



Vágott sebek, horzsolások

Sebek esetén a gyógynövényekre több szempontból is számíthatunk. Fertőtlenítésre, gyulladás csökkentésre és hámosításra is vannak megoldásaik...

Teafa (*Melaleuca alternifolia*): égési és vágott sebek felülfertőzése ellen, de láb-gombásodás ellen is jó. Tályogra külsőleg baktériumölőként. A tiszta olaj erős, bőrizgató hatású lehet, ekkor cseppentsük valami vivőolajba (mandula olaj, olívaolaj). Csak külsőleg alkalmazzuk.

Aranygyökér (*Hydastis canadensis*) csakúgy mint más sárga gyökerű fajok (borbolya, mahónia), nagy mennyiségű fertőzés gátló anyagot tartalmaz a növény: berberint és hidasztrint. A zúzott gyökér dunsztkötésként használható sebekre.

Ázsiai gázló (*Centella asiatica*) aзиátsav tartalma gyorsítja a sejtképződést, ami sebek esetén előnyös. Bőrártútetések esetén klinikai vizsgálatok is vannak e növény jó sebgyógyító hatásával kapcsolatban.

Fekete nadálytő (*Symphytum officinale*): ennek az allotonin tartalma van jó hatással a sebek gyógyulására. Összehúzó hatású csersav tartalma szintén segíti a hegesedést. Pirrolizidin alkaloidjai nagyobb mennyiségben májkárosítók lehetnek, ezért az újabb kutatások belsőleges használatát már nem javasolják. Külsőleg használva ilyen veszély nem áll fenn, ezért is nagyon elterjedt a fekete nadálytő krém, mely minden bioboltban kapható.

Indiáncsalán (*Monarda punctata*): Zúzott leveleit vodkában áztatva kész is a sebgyógyító tinktúra. Mivel alkoholtartalmú, külsőleg használt szerről van szó, friss sebet ne kezeljünk vele, csak már varasodottat.

Felületi sebek gyógyulásának gyorsítására használható még a **kasvirág (*Echinacea sp.*)** mely immunerősítő hatásáról ismert elsősorban. Meg kell még említeni a **körömvirágot (*Calendula officinalis*)** melyből kenőcsök készíthetők – több receptet közreadtunk már korábbi számainkban.

Az **Aloe vera** is sebgyógyító hatásáról vált közismertté, bár mély sebek esetén nem ez a leghatásosabb szer, ám égéseknél, akár Nap okozta leégésnél az egyik leghatásosabb. Számos készítmény kapható aloéból, de házilag is kinyerhetjük az értékes zselét a növényből. A vera változat mellett az *Aloe arborescens* is magas hatóanyag-tartalommal rendelkezik, és könnyen tartható hazánkban is. Van egy másik növény,



szintén zselés levél-belsővel ez a **Bulbine frutescens**, már „fagyálló aloének” is nevezik – annak ellenére hogy nincs köze ehhez a növénycsoporthoz, ám hatása hasonló, és mínusz 8-10 fokig fagyálló, tehát kertben is tartható.

Jó még sebekre az **árnika (Arnica montana)**, a **fokhagyma (Allium sativum)** bár utóbbi érzékenyebb bőrűeknél irritációt okozhat.

Az orvosi somkóró (Melilotus officinalis) és az **orvosi ziliz (Althea officinalis)** vizes kivonatai borogatásként használva gyorsítják a sebek gyógyulását.

A **szegfűszeg (Syzygium aromaticum)** olaja eugenok tartalmának köszönhetően nem csak sebgyógyító, de fájdalomcsillapító hatású is.

A népi orvoslás említi még a méz használatát, főleg a propolisz tartalmút, mely a sebre kenve védőréteget képez azon.

