



Életünk bearanyozója

Az év elején egy aranyat érő növényvel, az aranyfával indítottam, ezért úgy gondoltam, hogy mostanra is hozok egy kis aranyost... Az aranyvesszők a fészkesvirágzatúak rendjén belül az őszirózsafélék családjába tartozó évelő növények. Magyarországon többnyire a következő félékkel találkozhatunk: *Solidago virgaurea*-közönséges aranyvessző, *Solidago canadensis*-kanadai aranyvessző, *Solidago gigantea*-magas aranyvessző. Terápiás céllal mindhárom felhasználható.

Túl lelkes

A közönséges, vagy erdei aranyvesszővel ligeterdőkben, erdők szélén, vízpartokon, magaskórós növénytársulások környékén találkozhatunk. A kanadai aranyvessző dísznövényként is ismeretes. Napos helyen könnyen tartható növény. Terjedő tövű, ezért olyan helyre telepítsük, amelyet fel tudunk ajánlani számára.

Élni és élni hagyni

Rendkívül hasznos gyógynövény, bár az invazív tulajdonsága miatt eléggé elmarasztalják. Talán nem véletlen ennek a növénynek a vonzódása és intenzív terjedése sem. Ennek megértéséhez és elfogadásához alaposabban meg kell ismernünk őt is és magunkat is. Számos megterhelés éri a szervezetet, és a méregtelenítő szervek kénytelenek legtöbbször esetében rendszeresen pluszmunkákat vállalni. Ezért szerintem időről időre érdemes kúraszerűen alkalmazni ezt a nagyszerű gyógynövényt. Különösen ajánlom január, vagy február hónap idején egy teakúrával átmosni a vizeletkiválasztó rendszert és támogatni a veséket.

Láthatatlan munkálatok

A vese több mint egy kiválasztószerv, és a húgyhólyag sem csak egy ideiglenes víztároló edény. A keleti orvoslás a vesét az életesszencia, az örökítő energia székhelyének tartja, mely a „test- alkatért” is felel. Azért az alkatért, amelyből felépül az egyén ereje, kitartása, a betegségekkel szemben tanúsított védekezőképessége. Ezen túlmenően reagál az érzelmi folyamatainkra is. A húgyhólyaghoz a vesében tárolt energiatartalékok mozgósításának képessége tartozik. Az egészséges húgyhólyag a feltetele annak, hogy sikerüljön kitaratnunk terveink kivitelezése mellett, hogy bátran véghezvigyük elgondolásainkat, és töretlenül küzdjünk a céljainkért.



Hatóanyagok: triterpén szaponinok, katechin, flavonoidok, (kvercetin, asztralin, rutin), fenolglykozidok, illóolaj, dikaffeoil-kinasav, kávésavszármazékok, nyálka, kevés cseranyag, keserűanyagok, nikotinsav.

Drog: a közönséges aranyvessző esetében a növény föld feletti része, szárítva. A kanadai és a magas aranyvesszőt virágzás kezdetén gyűjtjük, lehetőleg a délutáni tűző napsütésben. Erre nagyon fontos odafigyelni, mivel a virágok utónyílnak, és a szösös rész esetleg irritáló lehet. A virágos szár felső 40-50 cm-ét szedjük, a csokrokat napfénytől védve szárítjuk. Homeopátiás gyógyszer is készül a felhasználásával. A legtöbb esetben biztonságosan alkalmazható.

Hatásai: köptető, hurutoldó, vértisztító, immunerősítő, méregtelenítő, májtisztító, epehajtó, vérnyomáscsökkentő, enyhe nyugtató, görcsoldó, fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, vizelethajtó, vesekőoldó, összehúzó, hasfogó, sebgyógyító. Csökkenti a koleszterinszintet. Gombaellenes hatása kifejezetten a Candida ellen irányul.

Ajánlott: jótékony különféle veseproblémák (vesemedence-, vesegyulladás), valamint húgyhólyaggyulladás esetén. Átöblítéses kúrákra javasolt a vesék és a húgyutak gyulladással megbetegedéseinek, a húgykő illetve a vesehomok kezelésére, illetve megelőzésére. Segít epe-, és máj bántalmak, vénarendellenesség, reumás panaszok, krónikus bőrbetegségek meglétekor. Védi a kapillárisokat. Hat a vérre, az emésztőrendszerre és az alsó végtagokra. Különböző bélbetegségek esetén is ajánlják. Gyenge lázcsillapító, meghűlések, sőt még asztma esetén hasznát vehetjük. Segít erős

menstruációs vérzés esetén. Görcsoldó hatása az epe-, és gyomorgörcs enyhítése mellett a menstruációs fájdalmak csökkentésére is kiterjed.

Az erdei aranyvessző az ember érzelmi állapotát is kedvezően befolyásolja. Lelki megterhelés, veszteség, csalódás megélésekor igyunk egy nyugtató hatással is rendelkező aranyvesszőteát.

Külsőleg nehezen gyógyuló sebeket segít, csillapítja a vérzéseket. Teájával gargarizálhatunk száj-, és garatgyulladás, valamint köhögés esetén.

Teakészítés: 1-2 kávéskanálnyi drogból egy csésze vízzel készítsünk forrázatot. 2-3 adag fogyasztható naponta.

Sebgyógyító borogatás: 50 g drogot tegyünk egy liter forrásban levő vízbe és főzzük 2 percig. Amint elviselhető hőmérsékletűre hűlt a leszűrt főzet, mártsunk bele egy vászondarabot és borogassuk be vele az érintett testrészt. Naponta két alkalommal használjuk.

Nagy Annamária

HERBÁCIÓ

KÖNYVEK

Tartósítás régi módszerekkel

Vadon termő ehető növények, és közismert kultúrnövények kreatív tartósítási módszerei

HERBÁCIÓ KÖNYVEK: Tartósítás régi módszerekkel

Július elejétől kapható a nagyobb újságárusoknál, vagy megrendelhető a 30 437 8900 telefonon és a nzr@herbacio.hu emailcímen.

Ára 1995 Ft

www.herbacio.hu



1995 Ft

szörpök, szirupok, lekvárok, gyümölcsajtok, zselék, befőttek, aszaltványok, szárítottmányok, ecetek, savanyúságok, pástétomok, szodás-, sós-, olajos tartósítási eljárások...
Egyszerűen nagyszerűt, házilag...

KERTI kislexikon



Négy
évszak
tennivalói

Gyepfelújítás
Sziklakerti korrekció
Tavaszi palántázás
Fák, díszcserjék metszése
Kerti burkolatok fektetése

Balkonládák és virágok
Fügyomirtás
Mikor öntözzünk?
Komposztálás
Komposztláda készítése

Hagymás virágok ültetése
Látványos díszcserjék
Konténeres növények
Muskátlí telettetezése
A kert felkészítése a télre

Téllesítés a kertben
Növények téli tárolása
Fadöntési egyszerűség
Télikerti problémák
Madáretetés, madáretetők

A könyv végigvezeti a kedves olvasót mind a négy évszak legfontosabb kerti tennivalóin. Mind a díszkertek, mind a veteményeskertek hobbi művelői megtalálják a legfontosabb információkat ahhoz, hogy a kert művelése ne csak hasznos tevékenység, hanem kellemes időtöltés is legyen.

Ára: **1980 Ft**

Kapható az újságárusoknál és a könyvesboltokban,
illetve **0 Ft** postaköltséggel megrendelhető a kiadónál
a 1145 Budapest, Mexikói út 35/A. címen,
vagy a **220-9065, +36-30-201-9668** telefononszámokon,
illetve az **ezermester@ezermester.hu** email-címen!