

ZIELNIK DLA SARNY

KRWAWNIK

Zawarty w nim Cynk, jest ważnym składnikiem, gdyż wspomaga leczyć stany zapalne skóry, np. trądzik, liszaje. Ma właściwości przeciwkrwotoczne, tym samym wspomaga hamowanie krwawienia. Stosowany jest przy niewielkich krwawieniach z przewodu pokarmowego lub przy chorobie wrzodowej. Fitosterole i flawonoidy zawarte w jego kwiatach łagodzą stany zapalne gardła i jamy ustnej. Wspomaga również gojenie drobnych ran i zadrapań. Jest bardzo dobry w przypadku skóry z trądzikiem – działa kojąco i bakteriostatycznie. Szklanka gorącej herbaty z tego ziela zwalczy migrenę wywołaną zmianą pogody. Regularne picie tego napoju może spowodować całkowite ustąpienie migren.



MELISA

Napar i inne przetwory z liści tego ziela można stosować w stanach pobudzenia nerwowego, rozdrażnienia, stresu, zespołe przewlekłego zmęczenia, stanach lękowych i nerwicach wegetatywnych. Ponadto przynosi ukojenie w bólach głowy, także tych migrenowych. Może być stosowane również przy nerwicy serca, w stanach depresyjnych i melancholii. Sprawdza się także przy problemach z zasypianiem. Działanie uspokajające zawdzięcza składnikom olejku eterycznego, takim jak, m.in. kariofilen i cytral. Najlepiej hodować w przydomowym ogródku. Sproszkowana wersja, dostępna w sklepach, posiada niewiele olejku eterycznego, a co za tym idzie – wykazuje słabe, a nawet żadne działanie uspokajające.



DZIURAWIEC

Ze względu na bogaty skład ułatwia eliminację nagromadzonych toksyn z organizmu. Wykazuje również działanie żółciopędne i moczopędne. Dzięki temu oczyszcza drogi moczowe i żółciowe. Dodatkowym jego atutem są silne właściwości ochraniające wątrobę (odpowiedzialnej za detoksykację organizmu). Ponadto wykazuje działanie przeciwzapalne i odkażające. Stosowany jest w leczeniu w celu zlikwidowania stanów lękowych i bezsenności. Wykazuje silne działanie przeciwdepresyjne. Siłę działania przyrównuje się do powszechnie stosowanych farmaceutyków, zawierających promazyne.



BARSZCZ SOSNOWSKIEGO

UWAGA - ZAGROŻENIE!
Związki zawarte w tej roślinie przy kontakcie ze skórą i w obecności światła słonecznego, w szczególności ultrafioletowego, powodują oparzenia (fotodermatozę) II i III stopnia. Na siłę reakcji ma wpływ osobista wrażliwość poszczególnych osób, a poza tym zwiększa się ona w wysokich temperaturach i przy dużej wilgotności powietrza, w tym także w przypadku silnego spocenia się. W ciągu 24 godzin nasilają się objawy w postaci zaczerwienienia skóry (erythema) i pęcherzy z surowiczym płynem (oedema). Miejsca podrażnione na skórze zachowują wrażliwość na światło ultrafioletowe nawet przez kilka lat!

