ir žarnyno uždegimai. Žemuogėse yra nemažai salicilo rūgšties, todėl jų antpilas vartojamas esant kai kuriems kepenų ir inkstų veiklos sutrikimams, sergant inkstų, tulžies ir šlapimo pūslės akmenlige. Dėl didelio geležies kiekio šviežios arba džiovintos žemuogės labai naudingos sergant mažakraujyste. Rečiau gydymo tikslais naudojamos šaknys. Jos esama raugų, užtai nuoviru gydomas viduriavimas ir įsisenėjusi dizenterija, juo skalaujama skaudama gerklė peršalus, sergant angina.

Įšoriškai šviežių uogų kompresais gydomi nedideli odos nudegimai, lapų nuoviru nušalimai, plaunamos saulėje nudegusios odos vietos. Iš sutrintų lapų pagaminti šutekliai padeda nuo atvirų opų, pūlinių ir pragulų, blukina pigmentines odos dėmes.

Kitos žemuogių panaudojimo sritys

- Sveikatą stiprinanti priemonė.
- Patartina naudoti moterims, jei vargina moteriškos problemos.
- Esant burnos ertmės ir gerklės susirgimams, žemuogių lapų užpilu vertėtų skalauti burną bei gerklę. Šis užpilas mažina ir nemalonų burnos kvapą.

Ropė

- Lotyniškai - Brassica rapa



Ligos ir negalavimai, kurie gydomi ropėmis

- Pasižymi priešvėžinėmis savybėmis. Kopūstinės daržovės turi daug prieš vėžį kovojančių junginių, tokių kaip gliukozinolatai ir indol-3-karbinolis.
- Stiprina širdies ir kraujagyslių sistemą.
- Profilaktinė priemonė nuo aterosklerozės, nes ropėse yra sterolių.
- Su nušalimu ir podagra.

Ropės rinkimo ir paruošimo būdas

- Jeigu ketinate ropes saugoti nuo rudens iki pavasario, rekomenduojama derlių nuimti prieš šalnas, pageidautina esant sausam oru. Tris keturias dienas ropės turi būti džiovinamos gryname ore, vėliau galima jas sandėliuoti gerai vėdinamuose ir tamsiuose rūsiuose.
- Ropės lapelius rekomenduojama užšaldyti ir vėliau ruošti garuose ne ilgiau kaip 5 minutes

Ligos gydymo receptas

- Turi įtakos tuštinimosi reguliarumui. Viename puodelyje yra 3,1 g skaidulinių medžiagų, tad ropių įtraukimas į racioną gali padėti palaikyti reguliarą tuštinimąsi. Ropės veiksmingai padidina išmatų tūrį ir yra itin naudingos žmonėms, kurių viduriai linkę užkietėti.



Nepageidaujami (šalutiniai) efektai

- Gali sukelti pilvo pūtimą ir padidinti vidurių pūtimą.

Kitos ropēs panaudojimo sritys

- Patiekalams.
- Lieknējimui.