

Ghidul Plantelor medicinale uzuale

Folosirea plantelor medicinale se bucură de o veche tradiție la noi în țară. Părintele istoriei, Herodot, a scris despre iscusința geto-dacilor în utilizarea lor multiplă. Aceasta se explică, pe de o parte, prin faptul că în mediul natural favorabil de la noi s-a dezvoltat o floră remarcabilă, în general, și medicinală, în special (pe teritoriul României vegetînd peste 3700 de specii, adică mai mult de jumătate din cele ce vegetează în întreaga Europă, din care peste 700 cu proprietăți medicinale), iar pe de altă parte, datorită faptului că populația autohtonă în secolele și mileniile de dăinuire neîntreruptă pe același teritoriu, îmbrățișînd ocupații strîns legate de natură, a avut prilejul să o cunoască îndeaproape, să o iubească și să o folosească în variate scopuri.

Lei 2550

FLORENTIN CRACIUN
MIRCEA ALEXAN
CARMEN ALEXAN

Ghidul Plantelor medicinale uzuale





redactor
MIHAI ZAHARIA
coperta si prezentarea grafica
arh JACK COHN
Tehnoredactor: Gh. Dociu



ghidul plantelor medicinale uzuale

text
ing. FLORENTIN CRĂCIUN
dr. biolog MIRCEA ALEXAN
ilustrații
biolog CARMEN ALEXAN

BUCUREȘTI 1994



Ghidul plantelor medicinale uzuale

CUPRINS

Introducere 10

I. *Plante fără flori sau cu flori fără învelişuri florale colorate* . . .

A. *Plante fără flori* . . . . . .

Lichenul de piatră (Cetraria islandica) 14
Coada calului (Equisetum arvense) 16

B. *Plante cu flori fără învelişuri florale sau fără învelişuri florale colorate* . . . . . .

Jneapănul, Pinul montan (Pinus montana ssp. mughus) . . . 18
Ienupărul (Juniperus communis) 20
Mesteacănul (Betula verrucosa) 22
Stejarul (Quercus sp.) 24
Nucul (Juglans regia) 26
Plopul negru (Populus nigra) 28
Salcia (Salix sp.) 30
Dudul (Morus sp.) 32
Hameiul (Humulus lupulus) 34
Urzica (Urtica dioica) 36
Vîscul (Viscum album) 38
Troscotul (Polygonum aviculare) 40
Reventul (Rheum sp.) 42
Frasinul (Fraxinus excelsior) 44
Ghimpele, Holera (Xanthium spinosum) 46
Porumbul (Zea mays) 48
Pirul medicinal (Agropyron repens) 50
Obligeana (Acorus calamus) 52

II. *Plante cu flori albe* . . . . . .

A. *Corola cu petale libere* . . . . . .

Ipcărigea, Ciuinul alb (Gypsophila paniculata) 56
Săpunariţa, Ciuinul roşu (Saponaria officinalis) 58
Traista ciobanului (Capsella bursa pastoris) 60
Păducelul (Crataegus sp.) 62
Zmeurul (Rubus idaeus) 64
Murul (Rubus fruticosus) 66
Fragul (Fragaria vesca) 68
Porumbarul (Prunus spinosa) 70
Cireşul, Vişinul (Cerasus sp.) 72
Salcîmul (Robinia pseudacacia) 74
Fasolea (Phaseolus vulgaris) 76
Nalba mare (Althaea officinalis) 78
Cruşinul (Rhamnus frangula) 80
Chimionul (Carum carvi) 82
Anasonul (Pimpinella anisum) 84
Coriandrul (Coriandrum sativum) 86

B. *Corola cu petale unite* . . . . . .

Volbura (Convolvulus arvensis) 88
Ungurașul (Marrubium vulgare) 90
Urzica moartă albă (Lamium album) 92
Roinița (Melissa officinalis) 94
Măghiranul (Majorana hortensis) 96
Busuiocul (Ocimum basilicum) 98
Socul (Sambucus nigra) 100
Coada şoricelului (Achillea millefolium) 102
Muşeţelul (Matricaria chamomilla) 104

III. *Plante cu flori galbene* . . . . . .

A. *Corola cu petale libere* . . . . . .

Rostopasca, Negelariţa (Chelidonium majus) 108
Muştarul alb (Sinapis alba) 110
Muştarul negru (Brassica nigra) 112
Trei fraţi pătaţi (Viola tricolor) 114
Sunătoarea (Hypericum perforatum) 116
Cătina (Hippophaë rhamnoides) 118
Coada racului (Potentilla anserina) 120
Cerenţelul (Geum urbanum) 122
Turiţa mare (Agrimonia eupatoria) 124
Sulfina (Melilotus officinalis) 126
Teiul (Tilia sp.) 128
Feniculul (Foeniculum vulgare) 130

B. *Corola cu petale unite* . . . . . .

Ciuboţica cucului (Primula officinalis) 132
Lumînărica (Verbascum sp.) 134
Pătlagina (Plantago sp.) 136
Ghinţura galbenă (Gentiana lutea) 138
Iarba mare (Inula helenium) 140
Pelinul (Artemisia absinthium) 142
Tarhonul (Artemisia dracunculus) 144
Podbalul (Tussilago farfara) 146
Arnica (Arnica montana) 148
Gălbenelele (Calendula officinalis) 150
Schinelul (Cnicus benedictus) 152
Păpădia (Taraxacum officinale) 154

IV. *Plante cu flori roşii* . . . . . .

A. *Corola cu petale libere* . . . . . .

Macul roşu de cîmp (Papaver rhoeas) 158
Coacăzul negru (Ribes nigrum) 160
Măceşul (Rosa canina) 162
Osul iepurelui (Ononis spinosa) 164
Răchitanul (Lythrum salicaria) 166
Răscoagea, Sburătoarea (Chamaenerion angustifolium) 168
Nalba de grădină (Althaea rosea var. nigra) 170
Nalba de cultură (Malva silvestris var. mauritanica) 172
Nalba mică, Caşul popii (Malva neglecta) 174

B. *Corola cu petale unite* . . . . . .

Afinul (Vaccinium myrtillus) 176
Merişorul (Vaccinium vitis idaea) 178
Plămînărica (Pulmonaria officinalis) 180
Talpa gîştii (Leonurus cardiaca) 182
Salvia (Salvia officinalis) 184
Cimbrul de grădină (Satureja hortensis) 186
Şovîrvul (Origanum vulgare) 188
Cimbrişorul de cîmp (Thymus serpyllum) 190

Cimbrul de cultură (Thymus vulgaris) 192
Ţintaura (Centaurium umbellatum) 194
Valeriana, Odoleanul (Valeriana officinalis) 196
Brusturele (Arctium lappa) 198
Anghinarea (Cynara scolymus) 200
Armurariul (Sylibum marianum) 202

V. *Plante cu flori albastre sau violete* . . . . . .

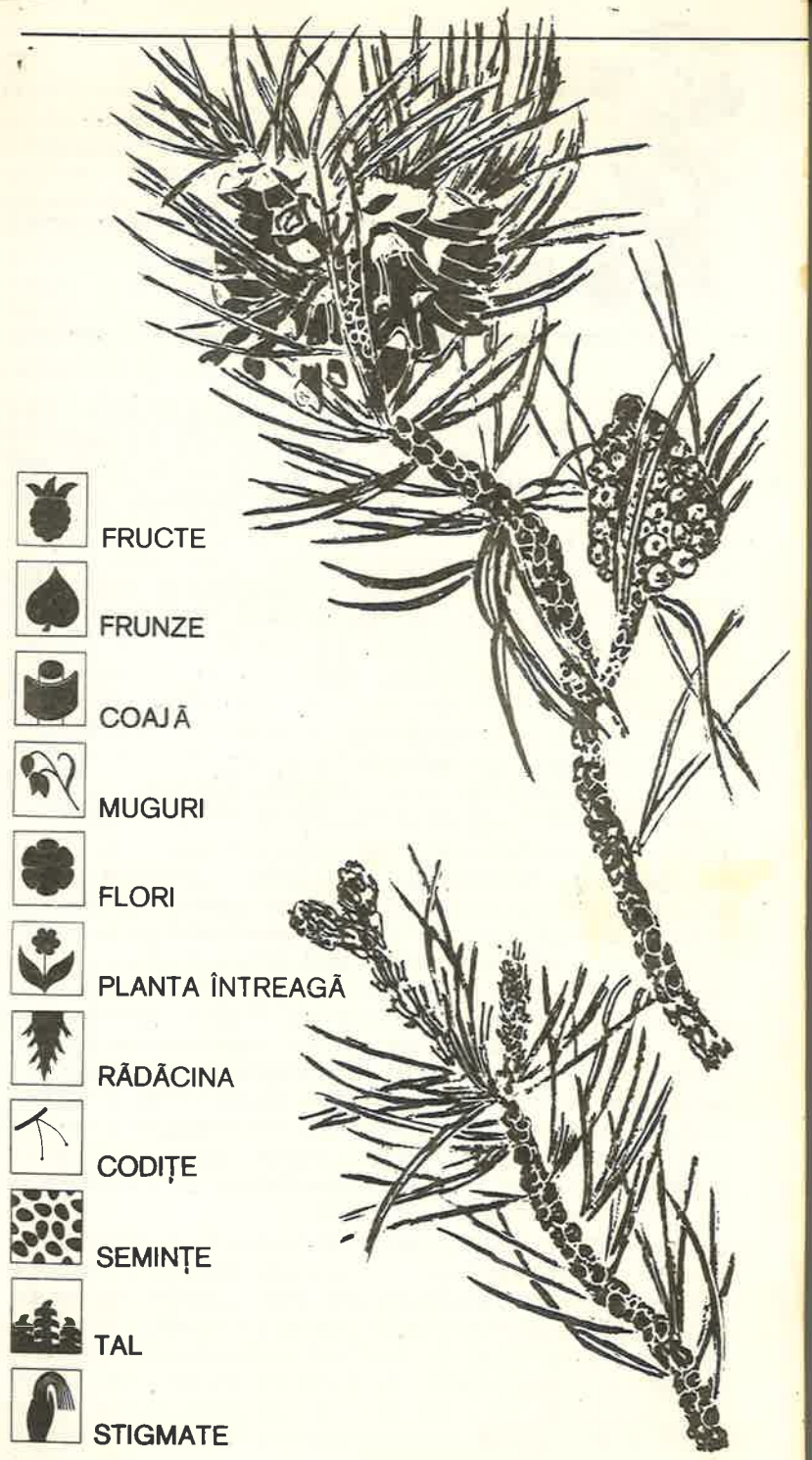
A. *Corola cu petale libere* . . . . . .

Lemnul dulce (Glycyrrhiza glabra) 206
Inul (Linum usitatissimum) 208
Scaiul vînăt (Eryngium planum) 210
Stînjenelul (Iris germanica) 212

B. *Corola cu petale unite* . . . . . .

Tătăneasa (Symphytum officinale) 214
Levănţica (Lavandula angustifolia) 216
Mătăciunea (Dracocephalum moldavica) 218
Isopul (Hyssopus officinalis) 220
Menta, Izma bună (Mentha piperita) 222
Ghinţura albastră, Lumînărica pămîntului (Gentiana asclepiadea) 224
Albăstrelele (Centaurea cyanus) 226
Cicoarea (Cichorium intybus) 228

Index de denumiri populare româneşti 230
Index de denumiri ştiinţifice 231
Index de denumiri în limba franceză 232
Index de denumiri în limba germană 233
Index de denumiri în limba maghiară 234
Index de denumiri în limba rusă 235
Dicţionar de termeni fitoterapeutici 236
Bibliografie selectivă 239





INTRODUCERE

Le întîlnim la tot pasul, dar necunoscîndu-le nu le dăm atenție: un fir de iarbă, o floare, alt fir de iarbă... și-n seva lor, în substanțele active depozitate în „cămările" celulelor pot sta vindecarea multor suferințe, alinarea multor dureri.

Asistăm astăzi la un paradox: în timp ce utilizarea plantelor medicinale este într-o vertiginoasă ascensiune (atît ca materii prime în industria de medicamente, cît și sub forme simple, casnice), tot mai puțini sînt cei care le pot recunoaște și recolta. Este în parte o consecință a urbanizării, a îndepărtării celei mai mari părți a populației de ocupații în legătură directă cu natura, care pentru cei mai mulți dintre noi a devenit doar un cadru de recreere la sfîrșit de săptămînă sau în vacanțe, fugare și superficiale prilejuri de a mai păstra contactul cu ea.

Folosirea plantelor medicinale se bucură de o veche tradiție la noi în țară. Părintele istoriei, Herodot, a scris despre iscusința geto-dacilor în utilizarea lor multiplă. Aceasta se explică, pe de o parte, prin faptul că în mediul natural favorabil de la noi s-a dezvoltat o floră remarcabilă în general și medicinală în special (pe teritoriul României vegetînd peste 3700 de specii, adică mai mult de jumătate din cele ce vegetează în întreaga Europă, din care peste 700 cu proprietăți medicinale), iar pe de altă parte, datorită faptului că populația autohtonă în secolele și mileniile de dăinuire neîntreruptă pe același teritoriu, îmbrățișînd ocupații strîns legate de natură a avut prilejul să o cunoască îndeaproape, să o iubească și să o folosească în variate scopuri.

Lucrarea de față își propune să fie un modest sprijin pentru cei interesați în a recunoaște plantele medicinale cel mai frecvent utilizate pentru a le putea recolta pentru „farmacia casnică" sau chiar pentru a valorifica surplusul, ca importantă sursă de venituri suplimentare, activitate accesibilă și persoanelor cu forță de muncă mai redusă. Sînt prezentate în acest sens numai produse cu acțiune certă, a căror utilizare este avizată de Ministerul Sănătății,

comercializate ca atare sau în formule de ceaiuri combinate prin magazinele Plafar și rețeaua farmaceutică.

Ținînd seama de interesul tot mai mare pentru cultivarea lor nu numai în unități agricole, ci și în grădini, parcuri și spații verzi, deoarece la multe specii se îmbină în mod armonios scopul ornamental cu cel al utilizării medicinale, precum și în gospodăriile personale, sînt prezentate într-un mod accesibil elemente sintetice privind tehnologia de cultură.

Pentru a fi cît mai util masei largi a celor interesați, sînt prezentate cele mai importante indicații terapeutice, plantele medicinale constituind adjuvante recunoscute în numeroase afecțiuni.

Ghidul cuprinde 104 monografii succinte ale celor mai uzuale plante medicinale care sînt însoțite de planșe color în scopul de a fi recunoscute cît mai ușor.

Monografiile sînt structurate după cum urmează:

— denumirea plantei în limba română (din multitudinea de denumiri populare s-a selectat cea mai frecvent și unanim redată în lucrările de specialitate), denumirea științifică, denumirile în limbile franceză, germană, maghiară și rusă, precum și poziția sistematică a speciei;

— caracterizarea morfologică, succintă, a plantei, cu cîteva elemente mai semnificative care să ajute la recunoașterea ei;

— partea utilizată și perioada optimă de recoltare indicată cu cifre romane (ex. V—VII însemnînd că planta se recoltează din mai pînă în iulie);

— ecologia și răspîndirea speciilor în flora spontană, precum și zonele cele mai indicate pentru cultivarea lor;

— la speciile de cultură, tehnologia de cultură cu principalele elemente privitoare la plantele premergătoare, îngrășămintele recomandate, lucrările pregătitoare pentru însămînțare sau plantare, însămînțarea (plantarea), lucrările de întreținere și recoltare;

— principiile active cele mai importante care explică acțiunea farmacologică a plantei;

— acțiunea farmacologică;

— recomandări pentru întrebuințările plantei în condiții casnice, subliniindu-se, în mod deosebit, cele majore care reprezintă o adevărată carte de vizită a plantei;

— modul de întrebuințare, atît în uz intern, cît și în uz extern;

— ceaiurile combinate Plafar în a căror formulă intră respectiva specie;

— la produsele la care este cazul, se menționează contraindicațiile și riscurile de confundare cu alte specii nemedicale.

În scopul accentuării caracterului practic al ghidului, pentru ușurința determinării, s-a pornit de la un element extrem de ușor de detectat, respectiv culoarea corolei, speciile fiind grupate în plante fără flori sau fără învelișuri florale (sau dacă acestea există, sînt necolorate), plante cu flori cu corola albă, galbenă, roșie sau albastră (violetă), elementul respectiv fiind figurat printr-un pătrat din respectiva culoare plasat în colțul din dreapta de sus al planșei. Pentru a se ușura și mai mult determinarea plantelor cu flori avînd corola de o anumită culoare, s-a făcut subîmpărțirea în flori cu corola din petale libere sau din petale unite, un element, de asemenea, lesne de recunoscut. Cele cu petale libere au fost figurate printr-un pătrat din segmente colorate, alternînd cu segmente necolorate, în timp ce caracterul „petale unite" a fost figurat printr-un pătrat plin.

În cadrul unei grupări astfel constituite (de ex. „flori galbene cu corola din petale libere"), speciile au fost trecute în ordine sistematică, conform Florei R.P.R.—R.S.R.

De asemenea, pe planșe s-a indicat și proveniența plantei, respectiv din flora spontană sau culturi, precum și simbolul părților de plantă care se utilizează. Se consideră a fi din flora spontană și speciile cultivate în alte scopuri (alimentar, ornamental etc.).

Autorii

1. PLANTE FARA FLORI SAU CU FLORI FARA INVELISURI FLORALE COLORATE

PLANTE FARA FLORI



PLANTE CU FLORI FARA INVELISURI FLORALE SAU FARA INVELISURI FLORALE COLORATE





LICHENUL DE PIATRĂ

CETRARIA ISLANDICA (L.) ACH. — FAM. PARMELIACEAE

Fr.: Lichen d'Islande; G.: Isländisches Moos; M.: Izlandi zuzmó; R.: Islandski lişainik.

Lichenul de piatră sau de Islanda cum se mai numeşte are talul în formă de tufă mică, cu lobi divizaţi în două şi răsuciţi, brun-verzui pe faţa superioară, mai deschişi pe faţa inferioară.

Partea utilizată. Talul (Lichen Islandicus) — IV—XI.

Ecologie, răspîndire. Pe stînci şi pe platourile din zona alpină, uneori în jnepenişuri, îndeosebi pe Muntele Mic în Banat, Ţarcu, Godeanu, Masivul Retezat, Munţii Făgăraşului, Parîngului, Sibiului şi în judeţele Maramureş, Bistriţa-Năsăud, Covasna, Harghita, Mureş şi Suceava.

Recoltarea. Talul se desprinde uşor de pe substrat. Acolo unde este abundent, se poate strînge chiar cu grebla pentru fîn. Imediat după recoltare se curăţă de resturi de muşchi, urme de iarbă, alte impurităţi.

Principii active. Mucilagii (70% solubile), acizi lichenici, principii amare.

Acţiune farmacologică. Emolient al căilor respiratorii şi digestive; antitusiv; tonic aperitiv şi stomachic; stimulează secreţia biliară şi pancreatică; antivomitiv; febrifug.

Recomandări majore. Cataruri respiratorii (bronşite, laringite, traheite).

Alte recomandări. Anorexie; atonie gastrică şi dispepsii; afecţiuni hepatice; insuficienţă pancreatică; vomă (la gravide, în migrene, rău de mare, greaţă după anestezie); stări febrile.

Mod de administrare. Decoct (1 linguriţă la cană, la care se adaugă un vîrf de cuţit de bicarbonat de sodiu) care se bea rece, în înghiţituri mici pentru vomă şi cald pentru celelalte recomandări; tinctură (20 g la 100 ml alcool) din care se iau 30—50 picături pe zi, timp de 8 zile.



COADA CALULUI

EQUISETUM ARVENSE L. — FAM. EQUISETACEAE

Fr.: Préle, Queue-de-cheval; G.: Ackerschachtelhalm; M Mezei zsurló; R.: Hvoşci palevoi.

Plantă perenă ierboasă, erectă, cu tulpini de două feluri (în ordinea apariţiei), fertile, de culoare brună, terminate cu un spic şi sterile, verzi (înalte de 30—70 cm), costate, cu ramificaţii verticilate.

Partea utilizată. Tulpinile sterile (Herba Equiseti) — VII—IX.

Ecologie, răspîndire. Această plantă creşte în locuri umede, culturi prăşitoare, rîpe argiloase, la margini de cale ferată, îndeosebi în zona de deal, mai abundentă în Transilvania, centrul şi nordul Moldovei, zonele de deal din Muntenia şi Oltenia.

Recoltare. Tulpinile se taie cu secera sau cuţitul de la 5—6 c[illegible] de la sol.

Principii active. Acid silicic (din care 10—20% solubil), saponine, flavonoide, săruri de potasiu, urme de ulei volatil, un principiu amar, vitamina C.

Acţiune farmacologică. Diuretic (inclusiv cu acţiune uşor antiseptică); declorurant; remineralizant; hemostatic; neutralizant gastric; expectorant; antieczematos; antisudorific.

Recomandări majore. Afecţiuni renale (inclusiv în infecţii urinare), hidropizii, albuminurie, gută.

Alte recomandări. INT. — Afecţiuni cardiace; adjuvant în TBC pulmonar; anemii; prevenirea cariilor şi fortifierea unghiilor fragile; hemoroizi; dismenoree; hematurie; sîngerări ale mucoasei nazale, hemoptizii; gastrite hiperacide, ulcer; tuse cu expectoraţie. EXT. — Ulcere varicoase; eczeme; transpiraţia fetidă a picioarelor (împreună cu Salvia).

Mod de administrare. INT. — Decoct (1 lingură la cană), 2 căni pe zi, cald, înainte de mese; macerat la rece (6—8 ore, în aceleaşi proporţii); pulbere (1 vîrf de cuţit pe zi, ca remineralizant). EXT. — Decoct foarte concentrat (100 g la litru).

Intră în formula ceaiurilor diuretice 2 şi 3 şi antireumatic.

Confuzii: se pot face cu alte specii de Equisetum, dintre care cea mai toxică este E. palustre (Barba ursului de bahne), care are, în general, un singur fel de tulpini, cu spice sporifere terminale, iar ramificaţiile în secţiune au 5 muchii şi sînt goale la interior (la E. arvense sînt pline).

Alte specii: E. silvaticum (Ruşinea ursului) — cu ramificaţii foarte subţiri, plecate în jos; E. maximum (Coada calului mare) — mult mai viguroasă (înaltă pînă la 1,20 m şi groasă de 1—1,5 cm), foarte ramificată (ramificaţii cu 8—11 muchii), goală la interior.



JNEAPĂNUL

PINUS MUGO TURRA SIN PINUS MONTANA MILL. SSP. MUGHUS (SCOP.) WILLK. — FAM. PINACEAE

Fr.: Pin de montagne; G.: Berg-Föhre; M.: Törpefenyő; R.: Sosna koha.

Jneapănul sau pinul montan este un arbust tîrîtor cu ramuri ascendente, cu aspect tufos, înalt pînă la 2—3 m, frunze aciculare lungi, grupate cîte 2 într-o teacă.

Partea utilizată. Mugurii (Turiones Pini), recoltați înainte de a se desface — III—IV.

Ecologie, răspîndire. Etajul alpin (1500—2300 m), deasupra pădurilor de conifere, în mase compacte sau pîlcuri, vegetînd într-un climat rece, cu precipitații abundente și vînturi puternice. Se întîlnește în tot lanțul carpatic, cu deosebire în M. Rodnei, Călimani, Iezer-Păpușa, Sebeșului, Parîngului, Retezat, mai rar în Apuseni (în masivul Bucegi este specie ocrotită).

Recoltare. Mugurii se rup cu rămurica de susținere pînă la 3 cm. Se usucă la umbră și cît mai rapid, pentru a nu se desface.

Principii active. Ulei volatil, tanin, rezine, vitamina C.

Acțiune farmacologică. Emolient și antiinflamator pentru aparatul respirator; antiinflamator al căilor urinare; antireumatismal; antiseptic și cicatrizant.

Recomandări majore. Bronșite, traheite, laringite, tuse de diferite etiologii.

Alte recomandări. INT. — Pielite, cistite, uretrite; adjuvant în calculoza renală. EXT. — Reumatism; plăgi. COSM. — Calmant al tenurilor înroșite, congestionate și iritate.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi; sirop pectoral din 100 g muguri zdrobiți, macerați 12 ore în 100 ml alcool, peste care se toarnă 1/2 l apă clocotită și se strecoară după 6 ore, adăugîndu-se 650 g zahăr care se dizolvă la cald, completîndu-se cu apă pînă la 1 l. EXT. — Băi antireumatismale cu infuzie; loțiuni ale tenului, de asemenea cu infuzie.

Intră în compoziția ceaiului antibronșitic și aromatizantului pentru băi.



IENUPĂRUL

JUNIPERUS COMMUNIS L. — FAM. CUPRESSACEAE

Fr.: Genévrier commun; G.: Wacholder; M.: Boróka; R.: Mojjevelnik abîknavennîi.

Arbust cu frunze aciculare, dispuse în verticile de cîte 3 şi fructe false — pseudobace, negre-albăstrui.
Partea utilizată. Pseudobacele (Fructus Juniperi) X—XII (putîndu-se prelungi pînă în primăvară).
Ecologie, răspîndire. Specie invadantă în întregul lanţ carpatic (700—1400 m), adesea în pîlcuri sau tufărişuri, î rarişti, poieni, păşuni, putînd vegeta pe solurile cele mai sărace. Recoltabil în cantităţi mai mari în toată Transilvania (mai puţin jud. Sălaj şi Satu-Mare), Moldova (jud. Bacău, Neamţ, Suceava, Vrancea), Muntenia (Argeş, Buzău, Prahova), Oltenia (jud. Gorj, Vîlcea).
Recoltare. Prin lovirea sau scuturarea uşoară a ramurilor pentru a nu se desprinde şi pseudobacele verzi; sub locul de recoltare se pune o prelată.
Principii active. Ulei volatil (cu pinene, borneol, camfen, cadinen), substanţă amară (Juniperina), acizi organici (gliceric, l-ascorbic, acetic, malic, formic), răşini.
Acţiune farmacologică. Diuretic cu acţiune directă asupra parenchimului renal; dezinfectant puternic al căilor renale, digestive, respiratorii; tonic-stomachic; carminativ; sudorific şi depurativ; uşor hipoglicemiant; antireumatismal.
Recomandări majore. Afecţiuni renale şi ale căilor urinare (cistite, uretrite) de natură infecţioasă şi inflamatorie; edeme cardio-renale.
Alte recomandări. INT. — Reumatism, gută; dispepsii, atonie gastrică; colite de fermentaţie, balonări; bronşite acute sau cronice; gripă; diabet; ateroscleroză. EXT. — Reumatism; eczeme, acnee, alte dermatoze; guturai.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1/2—1 linguriţă la cană) care se bea în cursul unei zile; decocţie slabă (cca 20 pseudobace la litru) luată în cursul unei zile; tinctură (20 g macerate 8 zile în 100 ml alcool), 20—25 picături de 2—3 ori pe zi. EXT. — Fricţiuni antireumatice cu ulei (5% în alcool) sau cu oţet aromatic (50 g macerate 2—3 zile în 100 ml alcool, peste care se toarnă 1 l oţet, macerîndu-se 7—8 zile); băi sau



comprese cu decoct (20—30 g la litru); fumigaţii cu ienupere puse pe jar contra guturaiului.
Intră în formula ceaiului antireumatic.
Contraindicaţii. În doze mari irită căile urinare, putînd duce la hematurie. Contraindicat pentru persoane cu leziuni ale căilor urinare şi pentru gravide.
Confuzii. Se pot produce cu pseudobacele de Juniperus sabina L. (cetină de negi), care sînt toxice. Caractere de deosebire: Pseudobacele au o cicatrice în formă de stea cu 3 colţuri (la J. sabina cu 4 colţuri), de regulă cu 3 seminţe (la J. sabina numai 1—2); frunzele sînt aciculare, pungente, dispuse în verticile de cîte 3 (la J. sabina sub formă de solzi imbricaţi).

MESTEACĂNUL

BETULA VERRUCOSA EHRH. — FAM. BETULACEAE

Fr.: Bouleau; G.: Birke; M.: Közönséges nyirfa; R.: Bereza pavislaia.

Arbore înalt pînă la 30 m, cu frunziș rar, luminos, flori unisexuate grupate în amenți, scoarță albă și netedă care se exfoliază specific în fișii circulare.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Betulae) — V—VIII.
Ecologie, răspîndire. Specie întîlnită mai ales în păduri de deal, putînd urca pînă în zona montană în păduri de amestec cu coniferele, în întregul lanț al Subcarpaților. Cel mai ușor se recoltează frunzele unde mesteacănul apare invadant în tăieturi, doborîturi sau arsuri.
Recoltare. Se strujesc ramurile în stadiul tînăr, cînd sînt încă lipicioase. După înlăturarea resturilor de rămurele, muguri, frunze brunificate, se usucă la umbră, în strat subțire.
Principii active. Saponine, substanțe amare, mucilagii, tanin, ulei volatil, betulină (glicozid flavonic), alantoină, acid cafeic.
Acțiune farmacologică. Diuretic puternic cu eliminare masivă de acid uric, colesterol și alte toxine; depurativ; antiinflamator articular și cutanat; coleretic; tonic capilar.
Recomandări majore. Întreaga gamă a afecțiunilor renale inclusiv calculoză;
Alte recomandări. INT. — Edeme cardiorenale; reumatism, gută, artroză; azotemie (uremie); hipercolesterolemie; afecțiuni hepatice. EXT. — Igienă capilară; iritații cutanate.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriță la cană la care se adaugă la răcire un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu, lăsîndu-se 6 ore în repaus) cîte 2—3 căni pe zi. EXT. — Infuzie de 3—4 ori mai concentrată.
Intră în formula ceaiurilor antireumatic și diuretic 2.



STEJARUL

QUERCUS ROBUR L. — FAM. FAGACEAE.

Fr.: Chêne; G.: Stiel-Eiche; M.: Kocsányos tölgy; R.: Dub.

Arbore viguros cu ramuri noduroase întinse orizontal, scoarţă brăzdată adînc, frunze caracteristice, penat-sinuate, fructe (ghinde) de asemenea caracteristice.
Partea utilizată. Scoarţa (Cortex Quercus) care se recoltează şi de la alte specii de Quercus — III—V.
Ecologie, răspîndire. Speciile de Quercus ocupă peste 21% din suprafaţa pădurilor noastre, începînd din zona de cîmpie şi pînă în zona dealurilor.
Recoltare. Primăvara, la începerea circulaţiei sevei, se recoltează numai scoarţa netedă a ramurilor de 3—5 a cu grosimea pînă la 10 cm, de pe arborii rezultaţi din tăieri. Recoltarea se face prin inelare (se fac tăieturi inelare la distanţă de 10—30 cm, care se unesc apoi printr-o tăietură în lung, rezultînd fragmente în formă de tub) sau prin aşchiere (în acest caz se detaşază şi lemn, care nu este admis în produs).
Principii active. Taninuri, substanţe triterpenice, derivaţi flavonoidici.
Acţiune farmacologică. Astringent şi antiseptic asupra florei microbiene; hemostatic; cicatrizant.
Recomandări majore. Diaree, enterite.
Alte recomandări. INT. — Hemoragii, scaune cu mele antidot în otrăviri cu alcaloizi şi unele metale. EXT. — Gingivite sîngerînde; hemoroizi; boli de piele; ulceraţii; degerături; transpiraţia excesivă a mîinilor şi a picioarelor; leucoree.
Mod de întrebuinţare. INT. — Decoct (2 linguriţe la cană) care se bea în cursul unei zile. EXT. — Decoct concentrat (2 linguri la cană) cu care se fac gargarisme, băi locale, comprese, spălături vaginale.
Intră în formula ceaiului antidiareic.



NUCUL

JUGLANS REGIA L. — FAM. JUGLANDACEAE

Fr.: Noyer; G.: Nussbaum; M.: Diófa; R.: Areh grețkii.

Cunoscut arbore fructifer, foarte viguros, cu frunze imparipenate, flori unisexuate, cele mascule în amenți negricioși, cele femeiești în vîrful ramurilor.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Juglandis) — VI—VI coaja verde a nucii (Pericarpus Nucis juglandis) — VIII—IX.
Ecologie, răspîndire. Specie cultivată în întreaga țară, prin livezi, grădini, vii, curți, la marginea șoselelor, mai ales în regiunea podgoriilor, uneori se întîlnește sălbăticit prin păduri din regiuni cu influență mediteraneeană (Banat, sud-vestul Olteniei, vestul Munteniei).
Recoltare. Frunzele prin strujirea foliolelor de pe axul principal; pericarpul se cojește imediat după recoltarea nucilor.
Principii active. Tanin, ulei volatil, un principiu amar (juglandină), juglonă, flavonoide, vitamina C.
Acțiune farmacologică. Astringent (antidiareic și antihemoragic); antidiabetic cu scădere accentuată a glicemiei; ușor hipotensiv; antisudorific; tonic; cicatrizant.
Recomandări majore. Diaree, enterite; hemoragii.
Alte recomandări. INT. — Diabet; hipertensiune; transpirație excesivă (îndeosebi cea noctură a bolnavilo TBC); scrofuloză și rahitism (inclusiv în uz extern). EXT. — Răni; leucoree, eczeme.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriță la cană), 1—2 căni pe zi. EXT. — Infuzie mai concentra (2—3 linguri la cană) pentru cataplasme sau băi locale. Intră în formula ceaiurilor dietetic și antidiareic.





PLOPUL NEGRU

POPULUS NIGRA L. — FAM. SALICACEAE

Fr.: Peuplier noir; G.: Schwarzpappel; M.: Fekete nyárfa; R.: Asakori.

Arbore înalt pînă la 30—35 m, putînd atinge diametr de 2 m, se deosebeşte de celelalte specii de plop prin frunzele deltoide (triunghiulare).

Partea utilizată. Mugurii (Gemmae Populi) — II—III.

Ecologie, răspîndire. Plopul negru se întîlneşte în regiuni joase, pe aluviuni, prin zăvoaie, lunci, poieni umede, abundent în Lunca şi Delta Dunării, ca şi în luncile principalelor rîuri, în partea dinspre aval a acestora. Plantat pe marginea şoselelor de cîmpie.

Recoltare. Mugurii se recoltează nu cînd sînt desfăcuţi, ci cînd încep să se umfle şi sînt vîscoşi datorită secretăr unui clei. Deoarece recoltarea direct de pe arbore este mai puţin productivă, se va urmări ca strîngerea mugurilor să se facă în locurile unde se taie astfel de arbori.

Principii active. Glicozizi fenolici (salicina, populina), ulei volatil, tanin, saponozide.

Acţiune farmacologică. Antiseptic al căilor urinare şi respiratorii; diuretic cu eliminare de acid uric; sedativ al durerilor reumatismale; expectorant; astringent; cicatrizant.

Recomandări majore. Stări inflamatorii ale căilor respiratorii (bronşite, traheite, laringite) şi urinare (cistite, pielite); hemoroizi.

Alte recomandări. INT. — Litiază urică; dureri reumatismale; febră musculară; tuse (în faza de coctiune). EXT. — Reumatism; arsuri.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriţă la cană), 1—2 căni pe zi, în mai multe reprize. EXT. — Fricţiuni antireumatismale cu tinctură (20 g macerate 8 zile în 100 ml alcool) timp de o lună; ulei (200 g muguri fierţi 1—2 ore pe baie de apă în 500 ml ulei), ca unguent în hemoroizi, fisuri anale, arsuri. Intră în formula aromatizantului pentru băi.

Confuzii. Spre deosebire de mugurii altor specii de plo cei de plop negru sînt ascuţiţi şi lungi pînă la 2 cm (la plopul alb şi cel tremurător sînt ovoizi şi mult mai mici — 3—4 mm la plopul alb şi 6—7 mm la cel tremurător).



SALCIA

SALIX SP. (S. ALBA L., S. PURPUREA L., S. FRAGILIS L., S. PENTANDRA L., S. CAPREA L. Ş.A.).

Fr.: Saule; G.: Silber Weide; M.: Fehér füz; R.: Iva.

Arbore înalt pînă la 20 m, cu coroană neregulată, frun lanceolate, flori unisexuate grupate în amenţi (mîţişori) caracteristici.
Partea utilizată. Coaja (Cortex Salicis) — III—VI.
Ecologie, răspîndire. Specie de lunci şi zăvoaie, cu cerinţe mari faţă de umiditate, pe toate văile rîurilor, îndeosebi în zona de cîmpie.
Recoltare. În perioada de circulaţie abundentă a sevei, scoarţa se jupoaie cu uşurinţă de pe ramurile tinere de 2—3 ani.
Principii active. Glicozizi fenolici (salicina, populina), tanin, flavonozide.
Acţiune farmacologică. Antireumatismal; analgezic; febrifug; astringent (antidiareic şi hemostatic); uşor sedativ nervos; cicatrizant.
Recomandări majore. Reumatism (atît în uz intern, cît în uz extern).
Alte recomandări. INT. — Diaree; hemoragii; stări febrile; nevralgii gutoase; răceli; stări depresive, insomnii. EXT. — Răni, ulceraţii, hemoroizi; stomatite şi faringite.
Mod de administrare. INT. — Decoct (1 lingură la cană 1—2 căni pe zi; pulbere (2—3 g/zi) luată între mese. EXT. — Decoct concentrat (2—3 linguri la cană) pentru băi, loţionări şi gargarisme.
Intră în compoziţia ceaiului antireumatic.



DUDUL

MORUS SP. (M. ALBA L., M. NIGRA L.) — FAM. MORACEAE

Fr.: Mûrier; G.: Maulbeerbaum; M.: Eperfa; R.: Tut.

Acest arbore este cultivat în principal pentru frunzele sale folosite ca hrană pentru viermii de mătase.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Mori) — VI—VIII.
Ecologie, răspîndire. Dudul este cultivat în aliniamente stradale, pe marginea şoselelor, în curţi, în toată zona de cîmpie şi deal, iar uneori creşte sălbăticit în păduri de luncă, mai cu seamă în sudul şi vestul Olteniei, Banat, Muntenia, sudul Moldovei.
Recoltare. Prin ciupirea frunzelor fără peţiol sau prin strujire, dar apoi se rupe peţiolul.
Principii active. Tanin, acid folic, arginină, provitamina A, acizi organici (acetic, propionic), cetone, butilamină.
Acţiune farmacologică. Hipoglicemiant uşor; astringent.
Recomandări majore. Diabet.
Alte recomandări. Enterite cronice.
Mod de administrare. Infuzie (2 linguriţe la cană), 2—3 căni pe zi, de preferinţă în amestec cu alte antidiabetice (frunze de salvie, afin, nuc ş.a.).
Intră în formula ceaiului dietetic.



HAMEIUL

HUMULUS LUPULUS L. — FAM. CANNABINACEAE

Fr.: Houblon; G.: Hopfen; M.: Komló; R.: Hmeli abîknavennii.



Plantă erbacee volubilă, cu frunze lobate asemănătoare viței-de-vie, din flora spontană, care este și cultivată pentru industria berii.

Partea utilizată. Inflorescențele femele „conurile" (Strobuli Lupuli) — VIII—IX.

Ecologie, răspîndire. Crește în flora spontană din zăvoaie, lunci, tufișuri, crînguri, pe garduri, în zona de cîmpie și deal, pînă la altitudinea de 800—1000 m, în Transilvania, Moldova (jud. Neamț, Suceava, Vrancea), Muntenia (jud. Argeș, Brăila, Giurgiu, Prahova), Oltenia (jud. Vîlcea), Delta Dunării. Se cultivă pentru industria berii, în special, în bazinul Tîrnavei Mari.

Recoltare. Conurile încă verzi și cu bracteele alipite se culeg prin ciupire, con cu con, cu pedunculul sub 1 cm. Uscarea se face la umbră, pe hîrtie, iar praful galben-verzui care se scutură se folosește împreună cu produsul.

Principii active. Ulei volatil (cca 1%) cu sescviterpene, esteri valerianici, mircen, geraniol, principii amare (humulona, lupulona), flavonoide, tanin.

Acțiune farmacologică. Sedativ nervos major; anafrodisiac; tonic-aperitiv și stomachic; diuretic cu eliminare de acid uric; calmant al durerilor menstruale; coleretic-colagog; activează circulația sanguină; antitrichomonazic; astringent.

Recomandări majore. Hiperexcitabilitate generală și sexuală; insomnii.

Alte recomandări. INT. — Anorexie; anemie; dispepsii atonie gastrică; gută, reumatism; diskinezie biliară și colecistită; menstre dureroase; tulburări circulatorii. EXT. — Trichomonoză vaginală. COSM. — Acnee și seboreea tenului.

Mod de administrare. Infuzie (2 linguri la cană) care se bea cu 30 minute înainte de culcare; conuri ținute într-un săculeț de tifon în dreptul nărilor (contra insomniilor). **EXT.** — Spălături vaginale cu infuzie concentrată (2 linguri la 100 ml apă); infuzie cu o lingură la cană în tratamente cosmetice.

Intră în formula ceaiurilor calmant și sedativ.

URZICA

URTICA DIOICA L. — FAM. URTICACEAE

Fr.: Grande ortie; G.: Grosse Brennessel; M.: Nagy csalán; R.: Krapiva dvudomnaia.

Plantă erbacee perenă, binecunoscută la noi în ţară, cu frunzele avînd peri urticanţi caracteristici.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Urticae) — VI—IX. Se mai citează şi rădăcinile (Radix Urticae), însă pentru a evita distrugerea bazinelor nu se recomandă recoltarea.
Ecologie, răspîndire. Urzica este o plantă tipic antropofi adică legată ecologic de aşezările omeneşti sau de locuri în care a intervenit activitatea umană (pe lîngă case, garduri, magazii, în locuri gunoite, în special pe lîngă stîne). Mai creşte pe malul apelor şi în tăieturi de păduri, în toată ţara.
Recoltare. Fie prin strujirea direct de pe plantă a frunzelor, cu mîna înfăşurată într-o cîrpă sau mănuşă groasă, fie prin cosirea părţii aeriene şi strujirea ulterioară, dar înainte de a se produce ofilirea. După recoltare, frunzele nu se ţin înghesuite, presate, deoarec se încing şi se înnegresc.
Principii active. Complex vitaminic (provitamina A, B_2, C, K), clorofilă, flavonoide, mucilagii, acid pantotenic, cetone.
Acţiune farmacologică. Depurativ de bază; diuretic cu eliminare masivă de acid uric; declorurant; expectorant şi antitusiv; antidiabetic; astringent (antidiareic şi antihemoragic); tonic general; tonic capilar; cicatrizant.
Recomandări majore. Eczeme rebele, psoriazis, pecingin (atît în cură internă, cît şi în aplicaţii externe), precum şi în cura depurativă de primăvară.
Alte recomandări. INT. — Litiază renală, reumatism, gută; edeme cardiorenale; bronşite; hemoroizi, hemorag interne, hemoragii uterine, dismenoree, sîngerări ale mucoasei nazale; stări diareice (inclusiv acţiune antimicrobiană puternică); avitaminoze. EXT. — Igiena capilară; ulcere varicoase; stomatite, gingivite, amigdalite.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 lingură la cană) 2—3 căni pe zi; sirop depurativ (250 g frunze macerate 12 ore în 1,5 l apă în clocot şi 500 g zahăr) din care se bea 50—100 g pe zi. EXT. — Decoct concentrat



(3—5 linguri la cană) pentru loţionări capilare (1—2 ori pe săptămînă), spălături locale, comprese.
Intră în formula ceaiului antibronşitic.

VÎSCUL

VISCUM ALBUM L. — FAM. LORANTHACEAE

Fr.: Gui; G.: Vogelmistel; M.: Fehér fagyöngy; R.: Amela belaia

Specie semiparazită pe arbori, verde şi peste iarnă, înaltă pînă la 60 cm, prinsă de substrat prin haustori puternici.
Partea utilizată. Frunzele cu rămurele tinere (Folium Visci cum stipites) — I—XII.

Ecologie, răspîndire. Vîscul creşte semiparazit pe aproape toate speciile de foioase, mai rar pe conifere, putînd apărea şi pe arbori fructiferi (cireş, prun, măr, păr). Răspîndit în toată ţara, mai ales în Transilvania (toate judeţele, dar în special Cluj, Sălaj, Bihor, Braşov, Mureş), Moldova (Suceava, Botoşani, Neamţ, Iaşi, Vrancea, Vaslui), Delta Dunării, mai puţin în judeţele de deal din Muntenia şi Oltenia.

Recoltare. Îndeosebi în perioada de iarnă, deoarece se distinge mai uşor din coroana arborilor şi se evită uşor confuzia cu vîscul de stejar (Loranthus europaeus) care are frunze căzătoare. Ramurile tinere se trag cu un cîrlig prins la capătul unei prăjini lungi. Se îndepărtează ramurile mai groase şi fructele (cu ajutorul unei perii aspre).

Principii active. Saponozide triterpenice, alcooli (viscoli), amine (colină, acetilcolină), aminoacizi, vitamine (C, E), glicozizi, polipeptide (viscotoxină).
Acţiune farmacologică. Hipotensor accentuat; vazodilatator coronarian şi periferic; antispasmodic.
Recomandări majore. Hipertensiune.
Alte recomandări. Ateroscleroză şi tulburări circulatorii; crize de astm, tuse convulsivă, sughiţuri persistente; migrene (legate de creşterea tensiunii).
Mod de administrare. Macerat la rece (2 linguriţe în 1/2 litru apă, 6—8 ore) care se consumă în cursul unei zile; pulbere (2 vîrfuri de cuţit pe zi).
Contraindicaţii. Persoane care au suferit accidente vasculare. În cazul unor tulburări de ritm cardiac şi respirator se renunţă la tratament.
Confuzii. Caractere de deosebire faţă de Loranthus europaeus (Vîscul de stejar):
— vîscul medicinal rămîne verde peste iarnă (v. de stejar are frunze căzătoare);



— frunze verzi-gălbui şi aproape sesile (la v. de stejar verde-închis şi peţiolate);
— fructe albe, grupate cîte 3 (la v. de stejar gălbui şi dispuse în mici ciorchini).

TROSCOTUL

POLYGONUM AVICULARE L. — FAM. POLYGONACEAE

Fr.: Renouée; G.: Vogelknöterich; M.: Porcsinfü; R.: Gareţ pticii.

Plantă anuală, mică, mai ales tîrîtoare, cu frunze ovate mici cu manşoane membranoase (ochree) la bază, flori mici, grupate la subsuoara frunzelor.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Polygonii) — VI—IX.

Ecologie, răspîndire. Troscotul este o plantă legată ecologic de aşezările omeneşti, creşte pe terenuri virane, la marginea drumurilor, a şanţurilor, în diferite culturi. Se adaptează pe orice tip de sol, suportă bătătorirea. Este răspîndit în toată ţara, mai ales în zona de cîmpie şi deal.

Recoltare. Plantele se smulg şi se curăţă de rădăcini sau se cosesc acolo unde cresc în masă.

Principii active. Glicozid flavonic (avicularina), tanin, acid salicilic.

Acţiune farmacologică. Diuretic; remineralizant; uşor hipotensiv; astringent; tonic-aperitiv; cicatrizant.

Recomandări majore. Afecţiuni renale, reumatism, gută.

Alte recomandări. INT. — Hipertensiune; convalescenţă, TBC pulmonar; diaree; hemoragii; anorexie. EXT. — Răni; hemoroizi.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriţe la cană), 2—3 căni pe zi, în cure de lungă durată. EXT. — Băi locale, cataplasme cu decoct concentrat (3 linguri la cană).

Intră în formula ceaiului gastric 2.



REVENTUL

RHEUM PALMATUM L. VAR. TANGUTICUM MAXIM, RH. OFFICINALE L. — FAM. POLYGONACEAE

Fr.: Rhubarbe; G.: Rhabarber; M.: Rebarbara; R.: Revent tangutskii.

Plantă erbacee de cultură, perenă, foarte viguroasă (1,50—2,50 m), în primul an numai cu rozetă bazală, din anul II şi cu frunze tulpinale foarte mari (ajungînd pînă la 1 m), palmat-lobate, peţiol gros suculent, flori purpuriu închis, mici, grupate în panicule compuse, terminale.

Partea utilizată. Rizomii (Rhizoma Rhei) — III—IV şi IX—XI.

Ecologie, zonare. Această plantă solicită umiditate ridicată în sol, cît şi în atmosferă, soluri adînci, fertile, cu conţinut ridicat în calciu (cele mai indicate brune sau brun-roşcate de pădure). Se recomandă cultivarea în jud. Braşov, Sibiu, ca şi în zona Subcarpaţilor.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale păioase de toamnă şi prăşitoare care eliberează terenul devreme. **Îngrăşăminte** — fosfor 80—100 kg/ha şi potasiu 40—50 kg/ha încorporate la arătura de bază împreună cu amendamente calcaroase 3—3,5 t/ha; azot 60—70 kg/ha, primăvara; în anul II—III cîte 30—40 kg/ha fosfor şi potasiu, toamna la ultima praşilă şi tot atît azot primăvara la prima praşilă mecanică. **Pregătirea terenului.** Arătură, adîncimea de la 28—30 cm, lucrare cu cultivatorul şi nivelatorul. **Însămînţare** — în pragul iernii cu semănătoarea SUP-21 cu limitatoare de adîncime, la 70 cm interval şi 1—1,5 cm adîncime, cu 6 kg/ha. **Lucrări de întreţinere** — plivit şi prăşit imediat ce rîndurile se disting, rărit cînd plantele au 2 perechi de frunze la 40—50 cm plantă de plantă pe rînd; în anul I, 1—2 praşile manuale şi 1—2 praşile mecanice, în anul II şi III, cîte 2 praşile manuale şi mecanice. **Recoltare** — cu plug fără cormană în toamna anului III, la încetarea vegetaţiei.

Principii active. Oximetilantrachinone; taninuri.

Acţiune farmacologică. Laxativ pînă la purgativ drastic, în funcţie de doză; tonic aperitiv; coleretic-colagog; vermifug.



Recomandări majore. Constipaţii.

Alte recomandări. Anorexie; diskinezie biliară; helmintiaze.

Mod de administrare. Pulbere; infuzie (1—1/2 linguriţe la cană) care se bea dimineaţa. Se calculează doza astfel încît să asigure 0,10—0,20 g pentru efectul tonic — aperitiv, 0,25—0,50 g ca laxativ şi 1—4 g ca purgativ drastic.

Contraindicaţii. Constipaţie cronică (deoarece acţiunea purgativă este urmată de constipaţie).

FRASINUL

FRAXINUS EXCELSIOR L. — FAM. OLEACEAE.

Fr.: Frêne; G.: Esche; M.: Magas köris; R.: Iaseni vîsokii.

Arbore viguros, înalt pînă la 35 m, cu frunze penat compuse şi fructe samare simple.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Fraxini) — V—VII.
Ecologie, răspîndire. Specie cu largă amplitudine ecologică, frasinul apare frecvent ca specie ornamentală pe străzi şi în spaţii verzi, fiind rezistentă la noxe (fum, gaze, praf).
Recoltare. Se strujesc foliolele de pe peţiolul principal şi se usucă la umbră, în strat subţire.
Principii active. Tanin, glicozizi flavonici (rutina) şi cumarinici (fraxina), acizi organici, vitamina C.
Acţiune farmacologică. Diuretic cu eliminare de acid uric; depurativ; laxativ uşor; coleretic — colagog; cicatrizant şi antiinflamator hemoroidal.
Recomandări majore. Reumatism, gută, uremie.
Alte recomandări. INT. — Constipaţie; diskinezie biliară. EXT. — Leucoree; hemoroizi; răni greu vindecabile.
Mod de administrare. Infuzie (o lingură la cană), 2—3 căni pe zi.
Intră în formula ceaiului antireumatic şi a pulberii laxativ-purgative.



GHIMPELE, HOLERA

XANTHIUM SPINOSUM L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Lampourde; G.: Distel, Dornige Spitzklette; M.: Szerbtövis; R.: Durnișnic igolciatîi.

Plantă ierboasă comună ca buruiană, recunoscîndu-se după tulpina înaltă de 80—90 cm, bogat ramificată, cu spini galbeni, trifurcați, de 2—3 cm, foarte înțepători, la subsuoara fiecărei frunze, fructele elipsoidale, lungi de 8—12 mm, cu spini mici îndoiți la capăt, la vîrf cu 2 ghimpi mai lungi și mai duri.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Xanthii spinosi) — VII—IX.

Ecologie, răspîndire. Specie comună în zona de cîmpie și deal, crește în preajma așezărilor umane, pe lîngă drumuri și căi ferate, în locuri necultivate.

Recoltare. Datorită spinilor, recoltarea se face cu mănuși groase, tăindu-se cu o foarfecă lungă sau cuțitul, ori cu sapa bine ascuțită.

Principii active. Acid cafeic, acid clorogenic, flavone, fitosteroli, saponine, tanin, ulei volatil.

Acțiune farmacologică*. Antiinflamator și anticongestiv; dezinfectant; cicatrizant.

Recomandări majore. Adenom de prostată (preventiv și curativ, inclusiv postoperator) și alte stări inflamatorii ale prostatei.

Alte recomandări. Cistopielite; litiaze renale (pînă la mărimea unui bob de piper).

Mod de administrare. Decoct (1 g la cană) care se bea înainte de mese cu 1/2 oră, 2 căni pe zi în primele 6 luni de cură, apoi cîte o singură cană pe zi. Cura durează 6—18 luni în afecțiuni de prostată, 3—5 luni în cistopielite și cure de întreținere toată viața în litiaze renale. Se recomandă asocierea cu un diuretic. Se evită consumul de condimente, fructe acre, lactate fermentate, alcool.



* Descoperirea proprietăților terapeutice ale plantei este prioritate românească, datorată unui colectiv de la I.M.F. Cluj-Napoca, sub conducerea conf. dr. Pavel Petcu.

PORUMBUL

ZEA MAYS L. — FAM. GRAMINEAE

Fr.: Maïs; G.: Kukuruz; M.: Törökbúza; R.: Kukuruza.

Porumbul este una din cele mai importante cereale, în mod secundar şi cu importanţă medicinală.
Partea utilizată. Stigmatele — popular „mătasea" (Stigmata Maydis) — IX—X.
Ecologie, răspîndire. Plantă cerealieră larg răspîndită, îndeosebi în zona de cîmpie, mergînd pînă în cea de deal, în întreaga ţară.
Recoltare. Materia primă de cea mai bună calitate este dată de porumbul în lapte, la care stigmatele sînt verzi. Se poate recolta şi de la porumbul maturat, o dată cu depănuşarea, îndepărtîndu-se părţile înnegrite, uscate.
Principii active. Săruri minerale (potasiu, calciu, siliciu), fitosteroli, saponine, ulei volatil, alantoină, vitamine (C, E, K).
Acţiune farmacologică. Diuretic energic şi neiritant, cu proprietăţi uşor sedative; eliminare de urați; hemostatic; coleretic.
Recomandări majore. Afecţiuni ale aparatului urinar (litiază renală, cistită, colici nefretice, albuminurie).
Alte recomandări. Edeme cardiorenale şi insuficienţă cardiacă; azotemie; reumatism şi gută; colecistită şi diskinezie biliară; dismenoree, tulburări de menstruaţie.
Mod de administrare. Infuzie (1 linguriţă la cană), 2 căni pe zi, în scop diuretic doza se poate dubla.
Intră în formula ceaiurilor diuretic 2 şi 3 şi hepatic.





PIRUL MEDICINAL

AGROPYRON REPENS (L.) BEAUV. — FAM. GRAMINEAE

Fr.: Chiendent; G.: Quecke; M.: Tarackbúza; R.: Pîrei palzucii.

Graminee perenă, înaltă de 0,2—1 (1,5) m, cu spicul din spiculeţe comprimate lateral, dispuse în nişte scobituri pe axul spicului, rizomul stolonifer lung de cîţiva metri, ramificat, cu noduri la cca 5 cm, învelite în frunzuliţe membranoase mici.

Partea utilizată. Rizomii (Rhizoma Graminis) — III—IX.

Ecologie, răspîndire. Pirul este o buruiană de cultură care înţeleneşte terenurile prost întreţinute. Mai creşte pe coaste uscate, aride, nisipoase sau argiloase, din cîmpie şi pînă în zona montană inferioară. Zonele cele mai importante: centrul şi nordul Moldovei (jud. Bacău, Neamţ, Botoşani, Suceava) şi Transilvania (jud. Bistriţa-Năsăud, Hunedoara, Harghita, Covasna, Braşov, dar în special Cluj şi Sălaj).

Recoltare. În urma arăturii de primăvară sau de toamnă se trece cu grapa sau cu boroana, strîngîndu-se rizomii în grămadă (pentru cantităţi mici cu grebla); se spală imediat după recoltare, apoi se zvîntă şi se înlătură părţile aeriene, rizomii pătaţi, înnegriţi. Se usucă la soare sau în încăperi bine aerisite. După uscare se freacă cu pînză de sac pentru îndepărtarea resturilor de rădăcini şi a tecilor de frunze.

Principii active. Inulină, mucilagii, urme de ulei volatil, săruri de potasiu şi siliciu, vitaminele A şi B.

Acţiune farmacologică. Diuretic şi uşor sedativ renal; sudorific şi febrifug; remineralizant; antireumatismal; coleretic; dizolvă calculii biliari; excită secreţia pancreatică; expectorant.

Recomandări majore. Afecţiuni renale (inclusiv colică renală), cistite.

Alte recomandări. Răceli; adjuvant în TBC pulmonar; reumatism; diskinezii biliare; litiază biliară; insuficienţă pancreatică; cataruri respiratorii.

Mod de administrare. Infuzie sau decoct (1 lingură la cană), 3—4 căni pe zi.
Intră în formula ceaiurilor diuretic 2 şi sudorific.



Confuzii. Faţă de Cynodon dactylon (Pirul gros) — principalul caracter de deosebire este spicul cu o singură axă la cel medicinal şi spicul digitat la Pirul gros.

OBLIGEANA

ACORUS CALAMUS L. — FAM. ARACEAE

Fr.: Acore aromatique; G.: Kalmus; M.: Orvosi kálmos; R.: Air.

Plantă erbacee erectă, cu miros aromat, tulpini cărnoase în 4 muchii purtînd o singură frunză îngustă și foarte lungă (50—70 cm), la subsuoara ei cu o singură inflorescență cărnoasă cilindrică, ca un știulete (spadice).

Partea utilizată. Rizomii (Rhizoma Calami) — III—IV și IX—XI.

Ecologie, răspîndire, zonare. Specie care crește în locuri mlăștinoase, inundate periodic. În cantități recoltabile vegetează în cîteva localități din jud. Timiș (Satchinez, Cenei, Bogda, Beregsău, Banloc), Caraș-Severin (Pojejena). Deoarece prin desecări arealul se restrînge, este cultivată în comuna Satchinez jud. Timiș. În condiții de orezărie poate da rezultate foarte bune și în zona Deltei.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — datorită cerințelor specifice, se poate cultiva numai după orez sau pe terenuri pregătite special. **Îngrășăminte** — fosfor 60—70 kg/ha și potasiu 40—50 kg/ha încorporate toamna la desfundare; azot 40—50 kg/ha dat primăvara, devreme. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 30—35 cm cu plug în agregat, cu grapă stelată, lucrare cu combinatorul înaintea plantării. **Plantare** — toamna devreme, la interval de 60 cm, distanță de 30 cm pe rînd și adîncime de 6—8 cm, cîte 800 kg rizomi la hectar. **Lucrări de întreținere** — plivit și prășit între rînduri în perioadele dintre inundările succesive ale culturii. **Recoltare** — în anul III cu mașina de recoltat MRC-1, 2, apoi rizomii se spală în curent de apă, se despică în lung și se trec la uscat.

Principii active. Ulei volatil (cu azaronă), tanin, substanță amară (acorină), rezine.

Acțiune farmacologică. Stimulent al secrețiilor gastrointestinale; carminativ; antispastic gastrointestinal; sedativ și ușor hipnotic; diuretic cu eliminare de acid uric.

Recomandări majore. Atonie gastrică, anorexie.



Alte recomandări. Balonări, flatulență; colici gastrointestinale; stări de agitație, insomnii; afecțiuni urinare, gută.

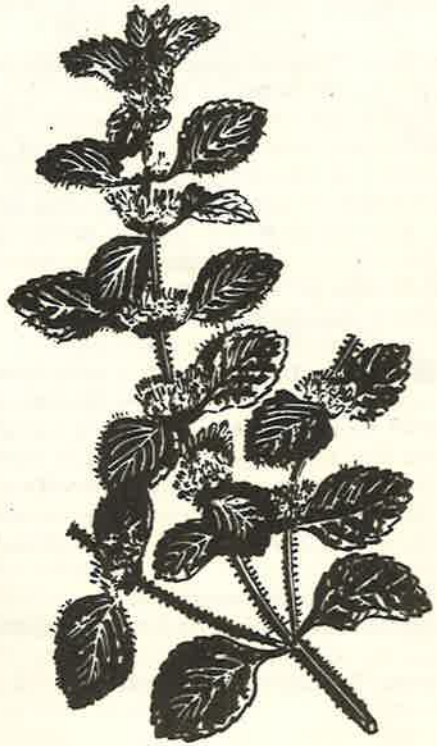
Mod de administrare. Decocție scurtă (5 minute) sau macerat la rece (1 lingură la cană) care se bea în cursul unei zile, înainte de mese; tinctură (20 g macerate 8 zile în 100 ml alcool), cîte 20 picături înainte de mese. Intră în formula ceaiului tonic-aperitiv.



2. PLANTE CU FLORI ALBE

A. COROLA CU PETALE LIBERE

B. COROLA CU PETALE UNITE



IPCĂRIGEA

GYPSOPHILA PANICULATA L. — FAM. CARYOPHYLLACEAE

Fr.: Saponaire d'Orient; G.: Rispiges Gypskraut; M.: Buglyós dercefü; R.: Kacim metelciatîi.

Ipcărigea sau ciuinul alb este o plantă erbacee cu tulpini ramificate, cu frunze opuse lanceolate, flori albe, foarte mici, în inflorescenţe laxe.

Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Gypsophilae sin. Radix Saponariae albae) — VIII—XI.

Ecologie, răspîndire, zonare. În flora spontană creşte în locuri nisipoase, cu subsol adînc şi permeabil, în jud. Constanţa, Tulcea (în Delta Dunării), sudul Munteniei şi Olteniei (partea dinspre Dunăre a jud. Ialomiţa, Dolj), sudul Moldovei (jud. Galaţi, Vaslui), Cîmpia de Vest (jud. Bihor). În culturi se recomandă în aceleaşi zone în care vegetează în flora spontană, putînd valorifica chiar nisipurile mobile din Lunca şi Delta Dunării.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă, borceaguri leguminoase şi prăşitoare. **Ingrăşăminte** — fosfor 40—50 kg/ha şi potasiu 30—40 kg/ha încorporate toamna la arătură; azot 40—50 kg/ha în anul I şi 20—30 kg/ha în anii II şi III. **Pregătirea terenului** — arătură cu plugul în agregat cu grapa stelată, imediat după recoltarea premergătoarei, la adîncimea de 25—28 cm; primăvara — lucrare cu nivelatorul şi combinatorul urmat de tăvălug. **Însămînţare** — primăvara foarte devreme cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29 cu echipament pentru seminţe mici şi limitatoare pentru adîncime, cîte 5—6 kg/ha, la intervale de 50 cm şi adîncime de 0,3—0,5 cm. **Lucrări de întreţinere** — prăşilă oarbă şi plivit cînd plantele sînt mici, apoi 2—3 prăşile mecanice şi 1—2 manuale în fiecare an de cultură. **Recoltare** — cu plugul de desfundat fără cormană, după care se scutură de pămînt, se spală, se despică longitudinal în 2—3 şi se usucă.

Principii active. Saponozide triterpenice.

Acţiune farmacologică. Expectorant; diuretic; depurativ; vermifug.

Recomandări majore. Bronşită, tuse de diverse etiologii (în faza de coctiune).





Alte recomandări. INT. — Afecţiuni urinare; dermatoze. EXT. — Plăgi, eczeme, furuncule; tratamentul oxiurilor. **Mod de administrare.** INT. — Decoct (1 linguriţă la cană), 3—5 linguri pe zi; macerat la rece (în aceleaşi proporţii). EXT. — Spălături locale cu decoct; băi de şezut contra oxiurilor.

SĂPUNARIȚA

SAPONARIA OFFICINALIS L. — FAM. CARYOPHYLLACEAE

Fr.: Saponaire officinale; G.: Gemeines Seifenkraut; M.: Szappanfü; R.: Mîlnianka lekarstvennaia.

Plantă erbacee anuală sau bienală din flora spontană, săpunariţa sau ciuinul roşu este cultivată pentru proprietăţile sale farmaceutice. Are tulpini puţin ramificate, frunze opuse, alungite, flori albe de tip 5, uşor lipicioase, în vîrful tulpinii.

Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Saponariae rubrae) — III—IV şi IX—XI.

Ecologie, răspîndire, zonare. În flora spontană creşte în locuri însorite, pe nisipuri, de-a lungul rîurilor, pe lîngă garduri, drumuri, în zona de şes şi deal, îndeosebi în întreaga Cîmpie de Vest (mai ales pe nisipurile din zona Valea lui Mihai), Delta Dunării, Muntenia (jud. Giurgiu, Dîmboviţa, Prahova), Oltenia (jud. Olt, Dolj). În cultură poate valorifica bine terenurile nisipoase, aluviunile adînci, recomandîndu-se mai ales în jud. Dolj, Teleorman, Ialomiţa (foarte favorabile), precum şi Arad, Bihor, Constanţa, Tulcea, Prahova.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă, prăşitoare îngrăşate. **Îngrăşăminte** — fosfor 60 kg/ha încorporate la arătura de bază; azot 60 kg/ha primăvara, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură adîncă la 28—30 cm; cu 2—3 săptămîni înaintea semănatului se nivelează şi se lucrează cu combinatorul sau cu discul în agregat cu grapa cu colţi reglabili. **Însămînţare** — cu semănătoarea SUP-21 cu limitatoare de adîncime, cu 8 kg/ha, la interval de 50 cm şi 1—1,5 cm adîncime. **Lucrări de întreţinere** — plivit, 1—2 praşile manuale şi mecanice, rărit cînd plantele au 4—5 cm înălţime; în anul II, 1—2 praşile manuale şi mecanice. **Recoltare** — în anul II, cu plug fără cormană care să mobilizeze solul sub 35 cm. Rădăcinile se scutură de pămînt cu furca, se spală, se decoletează şi se trec la deshidratare.

Principii active. Saponozide triterpenice.

Acţiune farmacologică. Expectorant; diuretic; depurativ; vermifug.



Recomandări majore. Bronşite, tuse de diverse etiologii — în faza de cocţiune.

Alte recomandări. INT. — Afecţiuni urinare; dermatoze. EXT. — Plăgi, eczeme, furuncule; combaterea oxiurilor; faringite granuloase.

Mod de administrare. INT. — Decoct (1 linguriţă la cană), 3—5 linguri pe zi; macerat la rece (cu aceeaşi posologie). EXT. — Spălături locale cu decoct; gargarisme; bai de şezut contra oxiurilor.

TRAISTA CIOBANULUI

CAPSELLA BURSA PASTORIS (L.) MEDIK. — FAM. CRUCIFERAE.

Fr.: Bourse-à-pasteur; G.: Hirtentäschel; M.: Pásztortaśka; R.: Pastușia sumka abîknavennaia.

Plantă firavă, cu rozetă de frunze bazale, tulpină neramificată, cu floricelele albe într-o inflorescență alungită și fructe silicve în forma unor trăistuțe.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Bursae pastoris) — IV—VI.
Ecologie, răspîndire. Are o amplitudine ecologică extrem de largă, din cîmpie pînă în pășunile din etajul subalpin, adesea în masă, crește prin livezi, culturi, pe marginea drumurilor, pe lîngă ziduri.
Recoltare. Prin smulgerea plantelor cărora li se îndepărtează apoi rădăcinile sau prin cosirea plantelor, dacă sînt în masă, dar produsul fără rozetă bazală este mai puțin valoros.
Principii active. Amine (colina, acetilcolina, tiramina), derivați flavonici (hisopină, acid protocatehic), glicozide, săruri de potasiu, urme de alcaloizi, tanin.
Acțiune farmacologică. Uterotonic; reglează fluxul menstrual; reglează tensiunea arterială; astringent (antihemoragic și antidiareic).
Recomandări majore. Afecțiuni uterine, metroragii, dismenoree.
Alte recomandări. Hemoragii (sîngerări nazale, hematurie); hipertensiune; ateroscleroză; diaree benignă.
Mod de administrare. Infuzie (1 lingură la cană), 1—2 căni pe zi; în metroragii și dismenoree se începe cu 7—10 zile înainte de începerea ciclului; tinctură (20 g plantă macerată 7 zile în 100 ml alcool), 3 linguriță pe zi.



PĂDUCELUL

CRATAEGUS MONOGYNA JACQ., C. OXYACANTHA L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Aubépine; G.: Weissdorn; M.: Galagonya; R.: Boiarîșnik adnopesticinîi.

Arbust ghimpos (mai rar arbore), cu flori albe pe tipul 5 în buchete comune cu frunzele mici și lobate.
Părțile utilizate. Florile (Flores Crataegi) — IV—V; bucheţele de frunze cu flori (Folia Crataegi cum floribus) — IV—V; fructele (Fructus Crataegi) — IX—XI.
Ecologie, răspîndire. Specie puțin pretențioasă față de climă și sol, crește la marginea pădurilor de șes și deal, mai ales în pășuni și poiene, în întreaga țară.
Recoltare. Florile prin ciupire; bucheţelele de flori cu frunze prin strujire (deoarece arbustul este ghimpos, se pot confecționa palmare cu care să se evite zgîrieturile); fructele, fie direct de pe arbust, fără codițe, fie prin scuturare sau batere pe o prelată, după care se curăță de codițe prin sitare.
Principii active. Flavone, colină, acetilcolină, trimetilamină, acizii cafeic, crategolic, ursolic, tanin, ulei volatil, iar în fructe și vitaminele C și din complexul B.
Acțiune farmacologică. Sedativ cardiac și nervos; antispasmodic; vazodilatator, îndeosebi la nivel coronarian; hipotensor; tonic cardiac și bradicardizant (rărire a contracțiilor inimii); ușor astringent.
Recomandări majore. Tulburări cardiace cu substrat nervos; dereglări de ritm cardiac, palpitații; ischemii.
Alte recomandări. INT. — Hipertensiune, angină pectorală, ateroscleroză; insomniile cardiacilor; tulburări de menopauză. EXT. — Inflamații bucofaringiene.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 lingură la cană) care se bea în cursul unei zile, din care cel puțin 1/3 seara înainte de culcare; tinctură (20 g macerate 10 zile în 100 ml alcool), de 3 ori pe zi cîte 10—15 picături, ultima priză înainte de culcare. EXT. — Gargară cu infuzie.
Intră în formula ceaiurilor calmant contra tulburărilor cardiace, antiastmatic, calmant.



ZMEURUL

RUBUS IDAEUS L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Framboisier; G.: Himbeere; M.: Málna; R.: Malina.

Arbust tufos, ghimpos, cu lăstari tîrîtori, tulpina arcuită spre vîrf, frunze cu 3 sau 7 foliole (pe ramurile sterile), foliole ovate cu dinți neregulați pe margine, alb-păroase pe spate, flori albe în inflorescențe.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Rubi idaei) — VII—VIII.
Ecologie, răspîndire. Plantă de deal și munte care crește prin luminișuri, pe coaste stîncoase, dar în special în tăieturi și doborîturi. Uneori zmeurul este cultivat.
Recoltare. Prin strujire, înainte și în timpul înfloririi.
Principii active. Tanin, flavonoide, vitamina C, acizi organici.
Acțiune farmacologică. Astringent energic (antidiareic și antihemoragic); diminuează aciditatea crescută; ușor diuretic.
Recomandări majore. Enterite, enterocolite, diaree rebele.
Alte recomandări. INT. — Hemoragii (inclusiv în dismenoree, metroragii); gastrite hiperacide; afecțiuni ale aparatului urinar. EXT. — Stomatite, laringite.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 2 căni pe zi. EXT. — Gargară (cu infuzie în concentrație de 2—3 ori mai mare).
Intră în formula ceaiului aromat.



RUBUS FRUTICOSUS L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Ronce, Mûre; G.: Brombeere; M.: Hamvas szeder; R.: Ejevika.

Arbust viguros, cu numeroase tulpini, cu ghimpi puternici în formă de gheară, lăstari muchiaţi cu ghimpi mai mici dispuşi uniform pe muchii, frunze cu 5 foliole (cea terminală mai mare), cu dinţi neregulaţi pe margine şi peri pe nervuri, flori albe în raceme.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Rubi fruticosi) — VI—VII.

Ecologie, răspîndire. Murul creşte în regiunile deluroase, la marginea pădurilor, în tufişuri, pe coastele dealurilor. Solicită luminozitate directă, umiditate moderată, soluri revene.

Recoltare. Prin strujire, înainte şi în timpul înfloririi (mîna va fi apărată cu o mănuşă sau cu un ciorap).

Principii active. Tanin, flavonoide, acizi organici, vitamina C.

Acţiune farmacologică. Antidiareic; antihemoragic; uşor dezinfectant; uşoară diminuare a glicozuriei.

Recomandări majore. Diaree (tonic şi astringent).

Alte recomandări. INT. — Colite; hemoragii; diabet (numai în adaos la alte plante, ca de ex. frunze de afin, salvie ş.a.). EXT. — Angine, afte, stomatite; hemoroizi şi fisuri anale; leucoree.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 1/2 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Decoct concentrat (2 linguri la cană) pentru gargarisme, spălături locale.



FRAGUL

FRAGARIA VESCA L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Fraisier; G.: Wald-Erdbeere; M.: Erdei szamóca; R.: Zemlianka lesnaia.

Specie erbacee perenă, înaltă de 5—20 (30) cm, cu rozetă de frunze la bază şi stoloni, flori albe pe tip 5.
Partea utilizată. Frunzele* (Folium Fragariae) — VI—IX.
Ecologie-răspîndire. Plantă foarte comună care se întîlneşte prin poieni, pajişti, fîneţe, păduri, pe soluri uşoare, în toate zonele de deal şi munte din întreaga ţară (cu excepţia Dobrogei).
Recoltare. Se rup cele 3 foliole, fără peţiolul principal; se îndepărtează resturile de peţioli şi stoloni.
Principii active. Tanin, flavone, fragarină (fenol specific), vitamina C, ulei volatil.
Acţiune farmacologică. Astringent-antidiareic; diuretic cu eliminare de acid uric şi uraţi; antisudorific.
Recomandări majore. Enterite, colite cu tendinţe diareice.
Alte recomandări. INT. — Afecţiuni renale şi vezicale; litiază urică; gută (prin eliminare masivă de acid uric); transpiraţie excesivă. EXT. — Angină.
Mod de întrebuinţare. INT. — Infuzie (1—2 linguriţe la cană), 2 căni pe zi. Pentru mărirea efectului antidiareic se poate face o scurtă decocţie. EXT. — Gargară cu infuzie concentrată.
Intră în formula ceaiului aromat.

* Se admit şi frunze de la specia înrudită din flora spontană Fragaria viridis, ca şi de la Căpşun (Fragaria moschata).



PORUMBARUL

PRUNUS SPINOSA L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Prunellier; G.: Schlehdorn; M.: Kökény; R.: Sliva kaliuciaia.

Arbust spinos care înfloreşte abundent foarte timpuriu, înainte de înfrunzire. Toamna, fructele globuloase devin negre-albăstrui.

Partea utilizată. Florile (Flores Pruni spinosi) — IV; fructele (Fructus Pruni spinosi) — X—XI.

Ecologie, răspîndire. Porumbarul este puţin pretenţios la condiţiile de mediu, rezistă la secetă şi ger, dar nu suportă umbrirea. Are cerinţe foarte reduse faţă de sol. Este larg răspîndit în zona de cîmpie şi colinară, în luminişuri, margini de păduri, terenuri necultivate, coaste pietroase şi însorite, răzoare, margini de drumuri şi căi ferate, păşuni şi fîneţe neîngrijite.

Recoltare. Florile se recoltează prin ciupire sau prin baterea uşoară a ramurilor pe o prelată sau prin tăierea ramurilor înflorite, care mai întîi se usucă, apoi se scutură. Fructele, după căderea brumei, se culeg cu mîna sau prin scuturarea arbustului pe prelate.

Principii active. Glicozide cianogenetice, flavonozide (în flori); tanin, fosfaţi (în fructe).

Acţiune farmacologică. Florile — uşor laxative; slab hipotensive; diuretice; depurative; uşor analgezice. Fructele — astringente (antidiareice şi antihemoragice); diuretice şi antiseptice renale; coleretic-colagoge.

Recomandări majore. Florile — afecţiuni renale; constipaţie. Fructele — diaree.

Alte recomandări. Florile — INT. — Hipertensiune; stări de agitaţie; dureri de diverse etiologii. EXT. — Dermatoze. Fructele — INT. Hemoragii; afecţiuni renale (inclusiv litiază renală); uremie, gută; diskinezie biliară.

Mod de administrare. Florile — infuzie (1 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi. Fructele — decoct (1 linguriţă la cană), 2 căni pe zi.







CIREȘUL, VIȘINUL

CERASUS AVIUM (L.) MNCH., C. VULGARIS MILL. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Cerisier; Griottier; G.: Vogelkirsche; Sauerkirsche; M.: Cseresnyefa; Meggyfa; R.: Vișnia pticia; Vișnia abîknavennaia.

Binecunoscuți arbori fructiferi, secundar și cu importanță medicinală.
Partea utilizată. Pedunculii — codițele (Stipites Cerasorum) — VI—VII.
Ecologie, răspîndire. Atît cireșul cît și vișinul se cultivă în toate regiunile țării. În flora spontană, cireșul este întîlnit în păduri din zona de cîmpie și pînă în etajul montan (1000 m).
Recoltare. Cantități reduse din consumul casnic, în cantități mai mari de la fabricile de conserve, numai de la cireșe și vișine nepulpate, îndepărtîndu-se sîmburii, frunzele și alte impurități. Uscarea la soare, în strat subțire.
Principii active. Săruri de potasiu, taninuri catehice, flavonoide.
Acțiune farmacologică. Diuretic (cu ușoară acțiune antiinflamatoare); ușor astringent — antidiareic.
Recomandări majore. Afecțiuni catarale ale tractului urinar (cistite, pielite, pielonefrite).
Alte recomandări. Antidiareic.
Mod de întrebuințare. Decoct (1 lingură cu vîrf, cca 10 g la 1 l apă) care se bea în cursul unei zile; se poate ajunge chiar la 2 l pe zi.
Intră în formula ceaiului diuretic 3.





SALCÎMUL

ROBINIA PSEUDACACIA L. — FAM. LEGUMINOSAE

Fr.: Robinier; G.: Gemeine Robinie; M.: Fehér akác; R.: Robina lojnoakaţia.

Cunoscut arbore la noi în ţară, salcîmul are lujeri spinoşi, coroană mare, luminoasă, rară, frunze imparipenat compuse, flori papilionate în inflorescenţe de tip racem, pendente.
Partea utilizată. Florile (Flores Acaciae) — V—VI.
Ecologie, răspîndire. Specie cu vitalitate deosebită, salcîmul vegetează în condiţii foarte variate, îndeosebi în zona de cîmpie, pe soluri uşoare, nisipoase, pe care le fixează. Este plantat în liziere, la marginea drumurilo şi creşte îndeosebi în sudul Olteniei, întreaga Muntenie, sudul Moldovei (Galaţi, Vrancea, Vaslui), vestul Transilvaniei, adesea formînd singur păduri întinse.
Recoltare. Inflorescenţele se strujesc şi se usucă la soare.
Principii active. Flavonoide (robinină, acaciină); ulei volatil.
Acţiune farmacologică. Calmează senzaţiile de pirozis (arsuri), diminuează hiperaciditatea gastrică; antispasmodic al tractului respirator; uşor sedativ.
Recomandări majore. Gastrite hiperacide (cu senzaţii de pirozis), ulcer gastric.
Alte recomandări. Tuse obişnuită, convulsivă şi astmatică; insomnii, migrene.
Mod de administrare. Infuzie (o lingură la cană), 2—3 căni pe zi.
Intră în formula ceaiului gastric calmant.



FASOLEA

PHASEOLUS VULGARIS L. — FAM. LEGUMINOSAE

Fr.: Haricot; G.: Bohne; M.: Paszuly, Bab; R.: Fasoli abîknavennaia.

Plantă cultivată în scopuri alimentare, secundar cu proprietăţi medicinale.

Partea utilizată. Tecile păstăilor albe, nepătate (Fructus Phaseoli sine semine) — IX—X.

Recoltare. Tecile de la soiurile cu păstaia albă, nepătate, se preiau de la batozatul fasolii. Se curăţă de vrejuri, resturi de frunze, păstăi pătate.

Principii active. Aminoacizi esenţiali (arginină, asparagină, tirozină, triptofan), acid salicic, acid fosforic, săruri minerale.

Acţiune farmacologică. Diuretic; calmant al spasmelor; depurativ; antireumatic, antigutos; uşor hipoglicemiant; remineralizant.

Recomandări majore. Afecţiuni cronice ale rinichilor şi căilor urinare (inclusiv litiază), hidropizie, edeme cardiorenale.

Alte recomandări. Acnee, eczeme, erupţii; reumatism, gută; diabet; reconstituant pentru convalescenţi, TBC pulmonar.

Mod de administrare. Decoct (o lingură la cană), 2—3 căni pe zi; macerat la rece (4 linguri la litru), apoi decocţie pînă scade la jumătate; se bea în cursul unei zile.

Intră în compoziţia ceaiurilor antireumatic şi dietetic.



NALBA MARE

ALTHAEA OFFICINALIS L. — FAM. MALVACEAE

Fr.: Guimauve; G.: Eibisch; M.: Orvosi ziliz; R.: Altei lekarstvennîi.

Specie ierboasă perenă, erectă, înaltă de 1—1,50 m sau chiar mai mult, cu peri pîsloşi pe întreg aparatul vegetativ, puţin ramificată, frunze lung peţiolate, uşor lobate, flori pe tipul 5, dispuse în raceme terminale, cu corola alb-roză.

Părţile utilizate. Frunzele (Folium Althaeae) — VI—IX; rădăcinile (Radix Althaeae) — III—IV şi X—XI.

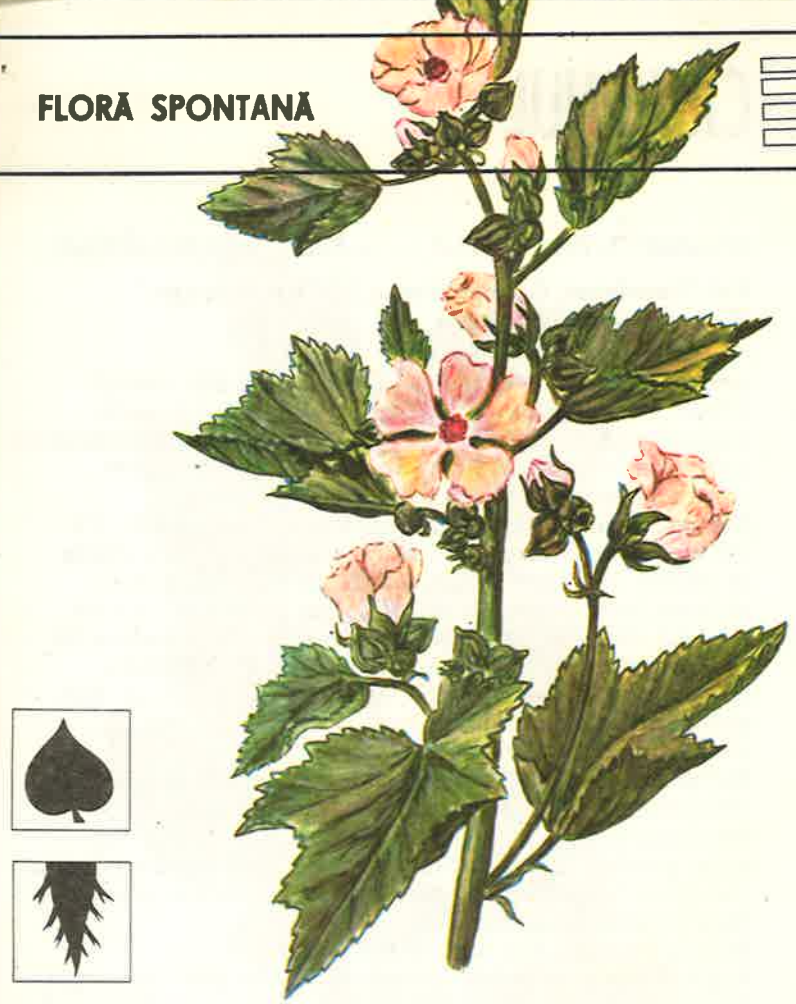
Ecologie, răspîndire, zonare. Plantă pretenţioasă faţă de umiditatea solului, suportînd chiar apa freatică la mică adîncime, rezistînd în schimb bine la umiditatea atmosferică mai redusă. Este o plantă de lumină puternică, suportînd temperaturile ridicate. Necesită soluri permeabile, uşoare, chiar nisipoase. Se adaptează foarte uşor la reacţia solului. În flora spontană vegetează numai în zona de cîmpie, pe lîngă ape curgătoare sau bălţi, în zăvoaie, pe lîngă trestiişuri, mai ales în judeţele limitrofe Dunării (Mehedinţi, Dolj, Teleorman, Giurgiu, Ialomiţa, Brăila), în întreaga Dobroge (îndeosebi în Delta Dunării), în Cîmpia de Vest.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase pentru boabe, cereale de toamnă, borceag. **Îngrăşăminte** — fosfor şi potasiu cîte 40—50 kg/ha la arătura de bază; azot 80—100 kg/ha aplicat primăvara, foarte timpuriu.

Pregătirea terenului — arătură de bază la adîncimea de 28—30 cm, lucrare cu combinatorul sau cu discul în agregat cu grapa cu colţi reglabili. **Însămînţare** — în pragul iernii cu semănătoarea SUP-21, la 75 cm interval şi 1—2 cm adîncime, cu 8—10 kg/ha. **Lucrări de întreţinere** — plivit, 1—2 praşile manuale şi tot atîtea mecanice, rărirea plantelor la 5—8 cm. În toamna primului an tulpinile se cosesc. În anii II şi III, 1—2 praşile şi tăierea tulpinilor la sfîrşitul fiecărui an.

Recoltarea — rădăcinile în toamna anului III, cu plugul fără cormană. Se scutură cu furca şi se spală. Frunzele se recoltează din anul II, în timpul înfloririi.

Recoltare din flora spontană. Frunzele prin ciupire; rădăcinile cu cazmaua (coletul se taie imediat şi se reintroduce în sol).



Principii active. Mucilagii, tanin, flavonoizi, vitamine (A, B_1, B_2, C).

Acţiune farmacologică. Emolient; uşor laxativ; maturativ.

Recomandări majore. Tuse, bronşite, laringită (în prima fază — iritativă).

Alte recomandări. INT. — Enterite, constipaţii, cistite. EXT. — Dureri de gît, amigdalite, afte; furunculoză; iritaţii ale pleoapelor şi obrazului; cuperoză. COSM. — Ten uscat.

Mod de administrare. INT. — Macerat la rece sau infuzie (1 lingură la cană), 3 căni pe zi. EXT. — Decoct concentrat (30 g la litru).

Frunzele intră în formula ceaiului pectoral şi pentru gargară.

CRUȘINUL

RHAMNUS FRANGULA L. — FAM. RHAMNACEAE

Fr.: Bourdaine; G.: Faulbaum; M.: Kutyabenge; R.: Krușcina olhavidnaia.

Arbust înalt de 1—3 m, cu coroană rară din ramuri subțiri, ascendente, cu lenticele alungite pe scoarță, frunze eliptice, cu 8—9 perechi de nervuri proeminente, flori albe în buchete la subsuoara frunzelor, fructe sferice negre-violet.

Partea utilizată. Coaja (Cortex Frangulae) — III—VI.

Ecologie, răspîndire. Specie din subarboret care crește în păduri cu exces de umiditate, pe malul apelor, în zăvoaie, locuri mocirloase, mlaștini, îndeosebi în zona de deal. Este răspîndit în Transilvania (cu deosebire în jud. Brașov, Cluj, Bistrița-Năsăud, Arad, Harghita, Hunedoara, Maramureș, Satu-Mare, Sălaj, Timiș), mai puțin în nordul Moldovei (jud. Suceava), în rest se întîlnește cu totul sporadic.

Recoltare. În două etape: — tăierea tulpinilor și a ramurilor de 2—4 ani (max. 1/3—1/2 din coroană); — decojirea ramurilor prin inelări făcute la 25—30 cm unite printr-o tăietură longitudinală. Este contraindicată decojirea ramurilor direct pe arbust, deoarece aceasta duce la uscarea arbustului.

Principii active. Derivați antracenici.

Acțiune farmacologică. Laxativ-purgativ pînă la purgativ drastic (în funcție de doză) prin creșterea peristaltismului intestinului gros; coleretic-colagog.

Recomandări majore. Constipații, inclusiv cele cronice, sau care nu cedează la alte tratamente.

Alte recomandări. Insuficiență hepatică; diskinezie biliară; obezitate; administrare împreună cu vermifuge pentru eliminarea viermilor intestinali.

Mod de administrare. Decoct (1—2 linguriță la cană) care se bea seara la culcare, doza stabilindu-se gradat.

Intră în formula ceaiurilor laxativ, laxativ-antihemoroidal, hepatic și a pulberii laxative.



CARUM CARVI L. — FAM. UMBELLIFERAE

Fr.: Cumin des prés; G.: Kümmel; M.: Köménymag; R.: Tmin.

Specie erbacee bianuală, spontană şi cultivată. În anul I cu o rozetă de frunze, în anul II cu tulpină înaltă pînă la 1 m, frunze bi sau tripenate cu lacinii înguste, inflorescenţe de tip umbelă cu flori albe.

Partea utilizată. Fructele (Fructus Carvi) — VII—VIII.

Ecologie, răspîndire, zonare. Chimionul este una din cele mai răspîndite plante medicinale cultivate în nordul Moldovei, pe dealurile din vestul ţării, Podişul Transilvaniei şi Ţara Bîrsei, regiuni cu temperaturi nu prea înalte şi cu umiditate ridicată. În flora spontană se întîlneşte frecvent în fîneţele montane.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă, ierburi perene, prăşitoare. **Îngrăşăminte** — fosfor 40—50 kg/ha şi potasiu 50—60 kg/ha încorporate la arătura de bază (se repetă doza de fosfor la încheierea primului ciclu vegetativ); azot 45—50 kg/ha administrat înaintea însămînţării şi respectiv 35—40 kg/ha în anul II de vegetaţie, primăvara, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — discuiri repetate la 10—12 cm, urmate de arătură adîncă de toamnă la 28—30 cm; primăvara se trece cu grapa cu discuri şi cu colţi reglabili, după care se face o lucrare cu combinatorul. **Însămînţare** — primăvara devreme cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29 cu limitatoare de adîncime, cu 8 kg/ha, la intervale de 50 cm şi adîncime de 1—2 cm. **Lucrări de întreţinere** — în primul an 4—5 praşile, 2—3 pliviri şi răriri la 8—10 cm între plante; în anul II, primăvara, grăpare puternică pe rînd şi perpendicular pe rînduri, 2—3 praşile mecanice. **Recoltare** — la maturarea a 65—75% din fructe, cu combina C 12; în primele 2—3 zile seminţele se lopătează pentru îndepărtarea excesului de umiditate.

Principii active. Ulei volatil cu 50—60% carvonă, 30% limonen.

Acţiune farmacologică. Carminativ; calmarea colicilor intestinale; stimulent al funcţiilor gastrice; diuretic; fluidifiant al secreţiilor bronhice; emenagog; galactogog; vermifug.



Recomandări majore. Aerofagie, balonări, colici (îndeosebi la copii).

Alte recomandări. Tulburări dispeptice; anorexie; afecţiuni renale; bronşite; reglarea ciclurilor întîrziate sau amenoree; stimularea lactaţiei la femeile care alăptează; viermi intestinali.

Mod de administrare. Infuzie (1 1/2 linguriţe la cană) înaintea meselor principale.

ANASONUL

PIMPINELLA ANISUM L. — FAM. UMBELLIFERAE

Fr., G., R.: Anis; M.: Keleti anizs.

Specie anuală, exclusiv de cultură, înaltă de 40—70 cm, cu frunze rare, cele inferioare întregi, dințate, cele superioare penat sectate, inflorescențe umbele.

Partea utilizată. Fructele (Fructus Anisi) — VIII.

Ecologie, zonare. Anasonul are nevoie de multă căldură, de lumină directă, umiditate moderată; soluri bogate, afînate, cu pînza freatică mai superficială. Se recomandă a fi cultivat în jud. Ialomița, Călărași, Giurgiu, Teleorman, Olt, Timiș, Constanța.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale bine îngrășate, prășitoare; nu poate reveni pe aceeași solă decît după 4—5 ani, cît și după coriandru. **Îngrășăminte** — fosfor 40—60 kg/ha la arătura de bază; azot 50 kg/ha primăvara, înainte de însămînțare. **Pregătirea terenului** — după cereale se ară imediat la adîncimea de 10—12 cm, terenul se menține curat de buruieni pînă toamna, cînd se ară la 22—25 cm; primăvara, grăpat, nivelat, lucrare cu combinatorul la 4—6 cm adîncime. **Însămînțare** — cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29 cu distribuitor pentru semințe mici și limitator de adîncime, la 50 cm interval, 2—3 cm adîncime, cu 12 kg/ha. **Lucrări de întreținere** — prașilă oarbă, 1—2 pliviri, 2—3 prașile mecanice și manuale; erbicidare cu Afalon imediat după semănat, cu MEF-1200, cu 5 kg/ha. **Recoltare** — cînd 70—85% din fructe au culoare cenușie, cu combina C 12 amenajată ca pentru coriandru. Pentru buna păstrare a fructelor, acestea se lopătează obligatoriu în primele 2—3 zile.

Principii active. Ulei volatil bogat în anetol, aldehidă anisică, colină, cetone.

Acțiune farmacologică. Carminativ; antispastic; stomachic; expectorant; galactogog; tonic nervin; stimulent pancreatic.

Recomandări majore. Colici (îndeosebi la copii), balonări.

Alte recomandări. Tulburări dispeptice, atonii gastrice; bronșită, traheită, laringită; stimularea lactației la femeile care alăptează; insuficiență pancreatică; astenie nervoasă.



Mod de administrare. Infuzie (adulți 1/2 linguriță la cană, sugari 5—6 fructe la 100 ml apă).

Contraindicații. Gastrită hiperacidă, ulcer, enterocolită acută sau cronică.

CORIANDRUL

CORIANDRUM SATIVUM L. — FAM. UMBELLIFERAE

Fr.: Coriandre; G.: Koriander; M.: Koriánder; R.: Koriandr pasevnoi.

Plantă anuală exclusiv de cultură, înaltă de 0,30—1 m, cu frunze bazale divizate în segmente ovale, cele superioare profund dințate, flori în umbele compuse, albe sau roz, cu miros specific, neplăcut.

Partea utilizată. Fructele (Fructus Coriandri) — VII—VIII.

Ecologie, zonare. Avînd origine mediteraneeană, coriandrul dă cele mai bune rezultate în zonele cu temperaturi mai ridicate, unde și conținutul de ulei volatil este mai ridicat. Față de umiditate are exigențe mai mari în timpul răsăririi și înfloririi. Cere soluri bogate, adînci, revene, cu structură. Se cultivă în toată Cîmpia Română, Cîmpia de Vest, Cîmpia Dobrogei (zonele cele mai favorabile), zona de cîmpie a Moldovei, (în special în sud-est), mai puțin în Transilvania.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă, prășitoare, ierburi perene. **Îngrășăminte** — fosfor 40—50 kg/ha și potasiu 30—35 kg/ha încorporate în arătura de bază; azot 60—70 kg/ha administrat primăvara timpuriu. **Pregătirea terenului** — după cereale, lucrare cu grapa cu discuri, arătură de toamnă la adîncimea de 25—26 cm; primăvara, grăpare, nivelare, lucrare cu combinatorul la max. 4—5 cm; **Însămînțare** — primăvara devreme, cu semănătoarea SUP-21, SUP-29 sau SUP-48, cu 20 kg/ha (material tratat termic), la intervale de 12,5 cm pe terenuri curate, iar pe cele îmburuienate la intervale de 25 sau 50 cm și adîncime de 2,5—4 cm. **Lucrări de întreținere** — plivit și prășit de cîte ori este cazul; erbicidare cu 5 kg/ha Gesagarde-50 diluat în 400—600 l apă la 1—2 zile după însămînțare cu ME-120. **Recoltare** — la maturarea a 65—75% din fructe cu combina C 12; în primele 2—3 zile se lopătează pentru îndepărtarea excesului de umiditate, cu lopata de lemn, pentru a se evita spărturile care au valoare mai redusă.

Principii active. Ulei volatil (cu linalol, geraniol, pinene).



Acțiune farmacologică. Carminativ; tonic-stomachic; nervin; vermifug, bactericid și fungicid; sedativ pentru dureri reumatismale.

Recomandări majore. Aerofagie, balonări, colici (îndeosebi la copii).

Alte recomandări. INT. — Tulburări dispeptice; anorexie; astenie nervoasă; helmintiaze. EXT. — Dureri reumatismale.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1/2 linguriță la cană) care se consumă în cursul zilei; infuzie concentrată ca vermifug (20 g la 100 ml apă) luată în priză unică dimineața pe stomacul gol. EXT. — Loționări cu infuzie concentrată.

Intră în formula ceaiurilor gastric 2, tonic aperitiv și contra colicilor pentru copii.

VOLBURA

CONVOLVULUS ARVENSIS L. — FAM. CONVOLVULACEAE

Fr.: Liseron des champs; G.: Ackerwinde; M.: Mezei szulák; R.: Viunok.

Specie ierboasă perenă, volubilă în jurul unor suporturi, iar în lipsa acestora se întinde pe sol, cu frunze sagitate şi flori albe, solitare, cu corola în formă de pîlnie.
Partea utilizată. Planta întreagă (Herba Convolvuli)* V—IX.
Ecologie, răspîndire. Volbura este o plantă de lumină, comună în întreaga ţară, în zona de cîmpie şi deal, ca buruiană de culturi; mai creşte şi pe locuri necultivate.
Recoltare. Prin smulgerea plantei cu rădăcină cu tot sau alegerea ei din buruienile tăiate la prăşit. Se îndepărtează frunzele îngălbenite, fructificaţiile, ca şi fragmentele din alte plante.
Principii active. Rezine (din heterozidele convolvulina şi jalapina), tanin, vitamina C.
Acţiune farmacologică. Laxativ energic; coleretic-colagog; maturativ.
Recomandări majore. Constipaţii.
Alte recomandări. INT. — Afecţiuni hepatice (îndeosebi diskinezii biliare, colecistite). EXT. — Furuncule şi abcese.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriţă la cană), băută dimineaţa; tinctură (20 g macerate 10 zile în 100 ml alcool), 20—30 picături de 2 ori pe zi; pulbere amestecată cu miere, dimineaţa înainte de micul dejun. EXT. — Cataplasme cu infuzie concentrată (2 linguri la cană).
Intră în formula ceaiurilor laxativ şi hepatic.



* Sub aceeaşi denumire se poate folosi şi specia înrudită Calystegia sepium (Cupa vacii), mai robustă, cu flori mai mari.

UNGURAȘUL

MARRUBIUM VULGARE L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Marrube blanc; G.: Weisser Andorn; M.: Orvosi pemetefü; R.: Șandra abiknavennaia.

Plantă erectă, înaltă de 30—80 cm, alb-cenușie (din cauza perilor deși și moi), cu tulpina în 4 muchii, frunze opuse, ovale, flori mici, alb-murdare, în verticile strînse, la subsuoara frunzelor.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Marrubii) — VI—VIII.
Ecologie, răspîndire. Specie adaptată la condiții de ariditate, rezistentă la secetă, nepretențioasă față de sol. Este răspîndită pe marginea drumurilor, pe terenuri necultivate, pășuni degradate și aride, mai ales în zona de stepă a Olteniei (jud. Mehedinți, Dolj, Olt), Munteniei (jud. Teleorman, Giurgiu, Călărași, Ialomița, Brăila), în întreaga Dobroge, estul Moldovei (jud. Galați, Vaslui, Iași, Botoșani).
Recoltare. Se taie vîrfurile tulpinale (20—30 cm) și ramificațiile, astfel încît să nu se recolteze cu părțile lignificate. Se usucă la umbră.
Principii active. Un principiu amar (marubiina), acid marubic, tanin, ulei volatil, saponine, mucilagii, saponozide, colină.
Acțiune farmacologică. Coleretic-colagog; tonic-amar; expectorant și emolient; reglează ritmul cardiac; febrifug; astringent și cicatrizant.
Recomandări majore. Colecistite, diskinezii biliare.
Alte recomandări. INT. — Anorexie; bronșită cronică, astm, tuse de diferite etiologii; tulburări de ritm cardiac (aritmii, palpitații); stări febrile la persoane cu intoleranță la chinină. EXT. — Unele boli de piele, ulcerații învechite, răni.
Mod de întrebuințare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 1—2 căni pe zi, înainte de masă ca tonic-amar și în mai multe reprize pentru celelalte utilizări; pulbere (2—4 g/zi). EXT. — Băi locale sau comprese cu infuzie (20—30 g/l).
Intră în formula ceaiului antiastmatic.



URZICA MOARTA ALBĂ

LAMIUM ALBUM L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Lamier blanc; G.: Weisse Taubnessel; M.: Fehér árvacsálan; R.: Iasnotka belaia.

Plantă erbacee perenă, înaltă de 20—50 (70) cm, cu tulpină în 4 muchii pe care sînt dispuse frunze opuse, dinţate, triunghiular-ovate şi flori albe labiate (cu 2 buze), dispuse ca un guler la subsuoara frunzelor.
Partea utilizată. Florile (Flores Lamii albi) — IV—IX; partea aeriană (Herba Lamii albi) — IV—IX.
Ecologie, răspîndire. Vegetează în şanţuri umede, margini de păduri, în întreaga ţară, mai rară în zona de cîmpie, mai abundentă în zona colinară pînă în cea subalpină, îndeosebi în Transilvania, Muntenia (jud. Argeş, Prahova), Moldova (jud. Neamţ, Suceava).
Recoltare. Florile prin ciupire, partea aeriană prin tăierea tulpinilor de sub ultimele frunze, iar dacă planta vegetează în masă, prin cosire.
Principii active. Mucilagii, flavonozide, saponozide, taninuri, glicozide, ulei volatil, săruri de potasiu.
Acţiune farmacologică. Decongestiv; emolient şi expectorant; astringent; vazoconstrictor.
Recomandări majore. Hipertrofii de prostată.
Alte recomandări. INT. — Leucoree, dismenoree; tulburări nervoase în timpul menopauzei; afecţiuni respiratorii; catar intestinal; hemoragii, sîngerări nazale; diaree. EXT. — Abcese, varice, arsuri, ulceraţii ale pielii, umflături gutoase; leucoree (împreună cu tratamentul intern).
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1/2 linguriţă flori sau 1 linguriţă din partea aeriană la cană), 2 căni pe zi, prima dimineaţa, a doua între masa de prînz şi de seară. EXT. — Băi locale cu infuzie de 2—3 ori mai concentrată; spălături vaginale antileucoreice cu infuzie (50 g plantă la litru), seara înainte de culcare.
Confuzii. Sînt numeroase alte specii de urzică moartă, dar cu floare colorată, fie roşie (Lamium purpureum, L. amplexicaule, L. maculatum), fie galbenă (Galeobdolon luteum).
Faţă de alte Labiatae cu flori albe se deosebeşte prin corola mult mai mare.



ROINIȚA

MELISSA OFFICINALIS L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Mélisse; G.: Citronen-Melisse; M.: Méhfü, Citromfü; R.: Melissa lekarstvennaia.

Specie erbacee din culturi și flora spontană, perenă, tufos ramificată, înaltă de 30—80 (120) cm, cu miros aromatic de lămîie, tulpina în 4 muchii, florile grupate în verticile la toate nodurile.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Melissae) — VII—IX.

Ecologie, răspîndire, zonare. În flora spontană crește dispersată în sudul și vestul țării, prin locuri uscate, pietroase, luminișuri și locuri poienite din păduri de stejar, pajiști. Dacă este cultivată, are pretenții ridicate față de temperatură și lumină, dar puțin exigentă față de umiditate. Cere soluri profunde, fertile, ușoare. Se recomandă a fi cultivată în Cîmpia de Vest (jud. Timiș), Oltenia (jud. Dolj, Olt), Muntenia (jud. Teleorman, Giurgiu, Ialomița, Călărași, Prahova, Buzău), Dobrogea.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale păioase, prășitoare. **Îngrășăminte** — fosfor și potasiu cîte 40—50 kg/ha la arătura de bază; azot 50—60 kg/ha iarna, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 28—30 cm; înaintea însămînțării se aplică lucrarea cu combinatorul, nivelatorul și tăvălugul. **Însămînțare** — cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29 cu distribuitor pentru semințe mici și limitator de adîncime, la 50 cm interval și 0,5 cm adîncime, cu 8 kg/ha sămînță. **Lucrări de întreținere** — plivit de cîte ori este nevoie, rărit la 20 cm între plante (cînd au 3—4 perechi de frunze). **Recoltare** — din anul II, la începutul înfloririi, de 2—3 ori pe an.

Principii active. Ulei volatil (cu citral, geraniol, linalol), tanin, acid cafeic, principiu amar.

Acțiune farmacologică. Carminativ; antispastic; antivomitiv; antidiareic; stomachic; coleretic-colagog; sedativ nervos; cicatrizant și antiseptic.

Recomandări majore. Colici gastrice și intestinale, colite de fermentație.

Alte recomandări. INT. — Stări de vomă (îndeosebi la gravide); diaree, dispepsii, atonie gastrică; diskinezie biliară, colecistopatii, anxietate. EXT. — Răni.



Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Comprese cu infuzie în concentrație dublă.

Intră în formula ceaiurilor anticolitic, aromat, contra colicilor, laxativ.

MĂGHIRANUL

MAJORANA HORTENSIS MNCH. — FAM. LABIATAE

Fr.: Marjolaine; G.: Wurstkraut; M.: Majorána; R.: Maioran sadovîi.

Specie mediteraneeană, la noi exclusiv de cultură, cu port de tufă mică (20—60 cm), cenușiu-păroasă, cu frunze mici (1—2 cm), ovate și opuse, flori minuscule grupate în inflorescențe globuloase de 0,5 cm la subsuoara frunzelor superioare.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Majoranae) — VI—IX (2 recoltări).

Ecologie, zonare. Are cerințe ridicate pentru temperatură și umiditate (foarte bune rezultate dă pe terenuri irigate), necesită soluri bogate în humus, adînci, ușoare. Zone favorabile: jud. Giurgiu, Brăila, Buzău, Teleorman, sudul Doljului, Bihor, Neamț.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prășitoare îngrășate cu gunoi de grajd, leguminoase sau cereale de toamnă. **Îngrășăminte** — fosfor 50—60 kg/ha și potasiu 40—50 kg/ha încorporate la arătura de bază; azot 60—80 kg/ha în două etape: la plantare și la prima recoltă. **Pregătirea terenului** — arătura la adîncimea de 22—25 cm, lucrare cu combinatorul și nivelatorul, primăvara înaintea plantatului. **Însămînțare** — în răsadnițe calde, 100 m²/ha, în ianuarie—februarie, cu 0,3 kg/ha; plantarea se face în cîmp după trecerea înghețului sau brumelor tîrzii, la interval de 50 cm și distanță de 20 cm, cu 2—4 fire la cuib. **Lucrări de întreținere** — prașilă manuală imediat după plantat și cîte una după recoltat. **Recoltarea** — cu secera, la 6—7 cm de la colet, în momentul butonizării.

Principii active. Ulei volatil cu terpinen, terpineol, carvacrol; acid ursolic, sitosterină.

Acțiune farmacologică. Tonic-stomachic și tonic-aperitiv; carminativ; sedativ; antiseptic, mărirea diurezei.

Recomandări majore. Dispepsii stomacale; stări nervoase (insomnii, migrene, ticuri, anxietate).

Alte recomandări. INT. — Anorexie; colite de fermentație. balonări; afecțiuni renale. EXT. — Dureri reumatismale. sciatică; rinită.



Mod de întrebuințare INT. — Infuzie (2 linguriță la cană), 2 căni pe zi, între mese; în caz de insomnie, una înainte de culcare. EXT. — Fricțiuni antireumatismale (cu ulei din 100 g plantă fiartă 1 oră pe baie de apă în 500 ml ulei); inhalații cu infuzie caldă.

BUSUIOCUL

OCIMUM BASILICUM L. — FAM. LABIATAE

Fr.: G.: Basilic; M.: Bazsalikom; R.: Bazilik kamfornii.

Specie erbacee anuală de cultură, ramificată de la bază, înaltă de 20—60 cm, cu tulpini păroase în 4 muchii, frunze ovate, opuse, inflorescenţe spiciforme.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Basilici) — VII—IX.

Ecologie, zonare. Busuiocul solicită multă căldură, lumină, dar suportă şi semiumbrire. Are cerinţe moderate faţă de umiditate, dar ridicate faţă de sol (soluri bogate, fertile, permeabile). Recolte bune se pot obţine în Cîmpia Bărăganului, Burnazului, Olteniei şi Timişului.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase pentru boabe, borceag pentru fîn, cereale de toamnă. **Îngrăşăminte** — fosfor 40—50 kg/ha şi potasiu 30—40 kg/ha încorporate la arătura de toamnă; azot 50—60 kg/ha în două etape — primăvara la înfiinţarea culturii şi după prima recoltă. **Pregătirea terenului** — arătură de toamnă la adîncimea de 22—25 cm cu plugul în agregat cu grapa stelată; primăvara, lucrare cu combinatorul în agregat cu nivelatorul şi grapa cu colţi reglabili. **Însămînţare** — cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29, cînd temperatura solului atinge 15°, la interval de 50 cm şi 1—1,5 cm adîncime, cu 4—6 kg/ha. **Lucrări de întreţinere** — plivit şi prăşit de cîte ori este nevoie, rărit la 8—12 cm cînd plantele au 3—4 perechi de frunze. **Recoltare** — în plină înflorire, cu secera, la 6—7 cm de la colet.

Principii active. Ulei volatil, saponozide triterpenice, taninuri.

Acţiune farmacologică. Carminativ; spasmolitic; stomachic; sedativ şi antimigrenos; antitusiv; diuretic; galactogog; antiseptic.

Recomandări majore. Meteorism, colici, colită de fermentaţie.

Alte recomandări. INT. — Dispepsii de natură nervoasă; vomă; diaree; anorexie; astenii, migrene repetate, insomnii pe fond nervos; gripă, bronşită; afecţiuni renale (îndeosebi infecţioase); stimularea lactaţiei la femeile care alăptează. EXT. — Afte.



Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 lingură la cană), 2 căni pe zi. EXT. — Gargară cu decoct concentrat (2 linguri la 100 ml apă).

SOCUL

SAMBUCUS NIGRA L. — FAM. CAPRIFOLIACEAE.

Fr.: Sureau; G.: Holunder; M.: Fekete bodza; R.: Buzina ciornaia.

Arbust sau arboraş, înalt de 4—5 (10) m, cu coroană tufoasă, rotunjită, cu măduva mai dezvoltată decît la toate celelalte specii.

Partea utilizată. Florile (Flores Sambuci), fie cu pedunculul inflorescenţei („toto"), fie sitate („gerebelt") V—VI. Fructele (Fructus Sambuci) fără pedunculi — IX—X.

Ecologie, răspîndire. Socul este o specie destul de exigentă faţă de căldură; preferă soluri fertile, bogate în humus, afînate, revene. Se dezvoltă în semiumbră, în subarboretele pădurilor de deal şi cîmpie, îndeosebi în luminişuri sau margini de păduri, pe lîngă garduri. Este răspîndit în toată ţara.

Recoltare. Florile — la începutul înfloririi (cu max. 75% din flori deschise), pe timp frumos, după ce se ridică roua, prin tăierea inflorescenţei; uscarea, de preferat, la soare. După 5—6 ore de uscare, cînd florile sînt uscate dar pedunculii sînt încă moi, se scutură pentru a se obţine produsul superior (sitat sau „gerebelt"). Fructele — prin tăierea inflorescenţei care se usucă în strat subţire, pe sfori sau sîrme; după uscare se sitează.

Principii active. Ulei volatil, colină, rutină, sambunigrină, glicozide, mucilagii.

Acţiune farmacologică. Sudorific şi febrifug; diuretic; uşor laxativ; galactogog; emolient şi maturativ; antiseptic.

Recomandări majore. INT. — Răceli, stări gripale, bronşite.

Alte recomandări. INT. — Boli renale şi vezicale; reumatism; constipaţii; obezitate; stimularea lactaţiei în perioada de alăptare. EXT. — Furuncule şi abcese; degerături; crize gutoase; conjunctivite şi ulcioare.

Mod de întrebuinţare. INT. — Infuzie (2 linguriţe la cană), 3 căni pe zi. EXT. — Băi locale calde sau cataplasme cu infuzie concentrată (50—60 g/litru); băi de ochi. Intră în formula ceaiurilor sudorific, antireumatic, depurativ.



COADA ȘORICELULUI

ACHILLEA MILLEFOLIUM L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Millefeuille; G.: Schafgarbe; M.: Cickafarkkóró; R.: Tîsiacielistnic.

Specie ierboasă perenă, înaltă de 20—80 cm, cu frunze fin divizate și inflorescență terminală bogată, albă.

Partea utilizată. Inflorescențele (Flores Millefolii) — VI—IX.

Ecologie, răspindire, zonare. Această plantă larg răspîndită în flora spontană crește în locuri însorite sau umbrite, de la șes pînă la munte, prin fînețe, poieni, la margini de păduri, pe lîngă drumuri și căi ferate. Zonare în cultură în sudul și vestul țării unde acumulează mai mult ulei volatil.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prășitoare îngrășate. **Îngrășăminte** — fosfor 50—60 kg/ha la arătura de bază; azot 70—80 kg/ha după primul ger. **Pregătirea terenului** — arătura la adîncime de 25—30 cm, discuit, nivelat și tăvălugit. **Însămînțare** — cu SUP-21 cu distribuitor pentru semințe mici, la interval de 50 cm, 0,5 cm adîncime, cu 3 kg/ha. **Lucrări de întreținere** — tăvălugit imediat după însămînțare, plivit și prășit de cîte ori este nevoie; rărit la 12—15 cm între plante cînd acestea au 5—8 cm înălțime. **Recoltare** — cînd florile sînt complet deschise, tăindu-se inflorescențele.

Recoltare din flora spontană. Cu secera sau cosorul.

Principii active. Ulei volatil cu azulene, substanțe amare, tanin, colină, vitamina C, ulei gras, rezine.

Acțiune farmacologică. Antiseptic similar mușețelului; tonic-aperitiv; coleretic-colagog și stimulent al funcției hepatice; antispastic; astringent, antiinflamator; cicatrizant.

Recomandări majore. Enterocolite, gastrite, colici gastrice.

Alte recomandări. INT. — Diskinezie biliară, insuficiență hepatică; colici hepatice; bronșite; cistite; anorexie, dispepsii. EXT. — Hemoroizi; ulcere varicoase; abcese dentare; arsuri, plăgi purulente; eczeme zemuinde. COSM. — Calmarea tenurilor înroșite, iritate.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (2 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Băi sau comprese cu infuzie în concentrație dublă.



Intră în formula ceaiurilor gastric, hepatic, contra colicilor, anticolitic, diuretic 3, laxativ antihemoroidal, antiastmatic.

MUȘEȚELUL

MATRICARIA CHAMOMILLA L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Camomille commune, Matricaire; G.: Echte Kamille; M.: Orvosi székfü; R.: Romaşka aptecinaia, Romaşka lekarstvennaia.

Specie ierboasă, înaltă de 5—60 cm (chiar mai înaltă în culturi), cu miros aromat. Plantele sînt mici şi neramificate în sărături, locuri bătătorite, dar înalte şi bogat ramificate ca buruiană în lan sau ca plantă cultivată. Capitulele, caracteristice, au flori ligulate sterile pe margine şi flori tubuloase fertile pe receptaculul bombat şi gol la interior.

Partea utilizată. Florile — în fapt inflorescenţe (Flores Chamomillae) — V—VI.

Ecologie, răspîndire, zonare. Plantă comună în zona de şes, muşeţelul creşte pe pajişti, în semănături (în special în grîu, în petece de sărăturare). Bazinele cele mai importante şi totodată zone favorabile de cultură sînt în Cîmpia de Vest (jud. Timiş, Arad, Bihor, Satu-Mare), Oltenia (Mehedinţi, Dolj, Olt), Muntenia (Teleorman, Giurgiu, Călăraşi, Ialomiţa, Buzău, Brăila), Dobrogea. Cerinţe mai ridicate are pentru umiditate şi lumină. Rezistă bine la temperaturi scăzute.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — borceaguri pentru masă verde, leguminoase foarte timpurii, cereale de toamnă. **Îngrăşăminte** — fosfor şi potasiu cîte 40—50 kg/ha la înfiinţarea culturii; azot 40—50 kg/ha iarna, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 18—20 cm, discuit, tăvălugit, înainte şi după semănat. **Însămînţare** — cu semănătoarea SUP-21 cu distribuitoare pentru seminţe mici şi limitator de adîncime, la interval de 12,5 cm şi 0,3—0,5 cm adîncime, cu 2—2,5 kg/ha. **Lucrări de întreţinere** — plivit de cîte ori este nevoie, erbicidare cu Afalon 5 kg/ha, cu MET-1200, diluat în 400—600 l apă, cînd plantele au 6—8 frunze. **Recoltare** — cînd florile ligulate albe sînt orizontale, manual cu piepteni speciali, mecanic cu Windroverul (se recoltează cu peduncul de 10—12 cm).

Principii active. Ulei volatil cu chamazulene, glicozid flavonic (apigenina), acizi organici, colină.

Acţiune farmacologică. Antiseptic; antispastic; carminativ; stomachic; sudorific; antidismenoreic; antiinflamator (prin desensibilizarea organismului faţă de histamină).



Recomandări majore. Gastrite, enterite, colite însoţite de colici.

Alte recomandări. INT. — Diaree, dizenterie amoebiană; colici, balonări; tulburări dispeptice; afecţiuni hepatice; cataruri bronhice; astmul bronşic al copiilor; stări gripale, răceală; dismenoree. EXT. — Răni cu puroi, eczeme zemuinde, ulceraţii; hemoroizi, fisuri anale; leucoree; conjunctivită; arsuri şi reacţii produse de iradiere; abcese dentare, stomatite, afte, laringite, amigdalite. COSM. — Tenuri înroşite, ridate; tonic capilar, dînd totodată părului reflexe blonde.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriţe la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Cataplasme, spălături, gargară, băi de ochi cu infuzie concentrată (3 linguriţe la cană); ulei (pentru arsuri) din 10 g macerate 2—3 ore în 10—20 ml alcool, apoi fierte 2—3 ore în 100 ml alcool. Intră în formula ceaiului anticolitic, gastric, contra colicilor pentru copii şi adulţi, sudorific, pentru gargară.

Confuzii. Faţă de alte specii de muşeţel se recunoaşte prin capitulul gol la interior.



3. PLANTE CU FLORI GALBENE

A. COROLA CU PETALE LIBERE

B. COROLA CU PETALE UNITE



ROSTOPASCA

CHELIDONIUM MAJUS L. — FAM. PAPAVERACEAE

Fr.: Chélidoine; G.: Schöllkraut; M.: Vérehulló fecskefü; R.: Cistatel balşoi.



Rostopasca sau Negelariţa este o plantă ierbacee perenă bogat ramificată de la bază, cu tulpini cu peri lungi şi rari şi frunze verzi-albăstrui, mari, alterne, imparipenate, flori galbene pe tip 4, cîte 3—8 în umbele, fructe capsule alungite. Planta lasă la locul de rupere un latex galben-portocaliu.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Chelidonii) — V—VIII.

Ecologie, răspîndire. Evită lumina directă, are cerinţe mai ridicate pentru umiditate; se dezvoltă bine pe soluri uşoare, chiar nisipuri, din zona de cîmpie pînă în cea montană (800—1000 m), în tufişuri, grădini, la marginea gardurilor, în păduri, îndeosebi de salcîm. În cantităţi mai mari creşte în Oltenia (jud. Gorj, Dolj, dar mai ales în Mehedinţi — la Devesel, Pădurea Chilia, Vînju Mare), Muntenia (jud. Giurgiu, împrejurimile Bucureştiului), Dobrogea (jud. Constanţa), Moldova (jud. Galaţi — pădurea Hanu Conachi, Bacău, Botoşani, Iaşi, Neamţ, Suceava), Transilvania (Cluj, Alba, Harghita, Sălaj, Satu-Mare), Banat (Caraş-Severin).

Recoltare. Se recoltează numai ramurile nelignificate fie prin rupere, fie cu coasa sau secera cînd planta este în masă, de preferat înainte de fructificare, apoi din nou la otăvire.

Principii active. Alcaloizi (chelidonina, sanguinarina, protopina, sparteina), ulei volatil, flavonoide, saponozide.

Acţiune farmacologică. Stimulent al funcţiei hepatice; calmant al colicilor hepato-biliare; coleretic-colagog; sedativ şi narcotic al centrilor nervoşi superiori; antitumoral (prin acţiune mitoclazică); dezinfectant şi cicatrizant.

Recomandări majore. Hepatite cronice, colici hepato-biliare, colecistite, diskinezie biliară.

Alte recomandări. INT. — Tuse spastică. EXT. — Negi; răni; tuberculoza pielii. În studiu utilizarea în unele forme de tumori.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1/2 linguriţă la o cană) care se bea în cursul unei zile. EXT. — Aplicaţii de latex pe negi; cataplasme cu infuzie; unguent pentru tuberculoza pielii (30 g pulbere de plantă, 15 g lanolină, 5 g vaselină, 10 picături acid fenic), pansamentul schimbîndu-se la 2—3 zile.

Intră în formula ceaiului hepatic.

Contraindicaţii. Prin supradozare planta devine toxică.

MUȘTARUL ALB

SINAPIS ALBA L. — FAM. CRUCIFERAE

Fr.: Moutarde blanche; G.: Weisser Senf; M.: Fehér mustár; R.: Gorciţa belaia.

Specie anuală de cultură, erectă, bogat ramificată, înaltă de 0,3—1 m, cu frunze penat sectate, cu 3—5 lobi neregulaţi, dintre care cel terminal mult mai mare, flori galbene, pe tipul 4, în raceme bogate, fructe silicve galbene, dispuse aproape perpendicular, cu rostru alungit. **Partea utilizată.** Semințele (Semen Sinapis albae) — VI—VII.

Ecologie, zonare. Plantă relativ puţin pretenţioasă la temperatură (dacă se seamănă tîrziu, poate fi afectată de temperaturile ridicate), favorizată de lumina din zilele scurte. Faţă de umiditate are două perioade critice: imediat după semănat şi la formarea seminţelor. Are cerinţe reduse faţă de sol (podzolurile vor trebui însă amendate). Sînt contraindicate solurile prea grele sau cele nisipoase. Zone foarte favorabile pentru cultura acestei plante se găsesc în Cîmpia de vest; zone favorabile: Bărăgan, Cîmpia Burnazului, a Dobrogei şi a Olteniei (jud. Dolj şi Olt).

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase, prăşitoare îngrăşate care lasă terenul bogat în substanţe nutritive şi curat de buruieni (ex. cartofii). **Îngrăşăminte** — fosfor 40—45 kg/ha la arătura de toamnă; azot 40—60 kg/ha dat primăvara, pe zăpadă; rezultate foarte bune se obţin dîndu-se 20 t/ha gunoi de grajd încorporat la arătura de bază. **Pregătirea terenului** — arătură cu plugul în agregat cu grapa stelată la adîncimea de 22—25 cm după planta premergătoare; întreţinerea curată de buruieni a terenului pînă la însămînţare. **Însămînţare** — primăvara devreme, cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29, cu 12 kg/ha, la intervale de 12,5 cm şi adîncimea de 2—3 cm. **Lucrări de întreţinere** — grăpare uşoară pentru distrugerea scoarţei şi a buruienilor, 2—3 pliviri, tratamente cu Lindatox 3 PP, 20—25 kg/ha, Nagos 100 CE-0,1%, Diazion 60 CE-0,1% sau Ultracid 40 CE-0,1% (în caz de atac a viespei, gîndacului lucios, albastru sau roşu). **Recoltare** — cu combina C-12 cînd silicvele s-au îngălbenit 65%, iar boabele 70—75%.

Principii active. Mucilagii în tegument, glicozidul sinalbină, fermentul mirozină.



Acţiune farmacologică. Laxativ prin acţiune mecanică asupra tractului digestiv şi iritarea locală produsă în stomac; creşterea secreţiilor gastrice; antiseptic.

Recomandări majore. Constipaţii cronice.

Alte recomandări. Anorexie; dispepsii; insuficienţă pancreatică.

Mod de administrare. Seminţe întregi (1 linguriţă pînă la o lingură, cu puţină apă sau lapte), în cure de max. 7—8 zile, cu pauză de 7—10 zile.

MUȘTARUL NEGRU

BRASSICA NIGRA (L.) KOCH. (SINAPIS NIGRA L.) — FAM. CRUCIFERAE

Fr.: Moutarde noir; G.: Schwarzer Senf; M.: Fekete mustár; R.: Gorciţa ciornaia.

Specie anuală de cultură, erectă, bogat ramificată, înaltă de 1—1,50 m, cu tulpina cilindrică, abundent păroasă la partea inferioară şi glabră la cea superioară, frunze inferioare penat-lobate, cu lobul terminal mare, flori galbene, pe tip 4, în raceme bogate, fructe silicve alipite de ax, îngustate la ambele capete, fără rostru.

Partea utilizată. Semințele — sub formă de făină (Farina Sinapis nigrae) — VI—VII.

Ecologie, zonare. Planta are pretenţii moderate faţă de temperatură (este totuşi mai sensibilă decît muştarul alb). Faţă de umiditate are două perioade critice — imediat după semănat şi la formarea seminţelor. Solicită soluri mai uşoare şi mai revene. La zi scurtă se dezvoltă mai greu, dar creşte viguroasă. Zonele cele mai favorabile: Cîmpia de Vest; zone favorabile: Bărăgan, Cîmpia Dobrogei, Cîmpia Burnazului, Cîmpia Olteniei (jud. Dolj şi Olt).

Tehnologia de cultură. Premergătoare — toate, exceptînd cruciferele. **Îngrăşăminte** — fosfor 40—50 kg/ha încorporat la arătura de bază; azot 40—60 kg/ha primăvara, înainte de semănat. **Pregătirea terenului** — arătură adîncă de toamnă la 22—25 cm; primăvara, nivelat şi lucrare cu combinatorul. **Însămînţare** — primăvara cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29 la 12,5 cm între rînduri şi 2—3 cm adîncime, cu 10—12 kg/ha.

Lucrări de întreţinere — 1—2 pliviri, prăfuiri cu Lindatox 3 PP sau Melipax 10 PP în doze de 20—25 kg/ha (în cazul atacului de purici, viespei rapiţei, gîndacului albastru sau roşu). **Recoltare** — cu combina C 12 special pregătită cînd plantele au cca 1/3 din silicve de culoare galbenă-brună, iar 75—80% din seminţe sînt cafenii.

Principii active. Mucilagii în tegument, ulei gras, sinigrozid, mirozinază.

Acţiune farmacologică. Revulsiv (cu folosire strictă în uz extern) activînd circulaţia sîngelui în zonă şi decongestionînd organele interne subiacente.



Recomandări majore. EXT. — Inflamaţii articulare, algii reumatice.

Alte recomandări. EXT. — Răceală, gripă; bronşită, pneumonie; angină pectorală.

Mod de administrare. EXT. — Băi generale (250 g în săculeţ de tifon, agitat în apa de baie) cu o durată de 20—30 minute; băi locale cu 25—30 g produs peste care se toarnă 2—3 l apă caldă; cataplasme (cu o pastă din 100 g produs cu puţină apă caldă) aplicate pe locul dureros, cca 15 minute (în cazul persoanelor sensibile şi al copiilor, făina de muştar se amestecă cu făină de in în proporţie de 1 : 2).

Contraindicaţii. Persoane cu sensibilitate deosebită, bolnavi de varice, diferite afecţiuni cutanate.

TREI FRAȚI PĂTAȚI

VIOLA TRICOLOR L.* — FAM. VIOLACEAE

Fr.: Pensée sauvage; G.: Stiefmütterchen;
M.: Vadárvácska; R.: Fialka trehțvetnaia.

Specie anuală sau hibernantă, înaltă de 10—14 cm, cu frunze ovate cu stipele penate la bază, flori cu 5 petale inegale și diferit colorate — 2 superioare violacee, 2 laterale galben-deschis, cea inferioară mai mare, galbenă.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Violae tricoloris) — VI—VIII.
Ecologie, răspîndire. Plantă de lumină directă sau cel mult semiumbră, cu cerințe destul de ridicate față de umiditate. Se dezvoltă pe soluri bogate, iar altitudinal din zona de deal pînă în etajul subalpin. Crește în lunci, la marginea pădurilor, în culturi ca buruiană, prin fînețe montane, pe coaste și stîncării. Bazine mai mari se întîlnesc în Transilvania (îndeosebi în jud. Cluj, Sălaj, Bihor, Arad), Banat (Caraș-Severin), Moldova (jud. Suceava, Bacău, Iași), Muntenia (Prahova).
Recoltare. În perioada de înflorire, cu secera sau cu coasa.
Principii active. Saponozide, flavonoide (rutozid), compuși salicilici, alcaloizi (violina), carotenoide, antociani, tanin, ulei volatil, vitamine (C, A).
Acțiune farmacologică. Depurativ de bază, curățind sîngele de toxine; diuretic; fluidifică și elimină secrețiile bronhice; ușor laxativ.
Recomandări majore. Afecțiuni dermatologice (eczeme, urticarie, acnee, furunculoză, psoriazis, herpes).
Alte recomandări. Afecțiuni renale; reumatism; tuse și bronșită; constipații ușoare.
Mod de administrare. Infuzie (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi, din care una dimineața pe stomacul gol. Intră în formula ceaiurilor depurativ și pectoral.

* Se mai recoltează și Viola arvensis L.-cu flori galbene, adesea buruiană de cultură, Viola declinata L. (Unghia găii), cu flori violacee, din zona montană și alpină.



SUNĂTOAREA

HYPERICUM PERFORATUM L. — FAM. HYPERICACEAE

Fr.: Millepertuis; G.: Johanneskraut; M.: Orbáncfü; R.: Zveroboi abîknavennîi.

Plantă ierboasă perenă, înaltă pînă la 1 m, avînd tulpină cilindrică, ramuri sterile la baza frunzelor, frunze opuse, sesile, ovale, cu punctuaţiuni negre şi altele transparente, flori numeroase, dispuse terminal, pe tip 5.

Partea utilizată. Părţile aeriene terminale înflorite (Herba Hyperici) — VI—VIII.

Ecologie, răspîndire. Plantă cu o mare răspîndire, sunătoarea este adaptată atît la aridităte, cît şi la umiditate excesivă; vegetează la lumină, cel mult la semiumbră. Suportă temperaturile joase şi este puţin pretenţioasă faţă de sol (reacţionînd însă pozitiv la un conţinut mai mare în azot). Altitudinal vegetează de la cîmpie pînă în zona montană (mai abundentă în zona deluroasă), în tăieturi de păduri, fîneţe, la marginea drumurilor şi a pădurilor, în locuri necultivate. Se poate recolta în toată ţara, îndeosebi în Transilvania, Muntenia (jud. Argeş, Buzău, Dîmboviţa, Giurgiu, Prahova), Oltenia (jud. Gorj, Mehedinţi, Olt, Vîlcea), Moldova (jud. Bacău, Botoşani, Neamţ, Suceava, Vrancea), Dobrogea (jud. Tulcea).

Recoltare. Întreaga parte nelignificată, în plină înflorire, prin tăiere cu foarfecele sau cuţitul.

Principii active. Ulei volatil, flavonozidul hiperozid, substanţă colorantă-hipericina, colină, rezine, fitoncide, beta caroten.

Acţiune farmacologică. Cicatrizant; antiseptic; coleretic-colagog; antidiareic.

Recomandări majore. Diskinezii biliare, colecistite, alte afecţiuni hepatice.

Alte recomandări. INT. — Gastrite hiperacide, ulcer gastric; colită; diaree, enterite. EXT. — Arsuri; răni deschise, purulente, ulceraţii învechite.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi; ulei medicinal (20 g plantă macerată 12 ore în 20 ml alcool într-un vas închis, se adaugă 200 g ulei comestibil şi se fierbe 3 ore, agitîndu-se din timp în timp), se iau 2 linguriţe pe zi între



mese. EXT. — Cataplasme sau băi locale cu infuzie concentrată (1 lingură la 100 ml apă); aplicaţii cu ulei.

Intră în formula ceaiurilor gastrice, hepatic, anticolitic.

Confuzii. La noi în ţară se mai întîlnesc şi alte specii de Hypericum, dar fără proprietăţi medicinale: H. elegans (floare de friguri) cu frunze lanceolate, tulpina în 4 muchii (la H. perforatum numai 2); H. maculatum cu frunze fără puncte transparente; H. hirsutum cu frunze păroase.

CĂTINA

HIPPOPHAË RHAMNOIDES L. — FAM. ELAEAGNACEAE.

Fr.: Argousier; G.: Sanddorn; M.: Homoktövis; R.: Ablepiha krușinovidnaia.

Arbust spinos, cu peri stelați pe tulpini și pe frunzele îngust-lanceolate, flori unisexuate dioice (apar înaintea frunzelor), mici, gălbui, în inflorescențe globuloase (cele bărbătești) și mai alungite (cele femeiești), fructe drupe false, portocalii, în ciorchini.

Partea utilizată. Fructele (Fructus Hippophaë) — VIII—IX.

Ecologie, răspîndire. Specie cu mare rezistență la secetă și ger, nepretențioasă față de sol, dezvoltîndu-se bine pe prundișuri, nisipuri, soluri crude, pe coastę rîpoase pe care le fixează datorită lăstăririi și drajonării; solicită lumină directă. Vegetează din zona de munte și pînă în Deltă, îndeosebi în jud. Bacău, Vrancea, Buzău, Prahova, Dîmbovița, Tulcea.

Recoltare. Fructele se desprind de pe ramuri cu foarfecele.

Principii active. Vitaminele C, B_1, B_2, carotenoide dizolvate într-un ulei gras, acid folic, acizi grași nesaturați, fitosteroli, inozitoli, acid nicotinic.

Acțiune farmacologică. Vitaminizant de excepție; depurativ; antidiareic.

Recomandări majore. Avitaminoză.

Alte recomandări. Urticarie, diverse dermatoze; diaree benignă.

Mod de administrare. Infuzie (1—2 linguriță la cană), 2 căni pe zi.

Intră în formula ceaiului gastric stimulent. Fructele (singure sau împreună cu măceșele) pot constitui un ceai alimentar de fiecare zi, cu mare valoare vitaminizantă.



COADA RACULUI

POTENTILLA ANSERINA L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Ansèrine, Argentine; G.: Gänsefingerkraut; M.: Libapimpó; R.: Lapciatka gușinaia.

Plantă erbacee cu tulpină orizontală și ramuri ascendente, frunze penat compuse, argintii pe spate, flori galbene pe tip 5.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Anserinae) — VII—IX.

Ecologie, răspindire. Planta formează covoare compacte în sate de deal, pe marginea ulițelor, șanțurilor și a rîurilor, îndeosebi în Transilvania (jud. Alba, Arad, Bihor, Brașov, Covasna, Harghita, Maramureș), Muntenia (jud. Argeș, Prahova), Moldova (jud. Neamț, Suceava).

Recoltare. Prin rupere cu mîna, sau prin tăiere fie cu secera, fie cu coasa cînd planta crește în masă. Se îndepărtează plantele străine, precum și tulpinile tîrîtoare.

Principii active. Taninuri, substanțe amare, flavone.

Acțiune farmacologică. Astringent (antidiareic și antihemoragic); antilitiazic; ușor spasmolitic al musculaturii netede intestinale; cicatrizant.

Recomandări majore. Diaree (inclusiv forme rebele), colici gastrointestinale.

Alte recomandări. INT. — Hemoragii (inclusiv în metroragii cu menstre abundente, neregulate, prelungite); litiază urică, artrite. EXT. — Ulcerații ale pielii; gingivită; leucoree. COSM. — Tenuri grase, seboreice, cu pori dilatați.

Mod de administrare. INT. — Infuzie sau decoct (1 lingură la cană), 2 căni pe zi. EXT. — Spălături sau comprese cu decoct în concentrație dublă.

Intră în formula ceaiului antidiareic.



CERENȚELUL

GEUM URBANUM L. — FAM. ROSACEAE.

Fr.: Benoît; G.: Benediktenkraut; M.: Gyömbérgyökér; R.: Gravilat tarodscoi.

Plantă ierboasă perenă, erectă, cu peri aspri pe tulpină, frunze bazale în rozetă, cele tulpinale scurt peţiolate cu 3—5 lobi, flori pe tipul 5, fructe multiple cu aspect de buzdugan.

Partea utilizată. Rizomii (Rhizoma Gei) — III—V şi IX—XI.

Ecologie, răspîndire. Plantă de umbră şi umiditate, creşte pe soluri uşoare şi afînate, uneori abundent în păduri umede din cîmpie şi deal, la marginea apelor şi a drumurilor, în tufişuri, mai ales în Transilvania (Caraş-Severin, Covasna), Muntenia (Argeş, Dîmboviţa, Giurgiu, Prahova), Oltenia (Olt, Vîlcea), Dobrogea (Tulcea), Moldova (Bacău, Neamţ, Suceava, Vrancea).

Recoltare. Pe soluri afînate şi umede prin smulgere, iar pe cele grele cu cuţitul sau cazmaua, după care se retează la nivelul coletului. Se spală înainte de uscare.

Principii active. Tanin (10—18%), glicozida geină, ulei volatil, eugenol, substanţe amare.

Acţiune farmacologică. Puternic astringent (antidiareic şi hemostatic), calmant; antiseptic.

Recomandări majore. Dispepsii gastrice, enterite de natură infecţioasă.

Alte recomandări. INT. — Hemoragii de natură diferită, dureri hemoroidale şi menstruale. EXT. — Plăgi infectate; stomatite, gingivite.

Mod de întrebuinţare. INT. — Decoct (1 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Gargară sau spălături cu decoct de 2—3 ori mai concentrat.

Intră în formula ceaiurilor antidiareic şi pentru gargară.



TURIȚA MARE

AGRIMONIA EUPATORIA L. — FAM. ROSACEAE.

Fr.: Aigremoine; G.: Odermennig; M.: Patika parlófü; R.: Repeinicek aptecinii.

Plantă ierboasă perenă, neramificată, abundent păroasă, cu frunze penat compuse avînd foliole inegale, dințate, flori gălbui pe tipul 5, în inflorescențe alungite.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Agrimoniae) — VI—VIII.

Ecologie, răspîndire. Crește îndeosebi în locuri semiumbrite cu umiditate mare, în zona de cîmpie pînă în cea montană (la cca 1000 m), în luminișuri și la margini de păduri, în tufărișuri, la margini de drumuri, în livezi, pajiști. Mai răspîndită în Transilvania (jud. Brașov, Cluj, Harghita, Hunedoara, Maramureș, Sălaj, Sibiu), Banat (jud. Caraș-Severin), Muntenia (jud. Argeș, Prahova, dar îndeosebi Buzău), Oltenia (jud. Mehedinți, Vîlcea), Moldova (jud. Bacău, Neamț, Suceava).

Recoltare. La începutul înfloririi, cu secera sau cuțitul, toată partea foliată și nelignificată.

Principii active. Tanin, flavone, principii amare, ulei volatil, săruri de siliciu, vitamine (C, K).

Acțiune farmacologică. Coleretic-colagog și decongestiv hepatic; astringent (antidiareic, antihemoragic); tonic-amar; hipoglicemiant (cu scăderea setei specifice diabeticilor); diuretic-depurativ cu eliminare masivă de urați; ușor antiseptic.

Recomandări majore. Diskinezie biliară, colecistită și alte afecțiuni hepatice cronice.

Alte recomandări. INT. — Stări diareice; hemoragii (îndeosebi ale nasului); diabet; diateze urice; reumatism cronic; alergii cu mîncărimi; stări dispeptice, atonie gastrică, anorexie. EXT. — Stomatite, gingivite, faringite; laringite; boli de ochi.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi, de preferință prima dimineața pe nemîncate. EXT. — Gargară și băi de ochi cu decoct (3 linguri la cană).

Intră în formula ceaiurilor antidiareic și hepatic.



SULFINA

MELILOTUS OFFICINALIS (L.) MEDIK. — FAM. LEGUMINOSAE

Fr.: Mélilot; G.: Gelber Steinklee; M.: Orvosi somkóró; R.: Donnik lekarstvennîi.

Plantă erbacee anuală, înaltă pînă la 1—1,5 m, foarte ramificată, cu frunze trifoliate, flori papilionate galbene, în raceme alungite.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Meliloti) — VI—VIII.

Ecologie, răspîndire. Plantă de locuri însorite, puțin pretențioasă față de sol, vegetînd chiar și pe cele mai aride, pietroase, fiind calcifilă. Crește de la cîmpie pînă la 1200—1400 m, prin fînețe, semănături, pe coaste pietroase, în mod deosebit la margine de drumuri și căi ferate.

Recoltare. Se taie vîrfurile înflorite de cca 30 cm, precum și ramificațiile.

Principii active. Cumarină, ulei volatil, substanțe amare, tanin, derivați flavonici.

Acțiune farmacologică. Sedativ lejer și soporific; antispasmodic; emolient și expectorant; carminativ; stimulent al regenerării celulei hepatice; ameliorarea circulației (îndeosebi cea venoasă); diuretic și antiseptic renal; antihipertensiv (prin dilatarea vaselor periferice); antiseptic general.

Recomandări majore. Tulburări de circulație arterială, limfatică, dar în special venoasă (pentru membrele inferioare).

Alte recomandări. INT. — Hiperexcitabilitate, insomnii; bronșite, tuse (inclusiv în accese prelungite); catar gastric și intestinal; colite cu balonări, aerofagie; sechele de hepatită; stări de oboseală a ficatului; afecțiuni urinare (inclusiv în stări infecțioase); reumatism, gută; hipertensiune. EXT. — Conjunctivite, ulcioare; plăgi purulente; abcese dentare, gingivite, afte; laringite.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), cîte o cană după fiecare masă, iar pentru efectul sedativ, una înainte de culcare. EXT. — Comprese calde pe locul dureros sau băi locale cu infuzie (2 linguri la cană); cataplasme; gargară; spălături bucale.



Intră în formula aromatizantului pentru băi și a țigărilor antiastmatice.

Confuzii. În aceleași condiții ecologice cu specia medicinală vegetează specia Melilotus albus Medik. (Sulfina albă), la care florile sînt însă albe.

TEIUL

TILIA TOMENTOSA MNCH. — TEI ARGINTIU; TILIA CORDATA MILL. — TEI PUCIOS; TILIA PLATYPHYLLOS SCOP. — TEI CU FRUNZA MARE

Fr.: Tilleul; G. Linde; M.: Hársfa; R.: Lipa.

Arbore cu frunze întregi, cordiforme, flori grupate în cime, al căror peduncul pornește din mijlocul unei bractee alungite.

Partea utilizată. Florile (Flores Tiliae argenteae provenite de la specia Tilia tomentosa, Flores Tiliae officinalis de la celelalte două specii) — VI—VII.

Ecologie, răspîndire. Specia T. cordata este mai rezistentă la geruri, celelalte specii au pretenții mai ridicate față de temperatură. Se dezvoltă bine pe soluri revene, mai fertile. Vegetează în păduri de cîmpie și deal, în toată țara, dar în mod deosebit în Moldova (jud. Botoșani, Iași, Vaslui), Dobrogea (jud. Tulcea — la poalele Munților Măcinului), Muntenia (jud. Giurgiu), Transilvania (jud. Arad, Satu-Mare), Banat (jud. Caraș-Severin), Oltenia (jud. Mehedinți). Foarte mult cultivat în scop ornamental.

Recoltare. La începutul înfloririi, pe timp frumos, la 1—2 zile după ultima ploaie, cu ajutorul scărilor duble, pentru a se evita urcarea în arbori, care duce la ruperea ramurilor. Se poate utiliza foarfecele de omizi cu coada lungă.

Principii active. Ulei volatil, alcool sescviterpenic (farnesol) — în flori, mucilagii în bractee; flavonozide, tanin, colină, saponine.

Acțiune farmacologică. Neurosedativ, antispastic și hipnotic; fluidificarea secrețiilor bronhice și calmarea tusei; fluidificarea sîngelui; sudorific-febrifug.

Recomandări majore. Stări de nervozitate, de agitație provocate de surmenaj intelectual, insomnii; bronșite, stări gripale, răceli.

Alte recomandări. INT. — Dispepsii cu origine nervoasă; migrene; febră musculară; dureri renale; ateroscleroză. EXT. — Amigdalită, afecțiuni bucale; băi sedative pentru copiii cu nervozitate excesivă. COSM. — Cearcăne.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi, dintre care o cană cu 30 minute înainte de culcare. EXT. — Gargară cu infuzie



concentrată (4 linguri la cană, la care se adaugă 1/2 linguriță de bicarbonat de sodiu); pentru copii, băi cu infuzie concentrată (30—40 g la litru). COSM. — Comprese călduțe cu infuzie, ținute 10—15 minute pe ochi.

Intră în formula ceaiurilor calmant, sedativ, contra tulburărilor cardiace, pectoral, sudorific.

FENICULUL

FOENICULUM VULGARE MILL. — FAM. UMBELLIFERAE

Fr.: Fenouil; G.: Fenchel; M.: Edes kömény; R.: Fenheli abîknavennii.

Specie erbacee bienală sau perenă, exclusiv de cultură, înaltă pînă la 1—2 m, foarte ramificată încă de la bază, cu frunze fin divizate (asemănătoare cu cele de mărar), flori galbene în umbele mari care înfloresc și fructifică încă din primul an.

Partea utilizată. Fructele (Fructus Foeniculi) — VIII—IX.

Ecologie, zonare. Ca specie mediteraneeană se cultivă în regiuni cu veri lungi și calde, ierni ușoare, precipitații suficiente și soluri fertile (nisipo-argiloase, bogate în humus și calciu, de preferință cernoziomuri sau soluri de luncă). Găsește condiții favorabile în toată zona de cîmpie din estul și vestul țării.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prășitoare îngrășate, grîu de toamnă după ogor îngrășat.

Îngrășăminte — fosfor — 40—50 kg/ha încorporat la arătura de toamnă; azot 60—70 kg/ha primăvara, înainte de semănat. **Pregătirea terenului** — arătura la adîncimea de 22—25 cm după planta premergătoare; terenul se întreține fără buruieni pînă la însămînțare.

Însămînțare — primăvara timpuriu cu semănătoarea SUP—21 sau SUP—29 cu distribuitorul cu pinteni, cu fețe laterale plane, reglat la C—12, cu 8 kg/ha, la adîncime de 2—3 cm și interval de 62,5 cm. **Lucrări de întreținere** — grăpat după însămînțare, 1—2 pliviri, 2—3 prașile; erbicidare primăvara după însămînțare cu Igran 5—7 kg/ha diluat în 400—600 l apă.

Recoltare — cu combina C 12 la maturarea a 75% din fructe.

Principii active. Ulei volatil (cu 50—60% anetol, limonen, pinen, fenconă, camfen), flavonoide.

Acțiune farmacologică. Carminativ și antispastic gastrointestinal; stomachic și tonic aperitiv; sedativ al tusei și expectorant; galactogog; tonic nervin; diuretic; dezinfectant.

Recomandări majore. Balonări, aerofagie, calmant al colicilor (îndeosebi la copii).



Alte recomandări. INT. — Dispepsii și inapetență; bronșită; astm; tuse de diverse etiologii (inclusiv cea convulsivă); stimularea lactației la femeile care alăptează, afecțiuni renale; astenii. EXT. — Inflamații ale gîtului; iritații oculare.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (5—6 fructe la 100 ml — sugari și 1/2 linguriță la cană — adulți), 2—3 ceaiuri pe zi. EXT. — Gargară cu infuzie în concentrație dublă; băi de ochi cu infuzie.

Intră în formula ceaiurilor pectoral, contra colicilor (adulți și copii), anticolitic, gastric 2, pulberii laxativ-purgative.

CIUBOȚICA CUCULUI

PRIMULA OFFICINALIS (L) HILL., P. ELATIOR (L.) GRUFB. — FAM. PRIMULACEAE

Fr.: Primevère; G.: Schlüsselblume; M.: Orvosi kankalin; R.: Pervoțvet vesenii.

Plantă ierboasă, înaltă de 15—30 cm, cu frunze în rozetă bazală, flori galbene pe tip 5 într-o umbelă multiformă la capătul unei tulpini cilindrice nefoliate.
Partea utilizată. Florile (Flores Primulae) — IV—V; rădăcinile (Radix Primulae) — IV—V.
Ecologie, răspîndire. Crește în zonele de deal și de munte, are cerințe ridicate față de umiditatea din atmosferă și din sol. Specie de lumină, din poieni și pășuni, cel mult de semiumbră la margini de păduri. Puțin pretențioasă față de sol, se dezvoltă și pe terenurile pietroase. Este răspîndită în întreaga Transilvanie, Muntenia (jud. Argeș, Buzău, Dîmbovița, Prahova), Oltenia (Gorj, Mehedinți, Vîlcea), Moldova (jud. Bacău, Iași, Suceava, Vrancea, dar mai ales Neamț).
Recoltare. Florile manual sau cu recoltatorii de mușețel; rădăcinile cu sapa sau cazmaua, după care se spală imediat.
Principii active. Saponozide triterpenice (primulozida), flavonozide, tanoizi, vitamina C, enzima primveraza.
Acțiune farmacologică. Expectorant și antitusiv; calmant și antispasmodic; sudorific; diuretic; ușor laxativ; cicatrizant; hemostatic.
Recomandări majore. Bronșite, laringite, pneumonie (în faza de coctiune).
Alte recomandări. INT. — Tuse seacă (inclusiv tuse convulsivă); migrene, insomnii; contracții de natură nervoasă ale stomacului; afecțiuni renale și vezicale. EXT. — Contuzii, echimoze.
Mod de administrare. INT. — Infuzie din flori (1 linguriță la cană); decoct din rădăcini (1 linguriță la cană), din ambele 2—3 căni pe zi. EXT. — Comprese cu decoct concentrat de rădăcină (2 linguri la cană).
Florile intră în compoziția ceaiului pectoral, rădăcina în ceaiul antibronșitic.







LUMÎNĂRICA

VERBASCUM PHLOMOIDES L.: V. THAPSUS L.; V. THAPSIFORME SCHRAD; V. SPECIOSUM SCHRAD — FAM. SCROPHULARIACEAE

Fr.: Bouillon blanc; G.: Königskerze; M.: Ökörfarkkóró; R.: Koroviac.

Plantă erbacee, înaltă pînă la 2 m, cu frunze eliptice mari și păroase, flori galbene puțin asimetrice în inflorescențe terminale lungi.
Partea utilizată. Florile — fără caliciu (Flores Verbasci) — VII—IX.
Ecologie, răspîndire. Specie care vegetează în locuri necultivate, la margini de drumuri, solicită multă lumină și uscăciune excesivă. Vegetează pe soluri ușoare, aluvionare, nisipoase sau chiar pietroase, în special în zona de șes și de deal din întreaga țară.
Recoltare. Prin ciupirea corolei cu stamine, fără caliciu, pe măsura deschiderii florilor, dimineața, după ce se ridică roua. Deoarece perii plantei provoacă inflamații ale pielii, mucoaselor, ochilor, se vor lua măsuri de protecție. După uscare, florile se pun în cutii de tablă sau borcane acoperite, cu substanțe care să absoarbă vaporii de apă, produsul fiind foarte higroscopic.
Principii active. Mucilagii, saponozide.
Acțiune farmacologică. Emolient și expectorant; sudorific; maturativ.
Recomandări majore. Tuse de diferite etiologii, inclusiv tuse astmatică, în laringite, traheite, bronșite.
Alte recomandări. INT. — Cataruri intestinale; cataruri urinare; hemoroizi. EXT. — Hemoroizi; arsuri; înțepături; degerături; furuncule și abcese.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană, bine strecurată), 2 căni pe zi, prima între mese, a doua seara la culcare. EXT. — Spălături locale și cataplasme cu infuzie.
Confuzii. Se evită recoltarea florilor de la speciile care au antere violete.



PĂTLAGINA

PLANTAGO LANCEOLATA L., P. MEDIA L., P. MAJOR L. — FAM. PLANTAGINACEAE.

Fr.: Plantain; G.: Wegerich; M.: Utifü; R.: Podarojnik.

Specie erbacee perenă, înaltă de 10—40 cm, cu frunze ovate (P. major, P. media) sau lanceolate (P. lanceolata), tulpini florifere drepte, cu inflorescenţe terminale de tip spic cu floricele mici, gălbui, pe tipul 4.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Plantaginis) — V—IX.

Ecologie, răspîndire, zonare. P. major, foarte mult răspîndită, vegetează chiar şi pe locuri bătătorite unde nu rezistă alte specii. Este adaptată la cele mai variate condiţii, creşte la margini de drumuri, în păşuni, buruienişuri, în culturi, din cîmpie şi pînă în zona alpină. Se cultivă numai P. lanceolata (pătlagina îngustă), care are condiţii în întreaga ţară.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase, legume, cînepă, cereale gunoite, ierburi perene. **Îngrăşăminte** — fosfor 50—60 kg/ha şi potasiu 30—40 kg/ha încorporate la arătura de bază; azot 60—80 kg/ha primăvara, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 22—25 cm, menţinerea terenului curat de buruieni pînă la însămînţare. **Însămînţare** — în pragul iernii cu semănătoarea SUP—21 sau SUP—29 cu distribuitoare pentru seminţe mici şi limitatoare de adîncime, cîte 5 kg/ha, la intervale de 50 cm şi adîncimea de 0,5—1 cm. **Lucrări de întreţinere** — plivit după răsărire, prăşit ori de cîte ori este nevoie. **Recoltare** — de 2—4 ori pe an, cînd frunzele au 12—14 cm lungime, cu secera.

Principii active. Mucilagii, glicozidul aucubina, vitamina K, tanin, polifenoli, alantoină.

Acţiune farmacologică. Emolient şi expectorant; cicatrizant; antihemoragic; hipocolesterolemiant; uşor hipotensor; antiseptic.

Recomandări majore. Bronşite cronice, tuse de diverse etiologii, astm.

Alte recomandări. INT. — Ulcer gastric; catar digestiv şi urinar; hemoragii; hipercolesterolemie şi ateroscleroză; hipertensiune. EXT. — Răni (inclusiv plăgi deschise); ulcere varicoase; hemoroizi sîngerînzi; conjunctivite şi blefarite; stomatite; laringite şi traheite.



Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriţă la cană), 2 căni pe zi; plantă mărunţită (2—3 vîrfuri de cuţit pe zi) în ulcer; suc de plantă proaspătă. EXT. — Cataplasme; spălături; băi locale; aplicaţii pe răni cu frunze proaspete zdrobite.

Intră în formula ceaiului antibronşitic.

Confuzii. Foarte periculoasă confuzia dintre frunzele de pătlagină cu frunzele toxice de Degeţel lînos (Digitalis lanata). Caractere de deosebire:

— nervaţiune paralel-arcuată (la Digitalis este penată);

— peri rari pe ambele feţe ale frunzei (la Digitalis numai pe marginea frunzei).

GHINȚURA GALBENĂ

GENTIANA LUTEA L. — FAM. GENTIANACEAE

Fr.: Gentiane; G.: Enzian; M.: Tárnics; R.: Goreciavka jioltaia.

Plantă ierboasă perenă, robustă (40—100 cm), cu frunze opuse, cu nervuri arcuate, proeminente, ovat-eliptice, flori mari (2—3 cm) dispuse în cime la subsuoara frunzelor, corola galbenă divizată pînă aproape de bază.

Partea utilizată. Rădăcinile și rizomii (Radix Gentianae) — VIII—X.

Ecologie, zonare. În flora spontană, fiind declarată monument al naturii, ghințura galbenă a fost trecută în cultură. Plantă de lumină directă, s-a cantonat în zona montană pe pante însorite. Are rezistență mare la ger; cerințe ridicate față de umiditate, vegetează bine pe sol calcaros, bine îngrășat. Găsește condiții optime de cultivare la altitudini de 400—800 m în județele Brașov, Prahova, Neamț, dar poate fi cultivată și în alte zone subcarpatice.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prășitoare, leguminoase. **Îngrășăminte** — organice, bine fermentate, 30—40 t/ha; chimice — fosfor și potasiu cîte 40—45 kg/ha la arătura de toamnă; în lipsa calciului, amendare cu 3—4 t calcar la ha, tot la arătura de bază. **Pregătirea terenului** — a) pentru plantat — arătură de toamnă la adîncimea de 25—28 cm, lăsată în brazdă crudă; primăvara timpuriu — lucrare cu grapa cu discuri și cu cultivatorul; b) pentru însămînțări direct în cîmp — după arătura de toamnă, terenul se menține curat de buruieni, iar în pragul iernii, ultima lucrare se execută cu cultivatorul și nivelatorul. **Însămînțare** — în pragul iernii cu semănătoarea SUP—21 cu distribuitor pentru semințe mici și limitatoare de adîncime, cu 4—6 kg/ha, la 50 cm între rînduri. **Înmulțirea prin răsad** — necesar 200 mp straturi reci la ha, în luna august, cu 0,5 kg semințe însămînțate în rînduri la 5 cm interval; plantarea în aprilie, la 50 cm interval și 15—20 cm distanță.

Lucrări de întreținere — prașile mecanice și manuale de cîte ori este nevoie. **Recoltare** — cu plugul fără cormană, în toamna anului III. Rădăcinile se decoletează cu secera.



Principii active. Principii amare (gentiopicrină, gentioamarină, amarogentină), ulei volatil, alcaloidul gentianina, tanin.

Acțiune farmacologică. Stimulează intens secrețiile salivare și gastrice; antihelmintic; coleretic-colagog; antipiretic și antimalaric.

Recomandări majore. Gastrită hipoacidă, tulburări dispeptice.

Alte recomandări. Anorexie; stări de debilitate la copii; diskinezie biliară, colecistite; helmintiaze; maladii febrile (inclusiv malarie).

Mod de administrare. Infuzie sau decoct (1/2 linguriță la cană), cîte 1/4 cană înainte de mese; tinctură (20 g macerate 7—8 zile în 100 ml alcool), 5—10 picături înainte de mese pentru copii, 15—20 picături pentru adulți; pulbere (0,2—2 g/zi); sirop tonic pentru copii (macerat la cald din 1 lingură de plantă cu 150 ml apă în clocot timp de 6 ore, se strecoară, se adaugă 250 g zahăr și se fierbe pînă capătă consistență siropoasă); se iau 3—4 linguriță pe zi, înainte de mese.

IARBA MARE

INULA HELENIUM L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Aunée officinale; G.: Alant; M.: Orvénygyökér; R.: Deviasil vîsokii.

Plantă ierboasă, viguroasă, înaltă pînă la 2 m, cu frunze mari, eliptice, inflorescenţe — antodii mari, galbene, ca o floare a soarelui în miniatură.
Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Inulae) — IX—XI.
Ecologie, răspîndire. Specie de lumină şi semiumbră, cu cerinţe ridicate faţă de umiditate. Altitudinal se cantonează în zona de deal şi cea montană inferioară, la margini de păduri, prin fîneţe umede, de-a lungul pîraielor. Bazine mai importante se întîlnesc în toată Transilvania, în judeţele de deal ale Moldovei, Munteniei şi Olteniei.
Recoltare. Rădăcinile se scot cu cazmaua, se spală imediat într-un curent de apă, se îndepărtează cele care sînt seci şi părţile aeriene se fasonează în fragmente de 10—15 cm, iar cele groase se despică în lung.
Principii active. Inulină, ulei volatil, alantolactone (helenină), fitoncide, substanţe amare.
Acţiune farmacologică. Expectorant, antitusiv şi antiseptic general al căilor respiratorii, inhibînd dezvoltarea bacilului Koch; diuretic şi dezinfectant urinar; depurativ; stomachic; coleretic-colagog; antihelmintic (îndeosebi ascaricid); sedativ nervos, hipnotic; cicatrizant; tonic-capilar.
Recomandări majore. Bronşite cronice, tuse de diferite etiologii, adjuvant în tratamentul TBC; helmintiază (îndeosebi limbrici).
Alte recomandări. INT. — Afecţiuni renale (inclusiv de natură infecţioasă); reumatism şi gută; tulburări dispeptice, hipoaciditate; diskinezie; boli de piele (eczeme); hiperexcitabilitate, insomnii. EXT. — Igienă capilară (întărirea părului); răni cu ulceraţii.
Mod de administrare. INT. — Decoct (1 lingură la cană) care se bea în cursul unei zile; pulbere (2—10 g în 24 de ore). EXT. — Comprese pe răni şi spălături capilare cu decoct concentrat (2 linguri la cană).
Observaţii. Intră în formula ceaiului antibronşitic.
Confuzii. Faţă de Telekia speciosa (Schreb.) Baumg. (Lăptucul oii), cu port asemănător şi din aceleaşi zone ecologice, prezintă următoarele caractere de deosebire:



— baza frunzelor inferioare este atenuată în peţiol (la Telekia — cordată);
— flori şi fructe cu papus de două ori mai lung decît achena (la Telekia fără papus, fructele avînd la bază doar o coronulă).

PELINUL

ARTEMISIA ABSINTHIUM L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Absinthe; G.: Wermut; M.: Fehér üröm; R.: Polîni gorkaia.

Plantă erbacee perenă, robustă, înaltă de 0,5—1,2 m, alb-cenuşie datorită perilor deşi şi mătăsoşi, cu frunze bi- sau tripenat sectate, lanceolate, flori galbene în numeroase antodii globuloase, aşezate în racem la vîrful tulpinilor.

Partea utilizată. Partea aeriană, respectiv vîrfurile tulpinale de 30—40 cm şi ramificaţiile (Herba Absinthii) — VII—IX.

Ecologie, răspîndire, zonare. Extrem de puţin pretenţios la condiţiile de mediu, pelinul creşte pe terenuri aride, pietroase, rezistă la secetă, vegetează în locuri puternic însorite în zona de cîmpie şi deal, în locuri necultivate, pe lîngă canalele de irigaţii, la marginea drumurilor, a gardurilor, în toată Dobrogea, partea de cîmpie şi colinară a Olteniei, Munteniei şi sudul Moldovei (spre nord, conţinutul plantelor în ulei este mult diminuat). Pentru cultură, cele mai favorabile zone sînt în jud. Buzău, Prahova, Brăila, Ialomiţa, Giurgiu, Teleorman, Olt, Dolj.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prăşitoare timpurii şi leguminoase. **Îngrăşăminte** — fosfor 90—100 kg/ha şi potasiu 40—60 kg/ha încorporate toamna sub arătură; azot 90—100 kg/ha iarna, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură adîncă de toamnă la 25—28 cm cu plugul urmat de disc în agregat cu grapa cu colţi reglabili, apoi tăvălugit. **Însămînţare** — în pragul iernii, imediat după grîu, cu semănătoarea SUP—29 amenajată pentru seminţe mici, cu 2—3 kg/ha, la 50 cm interval şi 0,3—0,5 cm adîncime. **Lucrări de întreţinere** — tăvălugire imediat după însămînţare, 2—3 praşile mecanice sau manuale în fiecare an (din care una imediat după recoltare); în anii II—IV, primăvara, îndepărtarea tulpinilor uscate cu un tăvălug greu sau cu o grapă puternică, apoi praşilă mecanică între rînduri. **Recoltare** — cu secera sau cositoarea mecanică, cînd planta este înflorită cca 25%.

Recoltarea din flora spontană. Pentru ulei volatil la începutul înfloririi, iar pentru utilizări medicinale la înflorire deplină, în ambele cazuri cu secera sau cosorul.



Principii active. Ulei volatil bogat în azulene, substanţe amare (absintina, anabsintina), tanin, acizi organici.

Acţiunea farmacologică. Tonic amar, dezinfectant şi antiinflamator digestiv; antivomitiv; antihelmintic; diuretic cu eliminare de uraţi; emenagog; uşor laxativ.

Recomandări majore. Gastrite hipoacide, anorexie (inclusiv în anemie, convalescenţă), atonie digestivă.

Alte recomandări. INT. — Dispepsii cu constipaţie; colici digestive, aerofagie; stări de vomă; edeme renale, gută, hidropizie; dismenoree; oxiurază (inclusiv în uz extern). EXT. — Plăgi purulente.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1/2 linguriţă la cană), 1/4 de cană înainte de masă; tinctură (20 g de plantă macerate 7 zile în 100 ml alcool) cîte 15—20 picături înainte de mese; plantă pulverizată (2—3 g în amestec cu miere), luată dimineaţa pe stomacul gol, ca vermifug. EXT. — Băi de şezut, clisme, spălături. Intră în formula ceaiului tonic aperitiv.

Contraindicaţii. Cure mai lungi de 7—8 zile produc tulburări nervoase şi digestive; afecţiuni nervoase, infecţii intestinale acute, gravide, lehuze.

TARHONUL

ARTEMISIA DRACUNCULUS L. — FAM. COMPOSITAE

Fr., G.: Estragon; M.: Tárkony; R.: Polîni estragon.

Plantă perenă, exclusiv de cultură, înaltă de 60—120 cm, tufoasă, puternic aromată, cu frunze liniar-lanceolate, flori în antodii globuloase dispuse în raceme spre vîrful ramurilor.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Dracunculi) — VII—IX (X).

Ecologie, zonare. Tarhonul este o specie pretenţioasă care cere un sol bogat, cu structură, bine drenat, cu umiditate permanentă, lumină directă şi temperatură ridicată în timpul verii. Se recomandă a fi cultivat în zonele legumicole din sudul ţării, îndeosebi în jud. Dolj, Giurgiu, Ialomiţa.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă, prăşitoare, leguminoase. **Îngrăşăminte** — fosfor 50—60 kg/ha, potasiu 20—30 kg/ha şi gunoi de grajd 20—30 t/ha încorporate o dată cu arătura adîncă de bază; azot 50—60 kg/ha administrat primăvara. **Pregătirea terenului** — arătură de bază la 28—30 cm adîncime, cu plugul în agregat cu grapa stelată, primăvara cu 1—2 zile înainte de plantare, nivelare, lucrare cu combinatorul. **Plantare** — cu butaşi sau răsad, primăvara devreme, pe timp noros, la 50 cm interval între rînduri şi 30 cm între plante pe rînd. **Lucrări de întreţinere** — udare imediat după plantare; în anul I, 2—3 praşile manuale (inclusiv după recoltare) şi tot atîtea mecanice; la fel şi în anii următori. **Recoltare** — pentru ulei, cînd plantele sînt înflorite 25%; în scop condimentar şi medicinal, la apariţia primilor butoni florali. Se recoltează manual cu secera sau mecanic cu cositoarea (se recoltează numai cît se poate prelucra în 24 de ore).

Principii active. Ulei volatil cu 60—70% metilcavicol, tanin, substanţe amare, vitamine (B_1 şi C), săruri minerale, urme de iod.

Acţiune farmacologică. Stimulează digestia şi apetitul; carminativ; diuretic cu eliminare masivă de acid uric; expectorant şi calmant al spasmelor bronhice.

Recomandări majore. Tulburări dispeptice; condiment în regimul desodat.



Alte recomandări. Litiază renală urică, edeme, hidropizie; reumatism; anorexie; bronşită.

Mod de administrare. Infuzie (1 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi înainte de mese pentru anorexie, după mese ca stomachic.

PODBALUL

TUSSILAGO FARFARA L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Tussilage; G.: Huflattich; M.: Lókörmű martilapu; R.: Mati-i-macieha.

Specie erbacee cu aspect diferit după sezon: primăvara, timpuriu, are tulpini florifere, frunze mici solziforme, iar mai tîrziu, frunze mari, pornind direct din rizom, moi, aproape rotunde, cu peri lînoşi pe faţa inferioară.
Partea utilizată. Florile — în fapt inflorescenţele (Flores Farfarae) — III—IV; frunzele (Folium Farfarae) — V—VII.
Ecologie, răspîndire. Podbalul este o specie de lumină şi semiumbră, creşte pe coaste rîpoase, malurile abrupte ale rîurilor, pe locuri cu eroziuni recente, săpături, mai ales în zone de deal şi munte, are cerinţe ridicate faţă de umiditate. Este răspîndit în întreaga Transilvanie, precum şi în Moldova, Muntenia şi Oltenia, în judeţele care mărginesc arcul carpatic.
Recoltare. Florile, la începutul deschiderii antodiilor, fie prin ciupire, fie cu mîna făcută „pieptene", sau cu recoltatori de muşeţel. Frunzele se rup fără peţiol.
Principii active. Mucilagii, taninuri, un principiu amar (tusilagina), inulină, săruri de potasiu.
Acţiune farmacologică. Emolient şi fluidifiant al secreţiilor bronhice; diuretic; uşor coleretic-colagog.
Recomandări majore. Bronşită, tuse, astm, răguşeală, emfizem, silicoză şi, în general, în toate afecţiunile respiratorii.
Alte recomandări. Afecţiuni urinare; diskinezie biliară; dispepsii uşoare; anorexie.
Mod de administrare. Infuzie (1 lingură la cană), 2—3 căni pe zi; infuzie concentrată (2—3 linguri la cană) care se bea în cursul zilei.
Intră în formula ceaiurilor antiastmatic, antibronşitic şi în cea a ţigărilor antiastmatice.



ARNICA

ARNICA MONTANA L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Arnica; G.: Bergwohlverleih; M.: Hegyi arnika; R.: Arnica gornaia.

Plantă ierboasă perenă, cu rozetă bazală şi frunze tulpinale puţine, opuse, inflorescenţă antodiu mare, de culoare galbenă (rar 2—5).
Partea utilizată. Florile — în fapt inflorescenţele (Flores Arnicae) — VI—VII.
Ecologie, răspindire. Arnica creşte în fîneţe şi păşuni umede din zona montană şi subalpină, mai rar prin poieni şi tufărişuri, în tot lanţul carpatic, îndeosebi în Munţii Apuseni (jud. Alba, Hunedoara şi mai ales Cluj), nordul Moldovei (jud. Suceava) unde este specie ocrotită.
Recoltare. La începutul înfloririi pentru a nu se obţine un produs cu papus, tăindu-se fără codiţă.
Principii active. Ulei volatil; carotenoizi; alcooli triterpenici; flavonoide; colină.
Acţiune farmacologică. Antiinflamator, antiseptic, cicatrizant.
Recomandări majore. EXT. — Echimoze şi contuzii (nu se utilizează pentru răni deschise).
Alte recomandări. EXT. — Laringită, răguşeală.
Mod de administrare. EXT. — Comprese cu tinctură (20 g macerate 10 zile în 100 ml alcool) diluată 1/5—1/10 cu apă potabilă sau apă de plumb; gargară cu infuzie (1 linguriţă la cană).
Observaţii. Se recomandă şi în uz intern ca sedativ nervos în moderarea activităţii centrilor nervoşi superiori, spasme arteriale, ateroscleroză, dar numai la recomandarea şi sub controlul medicului, sub formă de tinctură farmaceutică, deoarece planta este toxică.



GĂLBENELELE

CALENDULA OFFICINALIS L. — FAM. COMPOSITAE.

Fr.: Souci; G.: Ringelblume; M.: Körömvirág; R.: Nogotki.

Gălbenelele sînt plante ornamentale anuale, bogat ramificate, pubescente, cu frunze alterne, sesile, invers lanceolate, avînd inflorescenţe terminale cu flori ligulate galben-portocalii, în centru cu flori tubuloase.
Partea utilizată. Inflorescenţele (Flores Calendulae cum receptaculis) — Florile ligulate (Flores Calendulae sine receptaculis) — VI—IX.
Ecologie, zonare. Specie cu cerinţe ecologice moderate, creşte în lumină directă, nu este pretenţioasă faţă de temperatură, sol, umiditate. Se poate cultiva în orice zonă a ţării, îmbinîndu-se scopul ornamental cu cel medicinal.
Tehnologia de cultură. Premergătoare — prăşitoare. **Îngrăşăminte** — fosfor 60—80 kg/ha şi potasiu 35—45 kg/ha încorporate toamna la arătura de bază; azot 40—45 kg/ha primăvara înainte de semănat. **Pregătirea terenului** — arătura de toamnă la 22—25 cm adîncime, săpat şi discuiri; primăvara, lucrare cu combinatorul şi nivelare. **Însămînţare** — cu semănătoarea SUP—29, primăvara devreme, la 50 cm între rînduri şi 2—3 cm adîncime, cu 6 kg sămînţă la ha. **Lucrări de întreţinere** — tăvălugit după însămînţare, praşilă mecanică cînd sînt vizibile rîndurile, 4—6 praşile manuale (de cîte ori se face recoltarea) şi 1—2 praşile mecanice. **Recoltare** — manual, imediat după deschidere. Recoltarea stimulează formarea de noi inflorescenţe.
Principii active. Carotenoide, flavonoide, saponine triterpenice, principii amare, mucilagii.
Acţiune farmacologică. Cicatrizant; coleretic-colagog; emenagog; antitrichomonazic.
Recomandări majore. Gastrită hiperacidă, ulcer gastroduodenal.
Alte recomandări. INT. — Diskinezii biliare, colecistopatii; dismenoree. EXT. — Trichomonoză vaginală; plăgi, ulceraţii, degerături, eczeme. COSM. — Tenuri uscate.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 1/2 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi, între mese, pentru ulcer şi gastrite; tinctură (20 g macerate 8 zile în 100 ml alcool),



de 3 ori pe zi, cîte 30 picături. EXT. — Băi, cataplasme cu infuzie sau tinctură diluată cu apă 1/10 ; spălături vaginale cu infuzie.
Intră în formula ceaiurilor gastric 1 şi 2 şi gastric cicatrizant.

SCHINELUL

CNICUS BENEDICTUS L. — FAM. COMPOSITAE.

Fr.: Chardon benit; G.: Benedikterkraut; M. Benedekfü; R.: Volcieț kudriavii.

Plantă de cultură anuală, erectă, înaltă de 30—80 cm, ghimpoasă, avînd tulpina cu 5 muchii, verzuie sau roșie-brună, frunze alungite, sinuate, cu nervuri proeminente și dinți țepoși pe margine, flori galbene în antodii terminale mari (cca 3 cm diametru), cu bractee mari, spinoase pe margine.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Cnici sau Herba Cardui benedicti) — VII—IX.

Ecologie, zonare. Originar din zonele calde, schinelul crește în locuri însorite, îndeosebi pe soluri umede, profunde, mai grele. Este relativ rezistentă la secetă. Se recomandă a fi cultivat în jud. Prahova, Buzău (în sud), Giurgiu.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — culturi premergătoare îngrășate, cereale. **Îngrășăminte** — fosfor 50—60 kg/ha și potasiu 30—40 kg/ha încorporate la arătura de bază; azot 60—70 kg/ha primăvara devreme. **Pregătirea terenului** — arătură adîncă la 22—25 cm, primăvara nivelare și lucrare cu combinatorul. **Însămînțare** — cu semănătoarea SPC—6 sau SPC—8 primăvara, foarte devreme, cu 15 kg/ha, la 50 cm interval și 2,5—3 cm adîncime. **Lucrări de întreținere** — erbicidare cu Balan diluat în 600 l apă/ha cu MET—1200, primăvara, înainte de semănat; în cursul vegetației, 1—2 prașile mecanice și manuale. **Recoltare** — la începutul înfloririi, cu cositoarea, la 10—12 cm de la colet.

Principii active. Principii amare (cnicina, benedictina), ulei volatil, mucilagii, fitosterine, un principiu antibiotic, săruri de potasiu, vitamina B_2.

Acțiune farmacologică. Tonic-amar-eupeptic; mărește lent, dar pe durată mare, secreția gastrică; stimulent al secrețiilor hepatice și pancreatice; depurativ; febrifug; cicatrizant și antiseptic.

Recomandări majore. Dispepsii, gastrite hipoacide, anaciditate.

Alte recomandări. INT. — Anorexie; insuficiență hepatică și pancreatică; diskinezii biliare. EXT. — Ulcerații ale pielii; degerături, arsuri.



Mod de administrare. INT. — Infuzie sau macerat la rece (1—1 1/2 linguriță la cană), 1/4 de cană înainte de mese; tinctură (20 g de plantă macerată 7—8 zile în 100 ml alcool), 40—50 picături cu jumătate de oră înainte de masă. EXT. — Cataplasme cu infuzie concentrată (3 linguriță la cană); băi cu infuzie.
Intră în formula ceaiului tonic aperitiv.

PĂPĂDIA

TARAXACUM OFFICINALE WEB. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Pisenlit; G.: Löwenzahn; M.: Pongyola pitypang; R.: Aduvancik lekarstvennîi.

Specie erbacee extrem de comună, cu rozetă bazală de frunze lanceolate şi inegal scobite pe margine, tulpina floriferă goală la mijloc, inflorescenţă antodiu terminal de culoare galbenă.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Taraxaci); planta întreagă (Herba Taraxaci cum radicis); rădăcinile (Radix Taraxaci) — IV—IX.
Ecologie, răspîndire. Păpădia are cerinţe ecologice foarte largi, fiind răspîndită din cîmpie pînă în zona subalpină, în locuri necultivate, păşuni şi fîneţe, la margini de drumuri, abundentă în lucerniere sau trifoişti.
Recoltare. Frunzele se recoltează cu mîna, iar planta întreagă sau rădăcinile cu cazmaua. În cazul recoltării plantei întregi, se îndepărtează tulpinile florifere.
Principii active. Inulină, rezine, tanin, mucilagii, substanţă amară (taraxacina), fitoncide, fitosteroli, colină, acid cafeic, alcooli triterpenici specifici.
Acţiune farmacologică. Coleretic-colagog; normalizează circulaţia sanguină; stimulează secreţiile salivare, gastrointestinale, hepatice; diuretic; depurativ cu eliminare masivă de colesterol; adjuvant al reechilibrării glandulare.
Recomandări majore. Diskinezie, colecistită, insuficienţă hepatică, crize hepatice, dureroase, icter cataral, constipaţii datorate unor afecţiuni hepatice.
Alte recomandări. INT. — Afecţiuni circulatorii; anorexie; dispepsii; afecţiuni renale; ateroscleroză; gută, reumatism; eczeme, alte afecţiuni cutanate; obezitate (în asociere cu specii laxative, diuretice, sudorifice); diabet. COSM. — Curăţă tenul, îndepărtează petele şi pistruii.
Mod de administrare. INT. — Infuzie din frunze sau decoct din rădăcini (1—2 linguriţe la cană), 2—3 căni pe zi; salate în cura depurativă de primăvară; suc din planta proaspătă (1—3 linguri pe zi, 3—6 săptămîni). COSM. — aplicaţii cu suc de plantă.
Intră în formula ceaiurilor depurativ, dietetic, gastric, hepatic.





4. PLANTE CU FLORI ROSII

A. COROLA CU PETALE LIBERE

B. COROLA CU PETALE UNITE



MACUL ROȘU DE CÎMP

PAPAVER RHOEAS L. — FAM. PAPAVERACEAE

Fr.: Coquelicot, Pavot rouge; G.: Feuer Mohn; M.: Vetési pipacs; R.: Mak samaseika.

Plantă erbacee anuală, cu tulpina erectă, acoperită cu peri aspri, frunze penat-sectate, flori solitare cu 2 sepale mari, caduce și 4 petale de culoare roșu aprins.
Partea utilizată. Petalele (Flores Rhoeados) — VI—VII.
Ecologie, răspîndire. Deși specifică ca buruiană de semănături (în special de cereale), macul se întîlnește și în mirişti, pe marginea drumurilor, a căilor ferate, pe soluri mai fertile și bogate în calciu. Crește în toate județele de cîmpie și deal.
Recoltare. Prin desprinderea ușoară a petalelor, la începutul desfacerii florii.
Principii active. Mucilagii, alcaloizi (readina, reagenina antocianozid.
Acțiune farmacologică. Emolient și antitusiv; sedativ și ușor hipnotic; decongestionant.
Recomandări majore. Bronșite, răceală, gripă, răgușeală.
Alte recomandări. INT. — Stări de agitație și insomnii (îndeosebi pentru copii). EXT. — Decongestionarea pleoapelor inflamate; dureri de gît.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană) care se bea călduță, în cursul unei zile; pentru efectul hipnotic, jumătate se bea seara. EXT. — Cataplasme cu infuzie caldă pe pleoape; gargară cu infuzie.



COACĂZUL NEGRU

RIBES NIGRUM L. — FAM. SAXIFRAGACEAE

Fr.: Cassis; G.: Schwarze Johannisbere; M.: Fekete ribizke; R.: Smaradina ciornaia.

Arbust cultivat, mai rar întîlnit în flora spontană, înalt pînă la 1—2 m, puternic ramificat, cu frunze trilobate, pe spate cu puncte galbene strălucitoare, flori pe tip 5, campanulate, galben-verzui la exterior, roşu carnal la interior.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Ribi nigri) — VI—VII

Ecologie, răspîndire. În flora spontană, considerat relict glaciar, coacăzul negru creşte sporadic în Transilvania (jud. Bistriţa-Năsăud, Cluj, Harghita, Covasna, Alba), Moldova (jud. Bacău), prin păduri şi tufişuri din zona montană. Suportă umbra, rezistă foarte bine la geruri şi îngheţuri, are nevoie de multă umiditate. Se localizează mai ales pe soluri mai grele şi umede. Sursa principală de recoltare a frunzelor o constituie însă culturile, în zone de deal, din jud. Satu-Mare, Bihor, Cluj, Dîmboviţa şi cu deosebire Suceava.

Recoltare. Prin ciupirea a cel mult 20—25% din frunze.

Principii active. Rutozid, vitamina C, tanin, săruri de potasiu, ulei volatil.

Acţiune farmacologică. Hipotensor cu marcată acţiune antiaterosclerotică; diuretic cu masivă eliminare de acid uric şi purină.

Recomandări majore. Ateroscleroză.

Alte recomandări. Hipertensiune; afecţiuni renale (inclusiv litiază urică); edeme cardiorenale; gută; reumatism.

Mod de administrare. Infuzie (2 linguriţe la cană), 3 căni pe zi, între mese, în cure de lungă durată, respectiv 5—6 luni.

Intră drept component de bază în formula ceaiului antiaterosclerotic.



MĂCEȘUL

ROSA CANINA L. — FAM. ROSACEAE

Fr.: Eglantier; G.: Hunds Rose; M.: Gyepü rózsa; R.: Roza sabacia

Arbust ghimpos, înalt de 2—3 m, cu ramuri arcuite în afară, frunze penat-compuse cu 5—7 foliole dispuse altern, flori pe tip 5 solitare sau grupate cîte 2—3 la vîrful ramurilor.

Partea utilizată. Peretele cărnos (pericarpul) al măceșelor (Fructus Cynosbati sine semine) — VIII—X.

Ecologie, răspîndire. Măceșul, specie de lumină, crește în rărituri de păduri sau pe marginea acestora, în locuri poienite, pe coaste cu expoziție însorită, în pășuni și fînețe, la marginea drumurilor și a căilor ferate. Fiind puțin pretențios față de sol, vegetează și pe terenurile sărace, pietroase, erodate sau supuse eroziunii. Rezistă foarte bine la temperaturi scăzute și la umiditate redusă. Altitudinal, se întîlnește de la cîmpie pînă la munte (cca 1200 m), îndeosebi în zonele de deal.

Recoltare. Fructele se culeg cînd devin cărămizii și au pete verzui doar la vîrf.

Principii active. Complex vitaminic (C, A, B_1, B_2, P, K, PP, E); acizi organici, pectine, tanin, flavonoizi, carotenoide.

Acțiune farmacologică. Tonic-vitaminizant; scăderea permeabilității și fragilității capilare, normalizarea circulației periferice; anticataral; hepatoprotector, coleretic-colagog; diuretic; vermifug (îndeosebi tenifug).

Recomandări majore. Avitaminoze; sursă de vitamină C, îndeosebi pentru copii și convalescenți.

Alte recomandări. Tulburări de circulație periferică, purpure; afecțiuni renale, inclusiv litiază (pentru aceasta se recomandă achenele, popular numite „semințe"); sechele de hepatită, diskinezie biliară; enterocolită, catar intestinal; helmintiaze (îndeosebi teniaze).

Mod de administrare. Decoct scurt (2 linguri de măceșe fierte 5—10 minute în 0,5 l apă; fructele se introduc în apă cînd aceasta clocotește); macerat la rece (100 g măceșe macerate 12 ore în 1 l apă) care se poate consuma și ca băutură răcoritoare; pulpă de măceșe în miere — pentru eliminarea viermilor (2 părți fructe și o parte miere), 2—3 linguriță dimineața pe stomacul gol.



Se mai pot face siropuri, gemuri, dulceață, cidru. Pulpa fructelor de măceș intră în formula ceaiurilor aromat, hepatic, tonic-aperitiv, iar achenele în ceaiul diuretic 2.

OSUL IEPURELUI

ONONIS SPINOSA L. — FAM. LEGUMINOSAE

Fr.: Bugrane; G.: Hauhechel; M. Tövises iglic; R.: Stalnik kaliucii.

Plantă erbacee perenă, cu tulpina mult ramificată, ramuri terminate cu spini, frunze trifoliate, flori papilionate, roz, cu dungi mai închise, dispuse spre vîrful tulpinii.
Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Ononidis) — III—IV şi IX—XI.
Ecologie, răspîndire. Specie de păşuni şi fîneţe mai aride din zona de deal, răspîndită îndeosebi în întreaga Transilvanie (mai ales în jud. Cluj şi Sălaj), zona colinară a Olteniei (mai ales Mehedinţi şi Gorj) şi a Moldovei (Vrancea, Bacău, Neamţ, Suceava).
Recoltare. Se taie cu ajutorul cazmalei coletul care se pune din nou în pămînt pentru a se asigura refacerea plantei.
Principii active. Glicozide flavonice (ononina, onospina), saponozide triterpenice, ulei volatil, tanin.
Acţiune farmacologică. Diuretic puternic; depurativ; sedativ şi uşor hipnotic; uşor laxativ; expectorant.
Recomandări majore. Afecţiuni ale aparatului urinar, calmînd şi durerile în litiaze şi cistite.
Alte recomandări. INT. — Edeme cardiorenale, hidropizie; reumatism; dermatoze; stări de nervozitate, insomnii; constipaţii uşoare; bronşită, laringită (în faza de coctiune). EXT. — Anginä.
Mod de administrare. INT. — Decoct (1 1/2 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Gargară cu decoct mai concentrat.
Intră în formula ceaiului diuretic 2.



RĂCHITANUL

LYTHRUM SALICARIA L. — FAM. LYTHRACEAE

Fr.: Salicaire; G.: Blut-Weiderich; M.: Füzény; R.: Derienik ivolistnii.

Plantă erbacee robustă, înaltă pînă la 2 m, neramificată, cu frunze lanceolate, inflorescență terminală, lungă de 20—40 cm, flori roșii-violacee pe tipul 6.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Salicariae) — VI—IX.
Ecologie, răspîndire. Plantă specifică pentru locuri mlăștinoase din zona de cîmpie pînă în cea montană. Este răspîndită în întreaga țară în zone mlăștinoase sau în buruienișurile din zonele inundabile, abundentă în Lunca și Delta Dunării.
Recoltare. La începerea perioadei de înflorire, se taie vîrfurile ramurilor cu inflorescențe (la distanță de 30—40 cm de la vîrf).
Principii active. Taninuri, flavonozide, antocianozide, colină, fitoncide, urme de ulei volatil.
Acțiune farmacologică. Antidiareic puternic, complet neiritant, antiseptic al tractului digestiv, antihemoragic; cicatrizant și antiseptic general.
Recomandări majore. Diaree bacilare, dizenterie.
Alte recomandări. INT. — Hemoragii. EXT. — Ulcere varicoase, hemoroizi; leucoree.
Mod de administrare. INT. — Infuzie sau decocție scurtă (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Băi cicatrizante și spălături vaginale cu infuzie sau decoct.
Intră în compoziția ceaiului antidiareic și a produsului cosmetic Floriten 2.



RĂSCOAGEA

CHAMAENERION ANGUSTIFOLIUM (L.) SCOP. SIN. EPILOBIUM ANGUSTIFOLIUM L. — FAM. ONAGRACEAE

Fr.: Osieur fleuri; G.: Gemeines Unholdenkraut; M.: Erdei deréce; R.: Kiprei uskolistnii, Ivan ceai.

Răscoagea sau Sburătoarea cum se mai numeşte este o plantă erbacee înaltă de 0,80—1,30 m, neramificată, cu frunze dese, lanceolate, inflorescenţă racem terminal alungit, flori roşii-violacee asimetrice care trec în fructificaţii de tip capsulă alungită, la deschidere cu un papus abundent.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Epilobii angustifolii) — VI—VII.

Ecologie, răspîndire. Specie caracteristică pentru tăieturi, doborîturi de pădure, se întîlneşte de la altitudinea de 500—600 m şi pînă la limita superioară a pădurilor de molid, mai rar pe marginea apelor de munte, pe stîncării. Este răspîndită în tot arcul carpatic.

Recoltare. Frunzele se strujesc cînd planta nu este încă înflorită; înaintea uscării se pun la fermentare 5—7 zile, pînă se brunifică.

Principii active. Tanin, vitamina C, flavone (rutină, cvercitină), antociaridine, triterpene.

Acţiune farmacologică. Antidiareic; efect bacteriostatic asupra bacteriilor care provoacă supuraţii.

Recomandări majore. Ceai alimentar înlocuitor pentru ceaiul veritabil.

Alte recomandări. INT. — Diaree. EXT. — Afte; răni cu supuraţii.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—1 1/2 linguriţe la cană) care se bea îndulcită după gust. EXT. — Infuzie concentrată (2 linguri la cană) pentru spălarea rănilor şi clătirea gurii.



NALBA DE GRĂDINĂ

ALTHAEA ROSEA (L.) VAR. NIGRA HORT. — FAM. MALVACEAE

Fr.: Rose trémière, Mauve arborée; G.: Pappelrose, Stockrose; M.: Mályvarózsa; R.: Şcitokroza rozovaia.

Plantă perenă de cultură, erectă şi foarte înaltă (pînă la 3 m), cu peri aspri pe întreg aparatul vegetativ, tulpină cilindrică, robustă, puţin ramificată, frunze mari palmat-lobate, flori în spice terminale mult alungite foarte mari (6—10 cm), caliciu dublu, 5 petale negre-purpurii.

Partea utilizată. Florile (Flores Malvae arboreae) — VII—IX.

Ecologie, zonare. Specie de lumină directă şi semiumbră, cu cerinţe moderate faţă de umiditate, dar solicitînd soluri adînci, afînate, bogate în humus. Suportă bine temperaturile ridicate sau scăzute. Sînt indicate terenurile adăpostite, deoarece datorită portului este uşor doborîtă de vînt. Poate fi cultivată în jud. Brăila, Buzău, Botoşani, dar şi în restul ţării.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — nu are preferinţe speciale. **Îngrăşăminte** — fosfor 60—70 kg/ha la arătura de bază şi azot 40—60 kg/ha încorporate primăvara, timpuriu; în anii II şi III se dau printre rînduri fosfor şi azot cu norma la jumătate. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 28—30 cm; cu 2—3 săptămîni înainte de semănat, se efectuează lucrarea cu combinatorul şi nivelatorul.

Însămînţare — primăvara devreme cu semănătoarea SUP—21 cu limitatoare de adîncime, la 70—75 cm interval şi 1—1,5 cm adîncime, cu 6 kg/ha.

Lucrări de întreţinere — plivit şi prăşit de cîte ori este nevoie în fiecare an de vegetaţie; în primul an cînd plantele au 4—6 cm înălţime se răresc la 15—25 cm.

Recoltare — din anul II cînd florile sînt complet deschise.

Principii active. Mucilagii, fitosterine, pigmenţi antocianici.

Acţiune farmacologică. Emolient.

Recomandări majore. Tuse, bronşită, laringită (în prima fază iritativă).



Alte recomandări. EXT. — Inflamaţii buco-faringiene.

Mod de administrare. INT. — Macerat la rece sau infuzie (o lingură la cană), 3 căni pe zi. EXT. — Gargară cu macerat sau infuzie în concentraţie dublă.

NALBA DE CULTURĂ

MALVA GLABRA DESV. SIN. MALVA SILVESTRIS L. SSP. MAURITANICA (L.) THELLUNG — FAM. MALVACEAE

Fr.: Mauve; G.: Kultur Käsepappel; M.: Papsajt; R.: Prasvirnik lesnoi.

Subspecie de cultură, ierboasă, bienală sau perenă (în condițiile țării noastre se cultivă ca anuală, deoarece în anul II este atacată masiv de rugină), erectă, înaltă pînă la 1 m, cu frunze palmat-lobate, cu lobi dințați pe margine, nervuri proeminente pe fața inferioară, flori solitare la axila frunzelor, roșii-violacee.

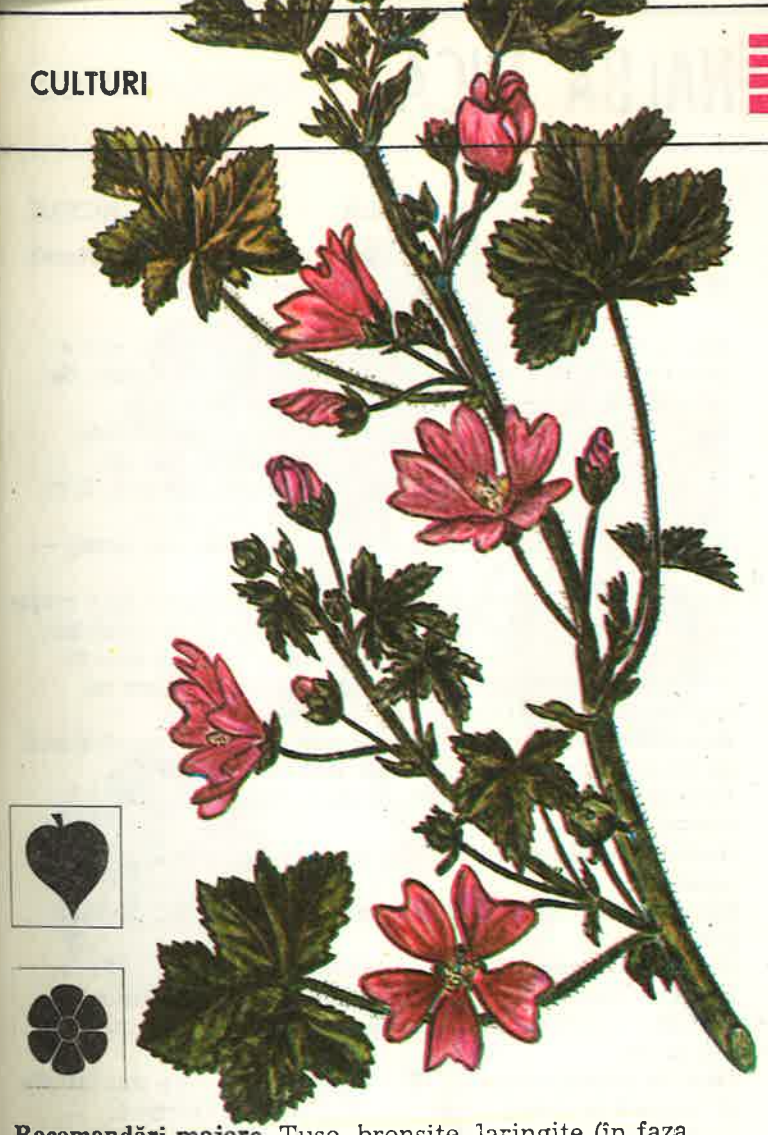
Partea utilizată. Florile (Flores Malvae silvestris) — VII—IX; frunzele (Folium Malvae silvestris) — VI—IX.

Ecologie, zonare. Plantă bine adaptată la condițiile țării noastre, cu cerințe moderate față de temperatură și umiditate, excesul acestora favorizînd atacuri masive de rugină. Specie de lumină directă, mai pretențioasă față de sol, cu dezvoltare bună pe cele profunde, ușoare sau mijlocii, mai ales pe cernoziomuri. Se poate cultiva în întreaga țară, recomandîndu-se și ca plantă medicinal-ornamentală în parcuri și spații verzi.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale păioase sau prășitoare bine îngrășate. **Îngrășăminte** — fosfor 40—50 kg/ha și potasiu 30—40 kg/ha la arătura de bază; azot 60—80 kg/ha aplicat iarna pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 22—25 cm, primăvara lucrare cu combinatorul. **Însămînțare** — cu semănătoarea SUP—21 primăvara timpuriu, la 50 cm interval și 1—1,5 cm adîncime, cu 4—5 kg/ha. **Lucrări de întreținere** — prășit pe rînd imediat după răsărire, apoi 1—2 prașile manuale și tot atîtea mecanice. **Recoltare** — florile se ciupesc manual la completa deschidere; frunzele în mai multe reprize, atît timp cît nu sînt atacate de rugină sau înțepate.

Principii active. Mucilagii, vitamine (A, B_1, B_2, C), antocianozizi (în flori), un principiu cu acțiune ocitocică.

Acțiune farmacologică. Emolient; maturativ; ușor laxativ.



Recomandări majore. Tuse, bronșite, laringite (în faza iritativă).

Alte recomandări. INT. — Enterite; constipații; cistite. EXT. — dureri de gît, amigdalite, afte; furunculoză. COSM. — Iritații ale pleoapelor și obrazului; cuperoză; ten uscat.

Mod de administrare. INT. — Macerat la rece sau infuzie (1 lingură la cană), 3 căni pe zi. EXT. — Gargară, spălături locale, cataplasme cu decoct concentrat (50 g la litru).

Florile intră în formula ceaiului pectoral.

NALBA MICĂ

MALVA NEGLECTA WALLR. — FAM. MALVACEAE

Fr.: Petite Mauve; G.: Gemeine Käsepappel; M.: Kerek levelii mályva; R.: Prasvirnik prenebrejennîi.

Nalba mică sau Caşul popii cum i se mai spune este o plantă comună, ierboasă, anuală sau perenă, înaltă de 10—40 cm, tîrîtoare (rar erectă), bogat foliată şi acoperită cu peri moi, frunze alterne, lung peţiolate (pînă la 15—25 cm), limb reniform sau rotund cu 5—7 lobi palmaţi, rotunjiţi şi cu margine dinţată, flori mici, alb-roze, cîte 1—6 la subsuoara frunzelor.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Malvae neglectae) — VI—IX.

Ecologie, răspîndire. Specie puţin pretenţioasă care creşte în locuri ruderale şi necultivate, în special în localităţi, în curţi şi pe marginea drumurilor, la lumină directă. Pe vreme excesiv de ploioasă este atacată masiv de rugină, produsul fiind inapt pentru recoltare.

Recoltare. Numai limbul prin ciupire sau cu recoltatorul de mușeţel (acolo unde planta este în masă).

Principii active. Mucilagii, tanoizi, lipide, fitosteroli, vitaminele C şi A.

Acţiune farmacologică. Emolient; maturativ; uşor laxativ.

Recomandări majore. Tuse, bronşită, laringită (în faza iritativă).

Alte recomandări. INT. — Enterite, constipaţii; cistite. EXT. — Dureri de gît, amigdalite, afte; furunculoză. COSM. — Iritaţii ale pleoapelor şi obrazului; cuperoză; ten uscat.

Mod de administrare. INT. — Macerat la rece sau infuzie (1 lingură la cană), 3 căni pe zi. EXT. — Gargară, spălături locale, cataplasme cu decoct concentrat (50 g la litru).



AFINUL

VACCINIUM MYRTILLUS L. — FAM. ERICACEAE.

Fr.: Airelle myrtille; G.: Heidelbeere; M.: Fekete áfonya; R.: Ciernica abîknavennaia.

Arbust înalt de 10—50 cm, foarte ramificat, cu tulpină verde avînd muchii evidente, frunze alterne, ovale, cu vîrf ascuţit şi marginea mărunt dinţată, flori solitare pe tip 5 la subsuoara frunzelor, corola roză, globuloasă.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Myrtilli) — VII—IX.
Ecologie, răspîndire. Specie montană, de la limita inferioară a molidişului pînă în zona alpină (2250 m), creşte atît la umbră, semiumbră, cît şi la soare, în tăieturi sau doborîturi de pădure, pajişti sărace, îndeosebi pe versanţi mai umbriţi şi umezi, fiind indicator pentru soluri puternic acide, sărace în elemente nutritive, dar cu umiditate ridicată. Se întîlneşte în întregul lanţ carpatic, în toate judeţele de munte.
Recoltare. Se taie ramurile după recoltarea fructelor, iar după uscare se scutură frunzele prin batere.
Principii active. Taninuri, derivaţi flavonici, arbutozid, mirtilină.
Acţiune farmacologică. Hipoglicemiant activ; diuretic şi dezinfectant al tubului urinar; antidiareic; antihemoragic; anticataral.
Recomandări majore. Diabet.
Alte recomandări. Enterocolite; stări diareice; infecţii urinare; gută; reumatism; catar bronşic.
Mod de administrare. Infuzie (1 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi, neîndulcită în cazul diabetului. Intră în formula ceaiului dietetic.



MERIȘORUL

VACCINIUM VITIS IDAEA L. — FAM. ERICACEAE

Fr.: Airelle rouge; G.: Preisselbeere; M.: Vörös áfonya; R.: Brusnika.

Arbust tufos, înalt de 10—30 cm, cu tulpina cilindrică, ramificată, frunze alterne, pieloase, eliptice, avînd marginile răsfrînte și puncte caracteristice negre pe spate flori campanulate pe tip 5, alb-roz, dispuse în raceme terminale cu 2—6 flori.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Vitis idaea) — VIII—IX.

Ecologie, răspîndire. Merișorul crește la mare altitudine, în pajiști alpine sau luminișuri, mai rar în locuri umbrite (molidișuri). Are cerințe reduse față de sol, vegetează pe soluri schelete, puternic acide. Față de umiditate are amplitudine ridicată, rezistă și la uscăciune. Este răspîndit în zonele mai înalte ale lanțului carpatic, în special în Transilvania (jud. Bistrița-Năsăud, Harghita, Covasna, Brașov, Hunedoara, Sibiu), Oltenia (Gorj, Vîlcea), Muntenia (Argeș, Dîmbovița, Prahova, Buzău), Moldova (Suceava, Neamț).

Recoltare. Se taie ramurile, se pun la uscat, după care se scutură frunzele prin batere.

Principii active. Arbutină, hidrochinonă, flavonoizi, tanin.

Acțiune farmacologică. Diuretic energic, litontriptic și puternic antiseptic al căilor urinare; antidiareic.

Recomandări majore. Afecțiuni renale (îndeosebi litiaze), infecții urinare, cistite.

Alte recomandări. Reumatism, gută; diaree.

Mod de administrare. Decocție scurtă (5—10 minute cu 1 1/2 linguriță la cană), 2 căni pe zi, adăugîndu-se un vîrf de cuțit de bicarbonat de sodiu.

Intră în formula ceaiului diuretic 2.



PLĂMÎNĂRICA

PULMONARIA OFFICINALIS L. — FAM. BORAGINACEAE

Fr.: Pulmonaire; G.: Lungenkraut; M.: Tdüdöfü; R.: Meduniţa lekarstvennaia.

Plantă ierboasă, perenă, aspru păroasă, cu tulpina cilindrică, neramificată, înaltă de 15—30 cm, frunze alungit-ovate, cu mici pete rotunde albe, flori grupate cîte 6—15 într-o inflorescenţă de tip cimă scorpioidă, cu corola tubuloasă, la început de culoare roşie, apoi devenind violet şi albastră.
Partea utilizată. Frunzele (Folium Pulmonariae) — IV—IX.
Ecologie, răspîndire. Plămînărica creşte în locuri umbroase şi umede, în păduri de foioase, din cîmpie şi pînă în zona montană inferioară, în toată ţara, cu deosebire în Transilvania, Muntenia (jud. Dîmboviţa, Giurgiu), Moldova (jud. Bacău, Neamţ, Suceava).
Recoltare. Primăvara frunzele de pe tulpina floriferă, vara şi la începutul toamnei cele care apar după înflorire, pe lăstarii sterili.
Principii active. Mucilagii, tanin, saponine, alantoină, săruri de potasiu, acid silicic, vitamine (C, A).
Acţiune farmacologică. Emolient şi expectorant; cicatrizant; diuretic şi uşor sudorific; remineralizant.
Recomandări majore. Afecţiuni respiratorii (bronşită, gripă, tuse, răguşeală).
Alte recomandări. INT. — Gastrite hiperacide, ulcer; afecţiuni renale; convalescenţă, stări de demineralizare. EXT. — Degerături; arsuri.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 lingură la cană) 2—3 căni pe zi. EXT. — Cataplasme cu infuzie în concentraţie dublă.



TALPA GÎȘTII

LEONURUS CARDIACA L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Agripaume; G.: Herzgespann; M.: Gyöngyajak; R.: Pustîrnik piatilopastnii.

Plantă ierboasă viguroasă, înaltă de peste 1 m, cu tulpina în 4 muchii, frunze opuse, palmat-lobate, avînd aspectul unei labe de gîscă, cu peri aspri, flori roz, grupate cîte 10—20 la subsuoara frunzelor în inflorescențe compacte, avînd aspectul unui guler.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Leonuri) — VI—VIII.

Ecologie, răspîndire. Plantă de lumină, cu cerințe reduse față de umiditate și sol, crește în buruienișurile de la marginea drumurilor și a căilor ferate, la marginea pădurilor, în locuri poienite, pe lîngă garduri, pe terenuri necultivate, în zona de cîmpie și deal, pînă la altitudinea de 500—600 m. Este răspîndită în Transilvania, Banat, dar mai ales Muntenia (jud. Argeș, Ialomița, Giurgiu, Teleorman, Buzău, Brăila), Moldova (jud. Botoșani, Iași, Neamț, Suceava, Vaslui).

Recoltare. Vîrful înflorit (cca. 25 cm) și ramurile se taie cu foarfeca sau cosorul.

Principii active. Heterozide cardiotonice, alcaloizi (leunucardina, alți doi neidentificați), ulei volatil, un principiu amar, tanin, saponine, vitamine (A, C, E).

Acțiune farmacologică. Antispasmodic și tonic cardiac; sedativ nervos, hipnotic; antispastic general; stomachic; antiinflamator.

Recomandări majore. Afecțiuni cardiace de origine nervoasă.

Alte recomandări. INT. — Stări depresive nervoase, anxietate, insomnii, îndeosebi ale cardiacilor, astm bronșic; colite și gastrite cu componentă nervoasă; stări spastice ale veziculei biliare; atonie gastrică, digestie lentă. EXT. — Echimoze, răni.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (2 linguriță la cană), 2 căni pe zi, dintre care pentru efectul sedativ una seara înainte de culcare; infuzie concentrată (3 linguri la cană), 3—5 linguri pe zi; tinctură (20 g de plantă macerate 7—8 zile în 100 ml alcool), 20—40 picături de 2—3 ori pe zi. În toate cazurile se fac cure de lungă durată, acțiunea plenară instalîndu-se după 1—



săptămîni. EXT. — Cataplasme cu decoct concentrat (50 g la litru).

Intră în formula ceaiurilor sedativ, calmant, antiastmatic, contra tulburărilor cardiace, anticolitic.

SALVIA

SALVIA OFFICINALIS L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Sauge; G.: Salbei; M.: Orvosi zsálya; R.: Salfei lekarstvennîi.

Salvia sau jaleşul, cum se mai numeşte, este un subarbust de cultură, bogat ramificat, înalt de 30—80 cm cu tulpina şi frunzele acoperite dens de peri de culoare cenuşiu-argintie, frunze opuse, ovate, flori albastre-violacee, evident bilabiate, cu 2 stamine ieşite în afară, cu conectiv în formă de pîrghie, în inflorescenţe spiciforme.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Salviae) — VI—X (2—3 recoltări).

Ecologie, zonare. Specie mediteraneeană, cu cerinţe ridicate faţă de temperatură şi lumină (vegetează cel mul la semiumbră), dar puţin pretenţioasă faţă de sol, putîn creşte chiar şi pe coaste pietroase, nisipuri. Se pretează a fi cultivată în parcuri şi în spaţii verzi pentru valoarea sa ornamentală (se vor evita locurile cu praf, deoarece acesta se fixează pe frunze). Zone prielnice pentru cultură: părţile dinspre Dunăre ale jud. Dolj, Olt, Teleorman, Giurgiu, Călăraşi, precum şi în sudul jud. Constanţa.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase pentru boabe, borceaguri şi cereale de toamnă. **Îngrăşăminte** — fosfor 60—80 kg/ha şi potasiu 30—40 kg/ha la arătura de bază; azot 60—70 kg/ha primăvara, pe zăpadă, jumătate din doză şi cealaltă jumătate după prima recoltare, încorporate la praşilă. **Pregătirea terenului** — arătură la 28—30 cm şi lucrare c combinatorul sau grapa cu discuri în agregat cu grapa cu colţi reglabili, cu 10—12 zile înainte de semănat. **Însămînţare** — cu semănătoarea SUP—21 sau SUP—29 cu distribuitori speciali, la 62,5 cm interval şi 3—3,5 cm adîncime, cu 8 kg/ha. **Lucrări de întreţinere** — un plivit în anul I şi 2—3 praşile manuale şi mecanice în timpul vegetaţiei; cînd plantele au 4—5 frunze adevărate, se execută răritul pe rînd la 10 cm plantă de plantă **Recoltarea** — manual, înaintea înfloritului.

Principii active. Ulei volatil (cu tuionă, pinene, borneol, cineol), tanin, principii amare, substanţe estrogene, acizi organici.



Acţiune farmacologică. Stomachic, carminativ şi antispastic; coleretic-colagog; tonic nervin; sedativ al durerilor; uterotonic; stimulent al circulaţiei sanguine; antidiabetic energic; cicatrizant şi antiseptic; antisudorific.

Recomandări majore. INT. — Diabet; diskinezie biliară; EXT. — Afte, stomatite, gingivite, abcese dentare.

Alte recomandări. INT. — Dispepsii, gastrite hipoacide, stomacuri atone; colici; astenii, mai ales cele care succed unor afecţiuni de durată, epuizante; sudoraţie nocturnă exagerată (îndeosebi în TBC); afecţiuni circulatorii; tonifierea uterului după naştere. EXT. — Răni cu puroi; transpiraţie fetidă a picioarelor.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriţă la cană) care se bea cîte o cană după fiecare masă; contra sudoraţiei nocturne o cană înainte de culcare. EXT. — Gargarisme, comprese, loţionări, băi locale cu infuzie. Intră în formula ceaiurilor antiastmatic şi pentru gargară.

Contraindicaţii. Femeilor care alăptează le micşorează secreţia lactată.

CIMBRUL DE GRĂDINĂ

SATUREJA HORTENSIS L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Sariette; G.: Bohnenkraut; M.: Csombord; R.: Ciaber sadovîi.

Plantă anuală de cultură, înaltă de 20—40 cm, ramificată tufos, cu frunze mici lanceolate, rare, flori bilabiate, roz-violacee, în verticile distanțate, dispuse la subsuoara frunzelor superioare.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Saturejae) — VI—IX (2—3 recoltări).

Ecologie, zonare. Ca specie mediteraneeană, cimbrul are nevoie de temperaturi ridicate și de lumină directă, iar față de umiditate, cerințele sînt mai ridicate doar în prima perioadă de vegetație. Dă rezultate bune pe soluri afinate, ușoare sau mijlocii, permeabile. Cele mai bune condiții le are în Cîmpia de Vest, Muntenia (jud. Teleorman, Giurgiu, Prahova, Buzău, Brăila), sudul și centrul Moldovei (jud. Galați, Bacău, Neamț).

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prășitoare, cereale de toamnă, leguminoase. **Îngrășăminte** — fosfor 50—60 kg/ha și potasiu 45—50 kg/ha la arătura de bază; azot 135—150 kg/ha primăvara înainte de pregătirea patului germinativ. **Pregătirea terenului** — dezmiriștire la 10—12 cm, dacă este cazul, arătură adîncă la 22—25 cm lăsată în brazdă crudă; primăvara nivelare, grăpare și lucrare cu combinatorul la 4—6 cm adîncime, apoi tăvălugire. **Însămînțare** — cu semănătoarea SUP—21 sau SUP—29 cu distribuitor de semințe mici și patinele montate la limitatoarele de adîncime, cu 4—5 kg/ha, la intervale de 50 cm între rînduri și adîncime de 1—2 cm. **Lucrări de întreținere** — erbicidare cu Afalon 7 kg/ha diluate în 600 l apă, administrat cu MET—1200, imediat după însămînțare; 1—2 prașile mecanice și 1—2 prașile manuale. **Recoltare** — manual cu secera sau mecanic cu Windroverul cînd 40—50% din plante sînt îmbobocite.

Principii active. Ulei volatil, sescviterpene, tanin, mucilagii, substanțe amare.

Acțiune farmacologică. Expectorant și antiseptic; tonic-amar și stomachic; antispastic; carminativ; ușor antidiareic.

Recomandări majore. Colite de fermentație, balonări.



Alte recomandări. Anorexie, tulburări dispeptice; bronșite cronice; astm bronșic; contracturi nervoase ale stomacului; diaree benigne.

Mod de administrare. Infuzie (1 1/2 linguriță la cană), 1—2 căni pe zi.

ȘOVÎRVUL

ORIGANUM VULGARE L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Origan; G.: Wohlgemut, Dost; M.: Szurokfü; R.: Dușița abîknavennaia.

Plantă erbacee, perenă, erectă, ramificată la partea superioară, înaltă de 50—80 cm, cu tulpina roșiatică, în 4 muchii, frunze opuse, ovate, flori roz-violacee, bilabiate, dispuse terminal, în inflorescențe corimbiforme bogate.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Origani) — VII—VIII.

Ecologie, răspîndire. Specie cu cerințe mari față de lumină, puțin pretențioasă față de sol și umiditate, vegetează mai ales prin tăieturi și margini de păduri, tufișuri, în întreaga țară, din cîmpie pînă în zona subalpină, mai ales în Transilvania și Banat (jud. Arad, Bistrița-Năsăud, Caraș-Severin, Harghita, Hunedoara, Maramureș), Oltenia (Gorj, Vîlcea), Muntenia (Buzău, Giurgiu), Moldova (Bacău, Neamț, Suceava, Vaslui).

Recoltare. Se taie cu secera, cosorul sau cuțitul partea aeriană, fără baza lignificată a tulpinii.

Principii active. Ulei volatil (cu timol, carvacrol), tanin, flavonoide, principii amare.

Acțiune farmacologică. Expectorant și sedativ al tusei; dezinfectant al căilor respiratorii superioare și digestive; antispastic; tonic-aperitiv; stomachic; stimulent general; vulnerar; tonic capilar.

Recomandări majore. Stări gripale, laringite, traheite, astm bronșic, tuse convulsivă.

Alte recomandări. INT. — Gastrite hipoacide; colite de fermentație; astenie. EXT. — Răni; eczeme; crize reumatice dureroase. COSM. — Igienă capilară.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi, înainte de mese ca tonic-aperitiv, după mese ca stomachic, între mese ca expectorant. EXT. — Băi locale sau cataplasme calde cu infuzie (20—30 g la litru).

Intră în formula ceaiurilor antibronșitic, sedativ și a aromatizantului pentru băi.



CIMBRIȘORUL DE CÎMP

THYMUS SERPYLLUM L.* — FAM. LABIATAE
Fr.: Serpolet; G.: Feldthymian. Quendel;
M.: Vadkakukkfü; R.: Timian palzucii.

Subarbust de talie mică (10—30 cm), parțial tîrîtor, cu ramuri îndreptate în sus, frunze mici, alungit-ovate, opuse, inflorescențe glomerulare, cu flori mici, roșii-purpurii sau roz, bilabiate.

Partea utilizată. Partea aeriană, respectiv rămurelele înflorite (Herba Serpylli) — VI—IX.

Ecologie, răspîndire. Plantă de locuri foarte însorite, iubitoare de căldură, cu pretenții foarte reduse față de umiditate și sol, vegetează pe locuri aride, pietroase sau nisipoase, însă cu expoziție sudică și bogate în calciu. Crește în zona de deal și munte, în fînețe, pe coaste aride, pietroase. Poate fi recoltată în cantități mai mari în întreaga Transilvanie, județele de deal ale Munteniei și Olteniei, Moldova (jud. Botoșani, Suceava, Neamț, Bacău, Vrancea), Dobrogea (jud. Tulcea).

Recoltare. Rămurelele înflorite se taie cu foarfeca sau cuțitul.

Principii active. Ulei volatil (cu borneol, cineol, principiu amar — serpilina.

Acțiune farmacologică. Antiseptic intestinal; carminativ; coleretic; diuretic; expectorant și calmant al centrului tusei; tonic-aperitiv și stomachic; stimulent nervos; vermifug; sedativ al durerilor; tonic capilar.

Recomandări majore. Bronșită, astm, tuse spastică, tuse convulsivă.

Alte recomandări. INT. — Dispepsii, enterocolite, balonări; anorexie; helmintiaze; astenii, anemii de primăvară. — EXT. — Dureri sciatice, reumatismale, gutoase; plăgi purulente; igiena capilară; igiena bucală.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Băi locale cu infuzie concentrată (30—50 g la litru) care poate fi utilizată și ca apă de gură.

* În fapt este vorba de un nume generic care cuprinde numeroase specii de cimbrișor din flora spontană, printre care Th. marschallianus Willd., Th. pannonicus All., Th. glabrescens Willd., Th. austriacus Bernh., Th. pulegioides L., Th. dacicus Borb., Th. jankae Celak., Th. balcanus Borb.



Intră în compoziția ceaiurilor antiastmatic, antidiareic, pentru gargară.

Contraindicații. În dispepsii și hipopepsii grave, inhibînd activitatea enzimatică; insuficiență pancreatică.

CIMBRUL DE CULTURĂ

THYMUS VULGARIS L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Thym; G.: Garten Thymian; M.: Kerti kakukkfü; R.: Timian abiknavennii.

Subarbust de cultură cu tufe globuloase, cu baza lignificată, înalt de 10—50 cm, tulpini numeroase, cilindrice, lemnoase și cenușii la bază, părțile tinere cu peri îndreptați în jos, frunze scurt pețiolate, opuse și mici, cu margini răsucite, păroase pe spate, flori mici rozee grupate în mici inflorescențe spiciforme la subsuoara frunzelor superioare.

Partea utilizată. Partea aeriană, respectiv partea erbacee a rămurelelor (Herba Thymi vulgaris) — VI—X (2—3 recoltări).

Ecologie, zonare. Plantă de lumină puternică, necesitînd locuri însorite și temperaturi ridicate, nu rezistă la înghețurile tîrzii de primăvară și la curenții reci. Este puțin pretențioasă față de umiditate și sol, preferă însă pe cele ușoare. Zonele cele mai favorabile pentru cultura acestei plante sînt în Cîmpiile Olteniei (jud. Olt, Dolj), Bărăganului (jud. Giurgiu, Călărași, Ialomița, Brăila, sudul Buzăului), Burnazului, Cîmpia de Vest, precum și în zonele de cîmpie ale jud. Bacău și Neamț.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase, cereale de toamnă, borceag și prășitoare bine îngrășate cu gunoi de grajd. **Îngrășăminte** — fosfor 60—70 kg/ha și potasiu 40—50 kg/ha toamna la arătura de bază; azot 80—100 kg/ha în două reprize egale, primăvara după plantare și după prima recoltare; în anii II—V, toamna la ultima prașilă, fosfor și potasiu 3/4 din doza inițială, iar azot în doze egale cu primul an, la prima prașilă și după prima recoltă. **Însămînțare** — în răsadniță, în straturi calde (60 m² pentru un hectar) în februarie sau reci (150 m² pentru un hectar) în august, cu 0,350 kg/ha. **Plantare** — toamna pînă la 20 septembrie sau primăvara devreme, la 50 cm între rînduri și 20 cm între plante pe rînd. **Lucrări de întreținere** — erbicidare (în primul an, înainte de plantare, în anii II—V primăvara timpuriu) cu Gesagarde 50, cu MET—1200, în doză de 5—7 kg/ha diluate în 400—600 l apă; 4—5 prașile anual; bilonare înainte de primul îngheț. **Recoltare** — în faza cînd



apar primele butoane florale, cu secera, la 10—12 cm de la pămînt.

Principii active. Ulei volatil (cu borneol, cineol, timol, carvacrol, limonen), tanin, acid cafeic, flavone, un principiu amar.

Acțiune farmacologică. Antiseptic intestinal; carminativ; coleretic; diuretic; expectorant și calmant al centrului tusei; **tonic-aperitiv** și stomachic; stimulent nervos; vermifug; analgezic; tonic capilar.

Recomandări majore. Bronșită, astm, tuse spastică, tuse convulsivă.

Alte recomandări. INT. — Dispepsii, enterocolite, balonări; anorexie; helmintiaze; astenii, anemii de primăvară. EXT. — Dureri sciatice, reumatismale, gutoase; plăgi purulente; igienă capilară; igienă bucală.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Băi locale cu infuzie concentrată (30—50 g la litru) care poate fi utilizată și ca apă de gură.

Intră în compoziția ceaiurilor pectoral și contra colicilor.

Contraindicații. În dispepsii și hipopepsii grave, deoarece inhibă activitatea enzimatică; insuficiență pancreatică

ȚINTAURA

CENTAURIUM UMBELLATUM GILIB. — FAM. GENTIANACEAE

Fr.: Petit centaurée; G.: Tausendguldenkraut; M.; Kis ezerjofü; R.: Zalatotîsiacinik malîi.

Specie erbacee anuală sau bianuală, erectă, cu tulpini în 4 muchii, ramificate la partea superioară, frunze ovale, opuse și sesile, flori roz pe tip 5 în inflorescențe terminale.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Centaurii) — VII—IX.
Ecologie, răspîndire. Specie de lumină sau semiumbră, cu cerințe mari față de umiditate, răspîndită de la cîmpie pînă în zona subalpină, în fînețe și poieni umede, tufărișuri, la marginea pădurilor, mai abundentă spre zona de deal, îndeosebi în Transilvania și Banat (jud. Arad, Bihor, Bistrița-Năsăud, Caraș-Severin, Hunedoara, Timiș), Oltenia (Gorj, Mehedinți, Vîlcea), Muntenia (Argeș, Dîmbovița, Prahova), Moldova (jud. Suceava, Vrancea). Datorită restrîngerii bazinelor, sînt necesare lucrări de refacere a acestora.
Recoltare. În timpul înfloririi se taie cu foarfeca sau cuțitul.
Principii active. Un principiu amar (eritaurina), glicozid (eritrocentaurina), alcaloid (eritricina), rezine, gume.
Acțiune farmacologică. Stimulează secrețiile gastrointestinale; coleretic-colagog; febrifug; vermifug; vulnerar.
Recomandări majore. Gastrită hipoacidă, anorexie, digestie lentă, dispepsii.
Alte recomandări. INT. — Diskinezie biliară; colecistită; tonic pentru convalescenți și copii; stări febrile; helmintiaze. EXT. — Răni, contuzii, ulcerații.
Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană), cîte un sfert de cană înainte de mesele principale; tinctură (20 g de plantă macerate 8 zile în 100 ml alcool), cîte 30 picături înainte de mese. EXT. — Cataplasme cu infuzie concentrată (2 linguri la cană). Intră în formula ceaiurilor tonic-aperitiv și gastric 2.



VALERIANA

VALERIANA OFFICINALIS L. — FAM. VALERIANACEAE

Fr.: Valériane; G.: Baldrian; M.: Mezei macskagyökér; R.: Valeriana lekarstvennaia.

Valeriana sau odoleanul este o specie ierbacee perenă, din flora spontană, dar care este mai ales cultivată, inițial cu o rozetă de frunze, apoi cu tulpină erectă, neramificată, cu frunze tulpinale opuse, imparipenat sectate cu 5—11 perechi de lacinii lanceolate, păroase mai ales pe spate și la bază, cu peționi din ce în ce mai scurți de la bază spre vîrf, flori în inflorescențe terminale dense, asemănătoare cu o umbelă, flori mici de 4—5 mm, asimetrice, roșii-liliachii pînă la alb.
Partea utilizată. Rizomii cu rădăcinile (Radix Valerianae) — III—IV și X—XI.
Ecologie, răspîndire, zonare. În flora spontană, unde cantitățile recoltabile sînt reduse, crește în tufărișuri, păduri, locuri umede și umbroase, la marginea apelor, în lunci și zăvoaie, în zona de deal și munte.
În cultură este mai bine adaptată la temperaturi mai scăzute, are pretenții ridicate față de umiditate și lumină (suportă cel mult semiumbra). Preferă solurile profunde, ușoare, bogate în humus, permeabile. Zonele foarte favorabile se găsesc în Cîmpia Timișului și, în special, a Crișurilor (jud. Bihor), Podișul Transilvaniei, depresiunile din jud. Bistrița-Năsăud, Mureș, Harghita, Covasna, Țara Bîrsei, iar zone favorabile nordul Moldovei (jud. Suceava, Botoșani, Neamț).
Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă, prășitoare și culturi furajere pentru masă verde. **Îngrășăminte** — fosfor 60—70 kg/ha și potasiu 50—60 kg/ha la arătura de bază; azot 30—40 kg/ha la pregătirea patului germinativ. **Pregătirea terenului** — arătură la adîncimea de 25—28 cm, menținerea terenului curat de buruieni, lucrare apoi cu discul în agregat cu grapa cu colți reglabili și nivelatorul. **Însămînțare** — în luna august cu semănătoarea SUP—21 cu distribuitor pentru semințe mici și limitator de adîncime, la interval de 50 cm și adîncime de 0,3—0,5 cm, cu norma de 3—4 kg/ha.



Lucrări de întreținere — prașilă oarbă între rînduri, rărit primăvara cînd plantele au 2—4 frunze și 4—6 cm înălțime, 2—3 prașile manuale și tot atîtea mecanice.
Recoltare — cu plugul fără cormană sau cu dislocatorul de sfeclă; rizomii se scutură de pămînt cu furca, se despică în 6—8 părți, se trec într-un curent de apă, apoi se trec la uscat.
Principii active. Ulei volatil, alcaloizi, acizii cafeic și clorogenic, sescviterpene.
Acțiune farmacologică. Sedativ de bază al sistemului nervos central, ca și al celui autonom al inimii; antispastic; antivomitiv.
Recomandări majore. Afecțiuni cardiace cu substrat nervos (aritmii, palpitații).
Alte recomandări. Stări de nervozitate, anxietate; insomnii; colici stomacale de natură nervoasă; stări de astm; vomă.
Mod de administrare. Infuzie (1 linguriță la cană) care se bea treptat în cursul zilei sau seara la culcare; pulbere, de 3 ori pe zi cîte un vîrf de cuțit; tinctură (20 g macerate 8 zile în 100 ml alcool), de 2—3 ori pe zi cîte 15—20 picături.
Intră în formula ceaiurilor calmant, sedativ, gastric, calmant al tulburărilor cardiace.

BRUSTURELE

ARCTIUM LAPPA L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Bardane; G.: Klette; M.: Bojtorján; R.: Lopuh balşoi.

Specie erbacee bianuală, în primul an are numai frunze foarte mari în rozetă pornind direct din rădăcini, iar în anul II tulpini florifere puternice, la bază cu frunze mai mari în rozetă, pe tulpină mai mici; florile sînt de culoare purpurie, grupate în antodii globuloase în diametru de 3—4 cm, cu involucru avînd ţepi cu vîrful întors.

Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Bardanae) — III—IV (de la plante de 2 ani) şi X—XI (de la plante de 1 an).

Ecologie, răspîndire. Plantă caracteristică pentru terenuri necultivate, brusturele creşte pe lîngă drumuri, căi ferate, garduri, de la cîmpie pînă în zona montană, rezistă la secetă şi temperaturi extreme.

Recoltare. Rădăcinile se scot cu cazmaua, se spală imediat, se curăţă de părţile aeriene, se despică în 2 sau 4 pentru a se usca mai uşor.

Principii active. Inulină, ulei volatil, săruri de potasiu, acid cafeic, vitamine din grupa B.

Acţiune farmacologică. Depurativ (prin cumularea proprietăţilor diuretice şi sudorifice); hipoglicemiant; coleretic-colagog; tonic capilar; dezinfectant.

Recomandări majore. Dermatoze (acnee, furunculoză, eczeme); diabet.

Alte recomandări. INT. — Calculoză biliară, diskinezie; afecţiuni renale. EXT. — Dermatoze; igienă capilară, seboree; plăgi infectate.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriţe la cană, 2—3 căni pe zi). EXT. — Decoct (2—3 linguri la 1/2 l apă) pentru spălat rănile şi fortifierea părului; tinctură (20 g macerate 8 zile în 100 ml alcool) ca tonic capilar (se poate adăuga 1 lingură de oţet).



ANGHINAREA

CYNARA SCOLYMUS L. — **FAM. COMPOSITAE**

Fr.: Artichaut; G.: Artischocke; M.: Árticsóka; R.: Ţinara.

Plantă de cultură bienală sau perenă, viguroasă (înaltă pînă la 2 m) şi puternic ramificată, cu frunze mari, adînc divizate, spinoase, albicioase, flori în capitule mari, roşii-violacee, involucrul avînd 4—5 rînduri de foliole ghimpoase.

Partea utilizată. Frunzele (Folium Cynarae) — VI—IX (2—4 recoltări).

Ecologie, zonare. Anghinarea este sensibilă la temperaturi scăzute (nu rezistă sub 0° cu solul descoperit), preferă soluri adînci, bogate, cu reacţie neutră, permeabile, cu umiditate suficientă, are pretenţii ridicate faţă de umiditatea atmosferică. Cu bune rezultate poate fi cultivată în sudul ţării (jud. Ialomiţa, Giurgiu, Teleorman, Olt, Dolj, Buzău, Brăila), Cîmpia de Vest (Timiş). Se poate cultiva în scopuri medicinal-ornamentale în parcuri şi grădini.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prăşitoare, leguminoase, cereale de toamnă. **Îngrăşăminte** — fosfor şi potasiu cîte 50—60 kg/ha la arătura de bază; azot 70—75 kg/ha primăvara, înainte de semănat. **Pregătirea terenului** — după premergătoare timpurii se trece cu grapa cu discuri în agregat cu grapa cu colţi reglabili, apoi se efectuează arătura de bază la adîncimea de 28—30 cm (după premergătoare tîrzii numai arătura de bază); primăvara, grăpat, nivelat, afînare cu discul, grapa şi combinatorul. **Însămînţare** — primăvara, după trecerea brumelor tîrzii, cu semănătoarea SPC-6 la 70 cm interval şi 3—4 cm adîncime, cu 4—5 kg/ha. **Lucrări de întreţinere** — prăşit imediat după răsărire, rărit cînd plantele au 2—3 frunze adevărate la distanţa de 25 cm plantă de plantă, apoi praşile de cîte ori este nevoie (obligatoriu după fiecare recoltare); erbicidare, folosind MET-1200 cu Treflan 6 l/ha diluat în 400—600 l apă administrat înainte de semănat şi bine distribuit pe întreg terenul. **Recoltare** — cu secera, cu atenţie pentru a nu vătăma inima plantei.

Principii active. Cinarină, acid clorogenic, polifenoli, flavonozide, principiu amar (cinaropicrina), mucilagii, taninuri, acizi organici, săruri de potasiu şi magneziu.



Acţiune farmacologică. Coleretic-colagog; hepatoprotector; stimulează metabolizarea colesterolului în ficat; diuretic; tonic-aperitiv; stomachic; depurativ; hipoglicemiant.

Recomandări majore. Diskinezie, colecistită, insuficienţă biliară, hepatite, ciroze.

Alte recomandări. Hipercolesterolemie, ateroscleroză; nefrite; edeme cardiorenale; constipaţie, în special datorată insuficienţei biliare; anorexie; dispepsie; enterite, colite; urticarii, prurit; diabet.

Mod de administrare. Infuzie (1 lingură la 500 ml apă) care se bea într-o zi: o cană dimineaţa, înainte de masă, stîndu-se culcat 20—30 minute pe partea dreaptă, restul cu 30 minute înaintea meselor principale. Se fac cure de 20—30 zile, cu 30 de zile pauză.

Intră în formula ceaiurilor hepatic şi gastric stimulent.

SILYBUM MARIANUM (L.) GÄRTN. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Chardon Marie; G.: Mariendistel; M.: Máriatövis; R.: Silibum.

Plantă erbacee de cultură, anuală sau bianuală, înaltă de 1—1,5 m, cu frunze şi inflorescenţă ghimpoase, cu frunze alterne, sesile, alungit-ovate şi marmorate cu alb, nervura principală şi cele secundare terminîndu-se cu un ghimpe, flori tubuloase, roşii, grupate în antodii mari, ghimpoase.

Partea utilizată. Fructele (Fructus Cardui mariani) — VIII.

Ecologie, zonare. Datorită originii mediteraneene, armurariul are pretenţii ridicate faţă de temperatură, însă moderate faţă de umiditate şi sol (contraindicate cele grele sau pe care stagnează apa). Este indicată cultivarea în sudul Munteniei (jud. Ialomiţa, Giurgiu, Teleorman), al Olteniei (jud. Olt, Dolj), Dobrogei (jud. Constanţa), Cîmpiei de Vest (jud. Timiş).

Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase pentru boabe, prăşitoare, cereale de toamnă. **Îngrăşăminte** — fosfor 50—60 kg/ha şi potasiu 40—50 kg/ha toamna la arătura de bază; azot 80—100 kg/ha primăvara, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — arătură la 22—25 cm adîncime, menţinerea curată a terenului de buruieni; primăvara, lucrări cu combinatorul şi nivelatorul. **Însămînţare** — primăvara, în mustul zăpezii, cu SPC-6, norma fiind de 10 kg/ha, la 62,5 cm interval şi 3—4 cm adîncime. **Lucrări de întreţinere** — plivit imediat ce plantele se disting bine, rărit la 8—12 cm cînd ajung la 3—4 cm înălţime, praşilă de 1—2 ori manual şi mecanic, erbicidare cu Lasso înainte de semănat cu MET-1200, încorporat la adîncimea de 4—5 cm, cîte 8 l/ha cantitate diluată în 600 l apă. **Recoltare** — cu combina C 12 cînd 80% din inflorescenţe sînt uscate.

Principii active. Silimarină (derivat fenolic), saponozide, fitomelane, acid fumaric.

Acţiune farmacologică. Hepatoprotector şi hepatoregenerator; stimulează creşterea tensiunii arteriale prin acţiune asupra suprarenalei; tonic-amar.

Recomandări majore. Hepatite, ciroze, stări inflamatorii şi de suprasolicitare a ficatului.





Alte recomandări. Hipotensiune; digestie dificilă.

Mod de administrare. Infuzie (1—1 1/2 linguriţă de fructe măcinate la cană), 2 căni pe zi: prima înainte de micul dejun, după care se stă culcat 20—30 minute pe partea dreaptă, a doua în două reprize, cu 30 minute înaintea meselor principale; cure de 15—20 zile cu pauză 15 zile.

Contraindicaţii. Hipertensiune.



5. PLANTE CU FLORI ALBASTRE SAU VIOLETE

A. COROLA CU PETALE LIBERE

B. COROLA CU PETALE UNITE



LEMNUL DULCE

GLYCYRRHIZA GLABRA L. — FAM. LEGUMINOSAE

Fr.: Réglisse, Bois doux; G.: Süssholz; M.: Édesgyöker; R.: Salodka golaia.

Subarbust din flora spontană, dar care este şi cultivat pentru proprietăţile sale farmaceutice, înalt pînă la 1,5 m, avînd aspect de tufă, cu frunze imparipenat compuse din 5—9 perechi de foliole ovate sau lat-eliptice, flori papilionate, albastre-violet, în raceme alungite care pornesc de la subsuoara frunzelor.

Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Liquiritiae) — III—V şi IX—XI.

Ecologie, răspîndire, zonare. Principala cerinţă a acestui arbust este căldura, solicitînd o temperatură ridicată şi locuri ferite de vînturi puternice; cele mai potrivite soluri sînt cele uşoare, nisipoase (putînd fi folosit ca antierozional sau pentru fixarea nisipurilor). Specie de lumină sau semiumbră, din regiuni joase, creşte în albiile părăsite ale unor rîuri, în buruienişuri, locuri necultivate, doar în cîteva părţi ale jud. Vrancea, Brăila. Se recomandă a fi cultivat în nisipurile din Delta Dunării, din sudul Olteniei, ca şi în zonele de răspîndire naturală.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — cereale de toamnă sau prăşitoare care eliberează devreme terenul. **Îngrăşăminte** — fosfor 40—60 kg/ha, potasiu 30—40 kg/ha şi gunoi de grajd 25—30 t/ha încorporate toamna; azot 40—50 kg/ha primăvara pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — păstrarea terenului curat de buruieni, arătură adîncă de toamnă (desfundare) la adîncimea de 35—40 cm, urmată de lucrare cu cultivatorul.

Însămînţare — cu 3—4 kg/ha sămînţă la 100 cm interval şi 2,5—3 cm adîncime; prin plantare de stoloni (fragmente de rizomi) primăvara, devreme, la 100 cm interval între rînduri, 30—40 cm distanţă pe rînd şi 10—12 cm adîncime. **Lucrări de întreţinere** — 2—3 praşile manuale şi tot atîtea mecanice, în fiecare an de cultură. **Recoltare** — în anul III de cultură, toamna după încetarea vegetaţiei sau primăvara devreme, numai rădăcinile secundare şi rizomii laterali care se scutură de pămînt, se spală şi se despică longitudinal în 2—4 bucăţi, după care se trec la uscare.



Principii active. Glicirizină, flavonoide, hormon estrogen steroidic, vitamine din grupa B.

Acţiune farmacologică. Fluidificarea secreţiilor traheobronhice şi faringiene; diuretic; antispasmodic; antiinflamator şi antiulceros; acţiune estrogenă; laxativ prin influenţarea motilităţii gastrointestinale.

Recomandări majore. Gastrită hiperacidă, ulcer gastric.

Alte recomandări. Bronşite, traheite, faringite, tuse de diferite etiologii; afecţiuni urinare (inclusiv colici renale); reumatism; constipaţie; stimularea organelor şi caracterelor sexuale secundare.

Mod de administrare. Macerat (1/2 linguriţă la cană) care se bea în cursul zilei; pulbere 1—3 g pe zi.

Intră în formula pulberei laxativ-purgative.

INUL

LINUM USITATISSIMUM L. — FAM. LINACEAE

Fr.: Lin; G.: Lein; M., R.: Len.

Specie ierboasă, cultivată în primul rînd pentru fibră sau pentru ulei, cu tulpina înaltă de 60—100 cm, ramificată de la bază (la inul pentru ulei) sau numai terminal (la inul pentru fuior), frunze alterne, lanceolate, lungi de 2—3 cm şi late doar de 2—3 mm, cu 3 nervuri paralele, flori albastre-azurii, pe tip 5, cîte 10—15 în dicazii terminale.

Partea utilizată. Seminţele (Semen Lini) — VIII—IX, folosite ca atare sau sub formă de făină (Farina Lini).

Ecologie, răspîndire. Inul are cerinţe ecologice comune, găsind condiţii bune în cea mai mare parte a ţării. Are nevoie de mai multă umiditate, uscîndu-se printre primele plante în timpul secetelor prelungite. Se dezvoltă mai bine pe soluri uşoare sau mijlocii, afînate, aerisite, profunde, permeabile, bine structurate, bogate în humus, cu reacţie uşor acidă.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — lucernă, trifoi. **Îngrăşăminte** — fosfor 50—60 kg/ha şi 25—30 kg/ha potasiu la arătura de bază; azot 30—40 kg/ha primăvara, înaintea lucrării cu cultivatorul sau combinatorul. **Pregătirea terenului** — arătură de toamnă la adîncimea de 28—30 cm, lăsată în brazdă crudă; primăvara se discuie şi apoi se aplică lucrarea cu cultivatorul în agregat, cu grapa reglabilă. **Însămînţare** — primăvara timpuriu la 12,5 cm interval şi 2—3 cm adîncime, cu 60 kg seminţe la ha. **Lucrări de întreţinere** — tăvălugit imediat după însămînţare, plivit ori de cîte ori este nevoie. **Recoltare** — cu combina C 12 cînd 85% din seminţe au culoarea cafenie.

Principii active. Mucilagii, lipide, protide, heterozid cianogenetic-linamarozidul, săruri de potasiu şi magneziu.

Acţiune farmacologică. Seminţele au acţiune laxativă; anticatarală; antilitiazică renală; făina: maturativă; emolientă; antiinflamatoare.

Recomandări majore. Seminţele în constipaţii, iar făina în tratarea abceselor, furunculelor.

Alte recomandări. INT. — Seminţe: catar gastrointestinal şi respirator; litiază renală, nefrite, cistite. EXT. — Făina: cistite; atenuarea acţiunii iritante a făinii de muştar (în sinapisme); eczeme; panariţiu.



Mod de administrare. INT. — Seminţe: ca atare în scop laxativ (1—2 linguri între mese sau seara la culcare) sau macerat la rece (1 lingură la cană, timp de 6—8 ore, 2—3 căni pe zi); în cataruri — infuzie (1 linguriţă la cană, putîndu-se adăuga suc de lămîie). EXT. — Făina: cataplasme cu pastă de făină frecată cu apă caldă; băi calde locale în cistite (2—4 linguri la 1/2 l apă).

SCAIUL VÎNĂT

ERYNGIUM PLANUM L. — FAM. UMBELLIFERAE

Fr.: Panicaut plane; G.: Flachblättrige Männertreu; M.: Kék iringó; R.: Sinegolovnik ploskalistnîi.

Plantă erbacee perenă, avînd o nuanță albăstrui-vineție, ghimpoasă, ramificată la partea superioară, cu frunze rigide, întregi la bază, cele superioare fiind mai mici și palmat-sectate, flori în capitule terminale albăstrui.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Eryngii plani) — VII—IX.
Ecologie, răspîndire. Plantă întîlnită în pășuni și fînețe, locuri necultivate (răzoare, margini de drumuri și căi ferate). Crește numai în lumină directă, pe soluri ușoare, nisipoase, cu cerințe moderate față de umiditate. Altitudinal vegetează din zona de cîmpie pînă în zona de deal (500—600 m). În cantități recoltabile se găsește mai ales în Transilvania (jud. Arad, Bistrița-Năsăud, Brașov, Cluj, Harghita, Hunedoara, Mureș, Sibiu), Banat, nordul Moldovei (jud. Botoșani).
Recoltare. Planta se taie cu cuțitul sau secera de la bază, cu tot cu frunzele bazale, apucîndu-se cu o mănușă groasă; se poate tăia și cu sapa.
Principii active. Saponozide triterpenice (saniculasaponozida).
Acțiune farmacologică. Emolient și expectorant extrem de activ, antitusiv și antispastic; diuretic.
Recomandări majore. Tuse de diferite etiologii, inclusiv tuse convulsivă, bronșită, astm.
Alte recomandări. Afecțiuni urinare.
Mod de administrare. Infuzie sau decocție scurtă (1 linguriță la cană) care se bea în cursul unei zile, în mai multe reprize.



STÎNJENELUL

IRIS GERMANICA L. — FAM. IRIDACEAE.

Fr., G.:Iris; M.: Liliom; R.: Kasatik ghermanskii.

Stînjenelul este o specie erbacee, perenă, cultivată mai ales în scop ornamental, cu frunze radicale enziforme (în formă de sabie), tulpină floriferă viguroasă, flori violete, asimetrice, pe tipul 3, dispuse spre vîrful tulpinii.
Partea utilizată. Rizomii (Rhizoma Iridis) — III—IV şi X—XI.
Ecologie, răspîndire, zonare. Plantă cu cerinţe modeste, vegetează în lumină directă, dar şi la semiumbră, pe soluri variate (evitîndu-se cele pe care stagnează apa) rezistă bine la ierni reci, dar se dezvoltă foarte bine în condiţii de climă blîndă şi veri călduroase. Poate fi cultivat în întreaga ţară, de preferat în zonele sudice.
Tehnologia de cultură. Premergătoare — culturi ce eliberează devreme terenul şi-l lasă curat de buruieni. **Îngrăşăminte** — 80 kg/ha fosfor la arătura de bază, 30 kg/ha azot la desprimăvărare. **Pregătirea terenului** — arătura adîncă la 28—30 cm, lucrare cu combinatorul, înaintea plantatului. **Plantare** — toamna devreme, la 50 cm interval, 25 cm între plante pe rînd, 10—12 cm adîncime, cu 800 kg rizomi fasonaţi la hectar. **Lucrări de întreţinere** — grăpat după plantare, 2—3 praşile mecanice şi manuale anual; în zonele cu temperaturi mai ridicate toamna, în anul II şi III, se bilonează. **Recoltarea** — în toamna anului III de cultură cu plugul fără cormană; rizomii se scutură de pămînt, se spală, se despică sau se taie în felii.
Principii active. Ulei volatil cu ironă, heterozid flavonic (iridozid), tanin, mucilagii.
Acţiune farmacologică. Expectorant (în doze mici); purgativ drastic (în doze mari); vomitiv.
Recomandări majore. Bronşită (în faza de coctiune).
Alte recomandări. INT. — Constipaţii acute; provocarea vomei în caz de intoxicaţii. EXT. — Mestecarea rizomilor de către copiii mici le uşurează creşterea dinţilor.
Mod de administrare. INT. — Decoct (1 linguriţă la cană ca pectoral, 2 linguriţe la cană ca purgativ) cîte 2 căni pe zi. EXT. — Mestecarea unor fragmente de rizomi.



TĂTĂNEASA

SYMPHYTUM OFFICINALE L. — FAM. BORAGINACEAE

Fr.: Consoude; G.: Beinwell; M.: Fekete nadálytö; R.: Akopnik lekarstvennîi.

Plantă ierboasă perenă, robustă, cu peri aspri pe întreaga suprafață, tulpină cu muchii aripate, frunze opuse, mari, alungite, decurente (care se prelungesc pe tulpină), foarte aspre, flori roșii-violacee, pe tip 5, tubuloase, grupate în cime scorpioide (inflorescențe în forma unei cozi de scorpion).

Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Symphyti) — III—V și IX—XI.

Ecologie, răspîndire. Plantă de locuri deschise, tătăneasa crește mai ales pe soluri grele, argiloase, pe care stagnează apa, de la cîmpie pînă în zona montană inferioară, pe marginea apelor, prin șanțuri, locuri băltite, zăvoaie, lunci, adesea pe soluri crude de la excavații, sau ca buruiană de cultură. Cele mai mari cantități pot fi recoltate în jud. Cluj și Sălaj.

Recoltare. Cu sapa sau cazmaua, iar dacă bazinul este dens, chiar cu plugul; ca buruiană de culturi se recoltează din brazdă după arătură. Se spală bine înainte de a fi pusă la uscat.

Principii active. Alantoină, mucilagii, glicozide, tanin, colină, ulei volatil.

Acțiune farmacologică. Cicatrizant, antiinflamator; expectorant; antidiareic; antihemoragic.

Recomandări majore. Gastrite hiperacide, ulcere gastrice și duodenale.

Alte recomandări. INT. — Bronșite și alte cataruri respiratorii; diaree benigne, enterite; hemoptizii, hemoragii interne. EXT. — Ulcer varicos; fisuri anale și ale sînilor; arsuri; inflamații articulare; retragerea proceselor inflamatorii.

Mod de administrare INT. — Decoct (1—2 linguriță la cană), 2—3 căni pe zi, între mese. EXT. — Spălături locale, cataplasme cu macerat la rece sau decoct concentrat (4—5 linguri la cană).

Intră în formula ceaiurilor gastric calmant și gastric cicatrizant.



LEVĂNȚICA

LAVANDULA ANGUSTIFOLIA MILL. — FAM. LABIATAE

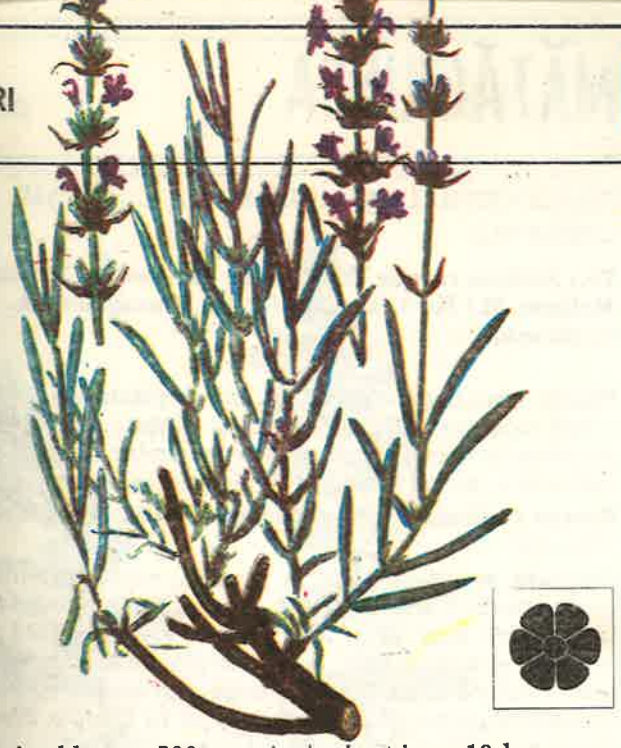
Fr.: Lavande; G.: Lavendel; M.: Szagos levendula; R.: Lavanda kalasovaia.

Semiarbust de cultură, formînd tufe globuloase verzi-cenușii înalte de 30—100 cm, cu frunze opuse, întregi, liniare, verzi-cenușii datorită perilor, flori labiate violet-albăstrui, grupate în inflorescențe terminale cu aspect de spic lung de 3—7 cm.

Partea terminală. Florile (Flores Lavandulae) — VI—VII.

Ecologie, zonare. Plantă care are nevoie de temperaturi ridicate, levănțica rezistă la ger doar în perioada de repaus și acoperită cu zăpadă; solicită lumină directă; puțin pretențioasă față de umiditate și sol, vegetează și pe cele aride, dar bogate în calciu. Nu suportă solurile cu exces de umiditate sau pe care stagnează apa. Se recomandă a fi cultivată în Cîmpia de Vest, Cîmpia Olteniei, Cîmpia Burnazului, Bărăgan, cîmpia și zona colinară a Dobrogei, Subcarpații de curbură și meridionali.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — plante furajere și prășitoare care eliberează terenul devreme și-l lasă curat de buruieni. **Îngrășăminte** — 70—90 kg/ha fosfor și 150—200 kg/ha potasiu la arătura de bază la înființarea culturii și 85—100 kg/ha azot primăvara, înaintea pornirii în vegetație; anual între rînduri, primăvara, 25—45 kg/ha azot, iar toamna 45—70 kg/ha fosfor. **Pregătirea terenului** — discuire în ambele sensuri, arături de desfundare la 45—50 cm adîncime, nivelare, pichetare. **Înmulțire** — a) **prin butășire** — cu butași de 7—8 cm lungime, recoltați toamna după încetarea vegetației, cu baza lignificată, cu tăietură pană; se țin 1—2 ore într-un vas cu apă, apoi se plantează în nisip la 10 cm interval și 5 cm distanță; în toamna anului următor, se plantează la locul definitiv sau în școală, în funcție de dezvoltarea butașului; b) **prin despicarea tufelor** — obținîndu-se 70—140 butași direct înrădăcinați prin tăierea, toamna, a părții aeriene la 8—10 cm și acoperirea cu pămînt, în toamna următoare putîndu-se face despărțirea; butașii astfel obținuți se plantează în nisip, după care se procedează identic; c) **prin răsad** — după metodele generale, cu un necesar la hectar de 200



mp straturi calde sau 500 mp straturi reci, cu 10 kg sămînță. **Plantare** — la intervale și distanțe de 100 cm, la adîncime de 12—15 cm, rămînînd afară doar 4—6 cm. **Lucrări de întreținere** — 3—4 prașile mecanice și tot atîtea manuale, bilonare toamna tîrziu, iar primăvara, după trecerea pericolului de îngheț, desfacerea bilonului. **Recoltare** — cu secera, cînd 25% din flori sînt deschise. **Principii active.** Ulei volatil (cu cca 50% acetat de linalil), tanin, un principiu amar.

Acțiune farmacologică. Sedativ nervos; diuretic; coleretic-colagog; febrifug; antispasmodic; antiseptic și cicatrizant.

Recomandări majore. Hiperexcitabilitate, migrene, insomnii.

Alte recomandări. INT. — Afecțiuni cardiace cu substrat nervos; afecțiuni renale (inclusiv colică renală); reumatism; diskinezie biliară; răceală, gripă; tuse cu accese prelungite, astm. EXT. — Băi sedative; plăgi.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1 linguriță la cană). 2—3 căni pe zi, dintre care ca sedativ una cu 30 minute înainte de culcare. EXT. — Băi cu infuzie (20—30 g la litru); fricțiuni cu oțet aromat (30—40 g macerate 7 zile în 1 l oțet).

Intră în formula aromatizantului pentru băi și a produselor cosmetice Floriten 1 și 2.

MĂTĂCIUNEA

DRACOCEPHALUM MOLDAVICA L. — FAM. LABIATAE.

Fr.: Mélisse turque, Mélisse de Moldavie; G.: Türkische Melisse; M.: Kerti sárkányfü; R.: Zmeegalovnik moldavskii.

Plantă anuală de cultură, cu miros plăcut de lămîie, ramificată, cu frunze alungite şi dinţate, flori bilabiate albastre-violacee la subsuoara frunzelor dinspre vîrful ramurilor, avînd aspectul unor spice alungite.

Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Dracocephali) — VII—IX.

Ecologie, zonare. Specie de lumină, cu cerinţe mai moderate faţă de căldură în prima parte a vegetaţiei, dar la înflorire solicitînd temperaturi ridicate. Faţă de umiditate, dimpotrivă, cerinţele sînt mai mari în primele faze. Preferă soluri uşoare, bogate în humus şi permeabile. Condiţiile respective sînt întrunite în Cîmpia Bărăganului, Dobrogei, sudul Moldovei şi Cîmpia de Vest.

Tehnologia de cultură. Premergătoare — prăşitoare îngrăşate care eliberează devreme terenul, leguminoase (contraindicat după plante oleaginoase sau oleo-eterice). **Îngrăşăminte** — 30—40 kg/ha fosfor încorporat la arătura de toamnă, 30—40 kg/ha azot înainte de semănat sub combinator. **Pregătirea terenului** — arătură adîncă la 28—30 cm, primăvara lucrare cu combinatorul şi grapa cu colţi reglabili. **Însămînţare** — primăvara cu semănătoarea SUP-21 prevăzută cu dispozitiv pentru seminţe mici, la intervale de 50 cm şi adîncime de 1—1,5 cm, cu 3 kg sămînţă la hectar. **Lucrări de întreţinere** — 3—4 praşile mecanice, 1—2 praşile manuale şi plivit.

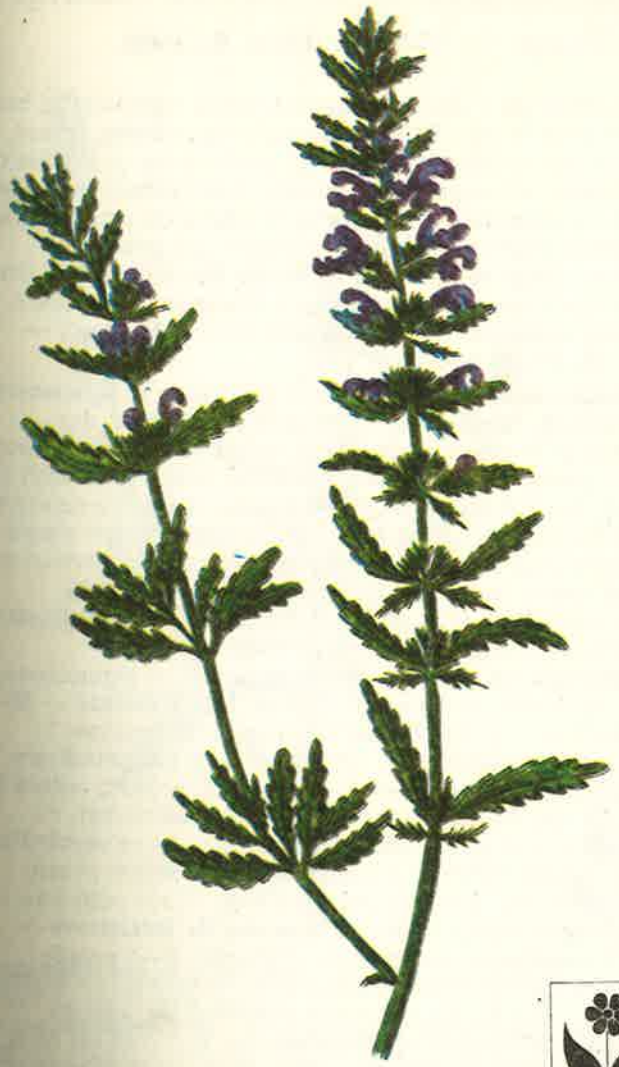
Recoltare — la începutul înfloririi cu Windroverul sau manual cu secera sau coasa, la 8—10 cm de la colet; a doua recoltare la interval de 45—50 de zile.

Principii active. Ulei volatil (bogat în citral, acetat de geranil), substanţe amare, tanin, acid cafeic.

Acţiune farmacologică. Antispastic; carminativ; coleretic-colagog; stimulent al digestiei.

Recomandări majore. Colite spastice, balonări.

Alte recomandări. Diskinezie biliară; dispepsii, atonie gastrică.



Mod de administrare. Infuzie (1 linguriţă la cană), 1—2 căni pe zi, după mesele principale.
Intră în compoziţia ceaiului gastric calmant.

ISOPUL

HYSSOPUS OFFICINALIS L. — FAM. LABIATAE

Fr.: Hysope; G.: Ysop; M.: Izsóp; R.: Issop.

Subarbust de cultură cu aspect tufos, lignificat la bază, înalt pînă la 60—80 cm, cu tulpini muchiate, frunze opuse, liniar-lanceolate, lungi de 2—4 cm şi înguste de 2—8 mm, aproape sesile, glabre, flori albastre, roz sau albe, cu staminele mult ieşite în afară, cu ambele buze puternic răsfrînte şi adînc divizate, grupate în inflorescenţe spiciforme, alcătuite din dichazii cu cîte 7—9 flori aşezate la subsuoara frunzelor superioare.
Partea utilizată. Partea aeriană (Herba Hyssopi) — VI—IX (2—3 recoltări).
Ecologie, zonare. Isopul este o plantă cu temperament de lumină; are cerinţe mari faţă de căldură, dar rezistă şi la geruri aspre dacă solul este acoperit, este puţin pretenţios faţă de umiditate(mai ales în anul II) şi sol, putînd fi folosit şi pentru lucrări antierozionale, fixarea nisipurilor mobile, taluzurilor. Fiind o plantă ornamentală se recomandă a fi cultivată în parcuri şi spaţii verzi, îndeosebi în Oltenia (jud. Dolj, Olt), Muntenia (jud. Giurgiu, Teleorman, sudul jud. Buzău şi Prahova), Cîmpia de Vest.
Tehnologia de cultură. Premergătoare — leguminoase pentru boabe, cereale de toamnă. **Îngrăşăminte** — 60—80 kg/ha fosfor şi 30—40 kg/ha potasiu încorporate la arătura de toamnă, 50—70 kg/ha azot dat primăvara. **Pregătirea terenului** — 1—2 discuiri, arătură adîncă la 28—30 cm, în pragul iernii, lucrări grădinăreşti cu combinatorul şi nivelare. **Însămînţare** — cu semănătoarea SUP-21 sau SUP-29 echipată cu distribuitor pentru seminţe mici, la 50 cm interval şi 2—3 cm adîncime, cu 8—10 kg sămînţă la hectar. **Lucrări de întreţinere** — plivit imediat ce se observă rîndurile, 2—3 praşile mecanice şi tot atîtea manuale în fiecare an de vegetaţie, pînă în anul V; după fiecare recoltare se prăşeşte mecanic între rînduri. **Recoltare** — la 8—12 cm de la colet, cînd plantele au 10—12% flori, cu Windroverul; se repetă de 2—3 ori la intervale de 45—50 de zile.
Principii active. Ulei volatil, flavone, substanţe amare, tanin.
Acţiune farmacologică. Expectorant foarte activ; tonic amar; hipotensor; antilitiazic; antiseptic şi cicatrizant.



Recomandări majore. Bronşite (inclusiv în cele cu senzaţii de sufocare), astm.
Alte recomandări. INT. — Anorexie; hipertensiune; calculoză renală şi biliară. EXT. — Răni (inclusiv cele purulente).
Mod de întrebuinţare. INT. — Infuzie (1 linguriţă la cană), 2—3 căni pe zi. EXT. — Băi sau comprese cu infuzie concentrată (1 lingură la 100 ml apă).
Intră în formula ceaiurilor antiastmatic, pectoral, sudorific.

MENTA

MENTHA PIPERITA (L.) HUDS. — FAM. LABIATAE

Fr.: Menthe poivrée; G.: Pfefferminze; M.: Borsos menta; R.: Miata perecinaia.

Menta este o plantă perenă de cultură cu miros aromat caracteristic, înaltă de 50—120 cm, puternic ramificată chiar de la bază, tulpina în 4 muchii evidente, cu frunze opuse, oval-lanceolate, flori violacee asimetrice, cu 4 lobi din care unul mai mare, grupate într-o inflorescență spiciformă alcătuită la rîndul ei din mai multe cime. **Partea utilizată.** Frunzele (Folium Menthae) — VII—IX (2 recoltări).

Ecologie, zonare. Temperatura ridicată este factorul determinant al conținutului în ulei volatil al mentei. Este o specie de lumină, cu cerințe ridicate față de umiditate pînă la butonizare, dar, după prima recoltare, excesul acesteia (mai ales apa care stagnează) îi este dăunător. Se dezvoltă optim pe soluri ușoare, afînate, bogate, fiind foarte bune cele aluvionare, turboase sau cele din locuri desecate. Zone foarte favorabile: Cîmpia de Vest, a Olteniei (jud. Olt, Dolj), Burnazului, Bărăganului, Dobrogei; zone favorabile: Țara Bîrsei (partea de est a jud. Brașov și cea de vest a jud. Covasna), sudul și centrul Moldovei (jud. Galați, Vrancea, Bacău, Neamț).

Tehnologia de cultură. Premergătoare — borceaguri pentru fîn, leguminoase pentru boabe, cerealе de toamnă, prășitoare neoleaginoase, legume timpurii. **Îngrășăminte** — fosfor — 50—80 kg/ha și potasiu 35—50 kg/ha la arătura de bază; azot 50—60 kg/ha la desprimăvărare, pe zăpadă. **Pregătirea terenului** — discuire la 10—12 cm și arătură de bază la adîncimea de 28—30 cm; înaintea plantării nivelare și lucrare cu combinatorul. **Plantare** — toamna, în ultima decadă a lunii septembrie, cu 1000—1200 kg/ha stoloni fasonați, așezați orizontal în șir continuu, în rigole, la intervale de 70 cm și adîncimea de 12—15 cm (numai cînd condițiile nu o permit, toamna, se poate face și primăvara). **Lucrări de întreținere** — erbicidare cu Gesagard 50; lucrare cu cultivatorul între rînduri la 8—10 cm adîncime, imediat după răsărire, plivit, 4—5 prașile. **Recoltare** — manual prin strujire pentru obținerea unui produs de calitate superioară; recoltarea întregii



părți aeriene la 7—8 cm de la sol. După uscare, prin prelucrare, se obține spărtură de frunză.

Principii active. Ulei volatil cu mentol, tanin, flavonoide, polifenoli, principii amare.

Acțiune farmacologică. Stimulent general al funcției digestive; antiseptic intestinal; antidiareic; antispasmodic; antivomitiv; carminativ; coleretic-colagog; nervin; diuretic și antilitiazic; antitusiv.

Recomandări majore. Diaree (îndeosebi la sugari); colici intestinale.

Alte recomandări. INT. — Atonia stomacului („stomacuri leneșe"); vomă (gravide, rău de mare, rău de înălțime); balonări, aerofagie; diskinezie, litiază biliară; afecțiuni renale, inclusiv litiază; astenii fizice și nervoase; tuse de diferite etiologii. EXT. — Debilitate, astenie; dureri reumatice; urticarii; răgușeală, guturai.

Mod de administrare. INT. — Infuzie (1—2 linguriță la cană), 1—2 căni pe zi; ca antivomitiv se bea rece și în înghițituri mici. EXT. — Băi tonice (cu 2 litri infuzie concentrată cu 30—40 g la litru ce se adaugă în apa de baie sau cu 3—5 g dintr-un amestec în părți egale de ulei de mentă și alcool); fricțiuni antireumatismale și în urticarii (ulei de mentă 5% în alcool); inhalații (cu ulei picurat peste apă fierbinte sau chiar cu infuzie fierbinte). Intră în formula ceaiurilor antiastmatic, anticolitic, antidiareic, gastric, hepatic.

GHINȚURA ALBASTRĂ

GENTIANA ASCLEPIADEA L. — FAM. GENTIANACEAE

Fr.: Gentiane; G.: Enzian; M.: Fecsketárnics; R.: Goreciavka lastovennaia.

Ghințura albastră, cunoscută și sub numele de Lumînărica pămîntului, este o plantă ierboasă perenă, înaltă de 40—80 cm, cu frunze ovale opuse, dispuse seriat, flori albastre, pe tipul 5, în formă de clopot, așezate la subsuoara frunzelor.

Partea utilizată. Rădăcinile și rizomii (Radix Gentianae asclepiadeae) — VIII—X.

Ecologie, răspîndire. Specie de umbră sau semiumbră, cu cerințe ridicate față de umiditate, crește pe văioage umede, la margini de poieni sau păduri, în zona montană, pe versanții umbriți ai dealurilor, coborînd pînă la 400—500 m, în tot arcul carpatic.

Recoltare. Cu cazmaua sau sapa.

Principii active. Principii amare (gentiopicrină, gentioamarină, amarogentină), ulei volatil, alcaloidul gentianină, tanin.

Acțiune farmacologică. Stimulent puternic al secrețiilor salivare și gastrice; antihelmintic; coleretic-colagog; antipiretic și antimalaric.

Recomandări majore. Gastrită hipoacidă, tulburări dispeptice.

Alte recomandări. Anorexie; stări de debilitate la copii; diskinezie biliară, colecistite; helmintiaze; maladii febrile (inclusiv malarie).

Mod de administrare. Infuzie sau decoct (1/2 linguriță la cană), cîte 1/4 cană înainte de mese; tinctură (20 g macerate 7—8 zile în 100 ml alcool), cîte 5—10 picături înainte de mese pentru copii, iar pentru adulți 15—20 picături; pulbere (0,2—2 g/zi); sirop tonic pentru copii (macerat la cald, din 1 lingură de plantă cu 150 ml apă în clocot timp de 6 ore, se strecoară, se adaugă 250 g zahăr și se fierbe pînă capătă consistență siropoasă; se iau 3—4 linguriițe pe zi, înainte de mese).

Intră în formula ceaiului tonic-aperitiv.





ALBĂSTRELELE

CENTAUREA CYANUS L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Bleuet; G.: Kornblume; M.: Büzavirág; R.: Vasilek sinii.

Plantă anuală, erectă, înaltă de 0,5—1 m, cu frunze alterne, liniare, lungi de 8—9 cm şi înguste de 4—9 mm, cu peri mătăsoşi, flori albastre în antodii globuloase terminale.
Partea utilizată. Inflorescenţele — impropriu „flori" (Flores Cyani cum receptaculis) — VII—VIII.
Ecologie, răspîndire. Buruiană de culturi, tipică pentru semănăturile de grîu şi de secară, uneori creşte şi pe marginea drumurilor şi prin locuri uscate şi pietroase în regiunea de cîmpie şi de deal din întreaga ţară.
Recoltare. Inflorescenţele se rup întregi cu pedunculul sub 1 cm.
Principii active. Principii amare, tanin, glicozidul cicorina, mucilagii, antocianidine, săruri de potasiu.
Acţiune farmacologică. Diuretic uşor; calmant şi antiseptic ocular; tonic-amar; antidiareic.
Recomandări majore. Conjunctivite, iritaţii şi înroşiri al pleoapelor (în uz extern).
Alte recomandări. Afecţiuni ale aparatului urinar (în special în amestec cu alte specii); reumatism; anorexie; diaree benignă.
Mod de întrebuinţare. INT. — Infuzie (1/2 linguriţă la cană) care se bea în 2—3 reprize. EXT. — Băi de ochi sau comprese cu infuzie (1 linguriţă la cană).
Intră în compoziţia ceaiului diuretic 2.



CICOAREA

CICHORIUM INTYBUS L. — FAM. COMPOSITAE

Fr.: Chicorée sauvage; G.: Wegwarte; M.: Katángkóró; R.: Ţikorii abîknavennîi.

Specie erbacee perenă, cu rozetă bazală de frunze alungite şi neregulat crestate, tulpină ramificată, înaltă de 0,3—1 m, cu frunze mici, inflorescenţe terminale şi axilare cu flori ligulate albastre-azurii.
Partea utilizată. Rădăcinile (Radix Cichorii) — IX—XI; partea aeriană (Herba Cichorii) — VII—VIII.
Ecologie, răspîndire. Specie foarte răspîndită la noi în ţară, cicoarea creşte în păşuni şi fîneţe, pe marginea drumurilor, a căilor ferate şi şanţurilor, a culturilor, în locuri necultivate, din zona de cîmpie pînă în cea montană.
Recoltare. Partea aeriană se taie în prima perioadă a înfloririi, cu tot cu rozeta bazală; rădăcinile se scot cu cazmaua.
Principii active. Glicozidul cicorină, inulină, aminoacizi esenţiali, acid cicoric, un principiu amar (lactucina), tanin, ulei volatil.
Acţiune farmacologică. Coleretic-colagog, prin stimularea activităţii ficatului şi a eliminării bilei pe care o şi fluidifică; tonic-amar, uşor laxativ (îndeosebi rădăcina); depurativ: favorizează funcţia glicogenetică a ficatului şi calmează setea caracteristică a diabeticilor.
Recomandări majore. Diskinezie biliară, colecistopatii.
Alte recomandări. Anorexie; constipaţie (îndeosebi provocată de afecţiuni hepatice); furunculoză; acnee; diabet.
Mod de întrebuinţare. Infuzie (1—2 linguriţe la cană), 2 căni pe zi.
Partea aeriană intră în compoziţia ceaiului depurativ, iar rădăcina în pulberea laxativ-purgativă.



INDEX DE DENUMIRI POPULARE ROMÂNEȘTI

Afinul 176
Albăstrelele 226
Anasonul 84
Anghinarea 200
Armurariul 202
Arnica 148
Brusturele 198
Busuiocul 98
Cașul popii 174
Cătina 118
Cerențelul 122
Chimionul 82
Cicoarea 228
Cimbrișorul 190
Cimbrul de cultură . . 192
Cimbrul de grădină . . 186
Ciuboțica cucului . . . 132
Ciresul 72
Ciuinul alb 56
Ciuinul roșu 58
Coacăzul negru 160
Coada calului 16
Coada racului 120
Coada șoricelului . . . 102
Coriandrul 86
Crușinul 80
Dudul 32
Fasolea 76
Feniculul 130
Fragul 68
Frasinul 44
Gălbenelele 150
Ghimpele 46
Ghințura albastră . . . 224
Ghințura galbenă . . . 138
Hameiul 34
Holera 46
Iarba mare 140
Ienupărul 20
Inul 208
Ipcărigea 56
Isopul 220
Izma bună 222
Jneapănul 18
Levănțica 216
Lemnul dulce 206
Lichenul de Islanda . . 14
Lichenul de piatră . . . 14
Luminărica 134
Luminărica pământului . 224
Macul roșu de cimp . 158
Măceșul 162
Măghiranul 96
Mătăciunea 218
Menta 222
Merișorul 178
Mesteacănul 22
Murul 66
Mușețelul 10
Muștarul alb 11
Muștarul negru 11
Nalba de cultură . . . 17
Nalba de grădină . . . 17
Nalba mare 7
Nalba mică 17
Negelarița 19
Nucul 2
Obligeana 9
Odoleanul 19
Osul iepurelui 16
Păducelul 6
Păpădia 15
Pătlagina 13
Pelinul 14
Pinul montan 1
Pirul medicinal 5
Plămînărica 18
Plopul negru 2
Podbalul 14
Porumbarul 7
Porumbul 4
Răchitanul 16
Răscoagea 16
Reventul 4
Roinița 9
Rostopasca 16
Salcia 3
Salcîmul 7
Salvia 18
Săpunarița 5
Sburătoarea 16
Scaiul vînăt 21
Schinelul 15
Socul 10
Stejarul 2
Stînjenelul 21
Sulfina 15
Sunătoarea 11
Șovîrvul 18
Talpa gîștei 18
Tarhonul 14
Tătăneasa 21
Teiul 12
Traista ciobanului . . . 6
Trei frați pătați 11
Troscotul 8
Turița mare 12
Tintaura 19
Ungurașul 9
Urzica 3
Urzica moartă albă . . 9
Valeriana 19
Vișinul 7
Viscul 3
Volbura 8
Zmeurul 6

INDEX DE DENUMIRI ȘTIINȚIFICE

Achillea millefolium . . 102
Acorus calamus 52
Agrimonia eupatoria . . 124
Agropyron repens . . . 50
Althaea officinalis . . . 78
Althaea rosea var. nigra . 170
Arctium lappa 198
Arnica montana . . . 148
Artemisia absinthium . 142
Artemisia dracunculus . 141
Betula verrucosa . . . 22
Brassica nigra 112
Calendula officinalis . . 150
Capsella bursa-pastoris . 60
Carum carvi 82
Centaurea cyanus . . . 226
Centaurium umbellatum . 194
Cerasus sp. 72
Cetraria islandica . . . 14
Chamaenerion angustifolium 168
Chelidonium majus . . 108
Cichorium intybus . . . 228
Cnicus benedictus . . . 152
Convolvulus arvensis . . 88
Coriandrum sativum . . 86
Crataegus sp. 62
Cynara scolymus . . . 200
Dracocephalum moldavica 218
Equisetum arvense . . 16
Eryngium planum . . . 210
Foeniculum vulgare . . 130
Fragaria vesca 68
Fraxinus excelsior . . . 44
Gentiana asclepiadea . . 224
Gentiana lutea 138
Geum urbanum 122
Glycyrrhiza glabra . . . 206
Gypsophila paniculata . 56
Hippophaë rhamnoides . 118
Humulus lupulus . . . 34
Hypericum perforatum . 116
Hyssopus officinalis . . 220
Inula helenium 140
Iris germanica 212
Juglans regia 26
Juniperus communis . . 20
Lamium album 92
Lavandula angustifolia . 216
Leonurus cardiaca . . . 182
Linum usitatissimum . . 208
Lythrum salicaria . . . 166
Majorana hortensis . . 96
Malva glabra 172
Malva neglecta 174
Marrubium vulgare . . 90
Matricaria chamomilla . 104
Melilotus officinalis . . 126
Melissa officinalis . . . 94
Mentha piperita 222
Morus sp. 32
Ocimum basilicum . . . 98
Ononis spinosa 164
Origanum vulgare . . . 188
Papaver rhoeas 158
Phaseolus vulgaris . . . 76
Pimpinella anisum . . 84
Pinus montana 18
Plantago sp. 136
Polygonum aviculare . . 40
Populus nigra 26
Potentilla anserina . . . 120
Primula officinalis . . . 132
Prunus spinosa 70
Pulmonaria officinalis . 180
Quercus sp. 24
Rhamnus frangula . . . 80
Rheum sp. 42
Ribes nigrum 160
Robinia pseudacacia . . 74
Rosa canina 162
Rubus fruticosus . . . 66
Rubus idaeus 64
Salix sp. 30
Salvia officinalis . . . 184
Sambucus nigra 100
Saponaria officinalis . . 58
Satureja hortensis . . . 186
Silybum marianum . . . 202
Sinapis alba 110
Symphytum officinale . 214
Taraxacum officinale . . 154
Thymus serpyllum . . . 190
Thymus vulgaris 192
Tilia sp. 128
Tussilago farfara . . . 146
Urtica dioica 36
Vaccinium myrtillus . . 176
Vaccinium vitis-idaea . . 178
Valeriana officinalis . . 196
Verbascum sp. 134
Viola tricolor 114
Viscum album 38
Xanthium spinosum . . 46
Zea mays 48

INDEX DE DENUMIRI ÎN LIMBA FRANCEZĂ

Absinthe 142
Acore aromatique . . . 52
Agripaume 182
Aigremoine 124
Airelle myrtille 176
Airelle rouge 178
Anis 84
Ansèrine 120
Argentine 120
Argousier 118
Arnica 148
Artichaut 200
Aubépine 62
Aunée officinale . . . 140
Bardane 198
Basilic 98
Benoît 122
Bleuet 226
Bois doux 206
Bouillon blanc 134
Bouleau 22
Bourdaine 80
Bourse-à-pasteur . . . 60
Bugrane 164
Camomille commune . . 104
Cassis 160
Cerisier 72
Chardon benit 152
Chardon Marie 202
Chélidoine 108
Chêne 24
Chicorée sauvage . . . 228
Chiendent 50
Consoude 214
Coquelicot 158
Coriandre 86
Cumin des prés 82
Eglantier 162
Estragon 144
Fenouil 130
Fraisier 68
Framboisier 64
Frêne 44
Genévrier commun . . . 20
Gentiane 138, 224
Grande ortie 36
Griottier 72
Gui 38
Guimauve 78
Haricot 76
Houblon 34
Hysope 220
Iris 212
Lamier blanc 92
Lampourde 46
Lavande 216
Lichen d'Islande 14
Lin 208
Liseron des champs . . 88
Maïs 48
Marjolaine 96
Marrube blanc 90
Matricaire 104
Mauve 172
Mauve arborée 170
Melilot 126
Mélisse 94
Mélisse de Moldavie . . 216
Mélisse turque 218
Menthe poivrée 222
Millefeuille 102
Millepertuis 116
Moutarde blanche . . . 110
Moutarde noir 112
Mûre 66
Mûrier 32
Noyer 26
Origan 188
Osieur fleuri 168
Panicaut plane 210
Pavot rouge 156
Pensée sauvage 114
Peuplier noir 28
Petit centaurée 194
Petit mauve 174
Pin de montagne . . . 18
Pisenlit 154
Plantaine 136
Prêle 10
Primevère 132
Prunellier 70
Pulmonaire 180
Queue-de-cheval . . . 16
Réglisse 206
Renouée 40
Rhubarbe 42
Robinier 74
Ronce 64
Rose trémière 170
Salicaire 166
Saponaire d'Orient . . 56
Saponaire officinale . . 58
Sariette 186
Sauge 184
Saule 30
Serpolet 192
Souci 158
Sureau 100
Thym 190
Tilleul 128
Tussilage 140
Valériane 196

INDEX DE DENUMIRI ÎN LIMBA GERMANĂ

Ackerschachtelhalm . . 16
Ackerwinde 88
Alant 140
Anis 84
Artischocke 200
Baldrian 196
Basilic 98
Beinwell 214
Benediktenkraut . . . 122
Benedikterkraut 152
Berg-Föhre 18
Bergwohlverleih 148
Birke 22
Blut-Weiderich 166
Bohne 76
Bohnenkraut 186
Brombeere 66
Citronen-Melisse . . . 94
Distel 46
Dornige Spitzklette . . . 46
Dost 188
Echte Kamille 104
Eibisch 78
Enzian 138, 224
Esche 44
Estragon 144
Faulbaum 86
Feldthymian 190
Fenchel 130
Feuer Mohn 158
Flachblättrige Männertreu 210
Gänsefingerkraut . . . 120
Garten Thymian 192
Gelber Steinklee 126
Gemeine Käsepappel . . 174
Gemeine Robinie . . . 74
Gemeines Seifenkraut . 58
Gemeines Unholdenkraut 168
Grosse Brennessel . . . 36
Hauhechel 164
Heidelbeere 176
Herzgespann 182
Himbeere 64
Hirtentäschel 60
Holunder 100
Hopfen 34
Huflattich 146
Hunds Rose 162
Iris 212
Isländisches Moos . . . 14
Johanneskraut 116
Kalmus 52
Klette 198
Königskerze 134
Koriander 86
Kornblume 226
Kukuruz 48
Kultur Käsepappel . . . 172
Kümmel 82
Lavendel 216
Lein 208
Linde 128
Löwenzahn 154
Lungenkraut 180
Mariendistel 202
Maulbeerbaum 32
Nussbaum 26
Odermennig 124
Pappelrose 170
Pfefferminze 222
Preisselbeere 178
Quecke 50
Quendel 190
Rhabarber 42
Rispiges Gypskraut . . 56
Ringelblume 150
Salbei 184
Sanddorn 118
Sauerkirsche 72
Schafgarbe 102
Schlehdorn 70
Schlüsselblume 132
Schöllkraut 108
Schwarze Johanisbeere . 160
Schwarzer Senf 112
Schwarzpappel 28
Silber Weide 30
Stiefmütterchen 114
Stiel-Eiche 24
Stockrose 170
Süssholz 206
Tausendguldenkraut . . 194
Türkische Melisse . . . 218
Vogelkirsche 72
Vogelknöterich 40
Vogelmistel 38
Wacholder 20
Wald-Erdbeere 68
Wegerich 136
Wegwarte 228
Weissdorn 62
Weisse Taubnessel . . . 92
Weisser Andorn 90
Weisser Senf 110
Wermut 142
Wohlgemut 188
Wurstkraut 96
Ysop 220

INDEX DE DENUMIRI ÎN LIMBA MAGHIARĂ

Árticsóka 200
Bab 76
Bazsalikom 98
Benedekfü 152
Bojtorján 198
Boróka 20
Borsos menta 222
Buglyós dercefü 56
Búzavirág 226
Cickafarkkóró 102
Citromfü 94
Cseresnyefa 72
Csombord 186
Diófa 26
Édes kömény 130
Edesgyöker 206
Eperfa 32
Erdei deréce 168
Erdei szamóca 68
Fecsketárnics 224
Fehér akác 74
Fehér árvacsálan 92
Fehér fagyöngy 38
Fehér füz 30
Fehér mustár 110
Fehér üröm 142
Fekete áfonya 176
Kekete bodza 100
Fekete mustár 112
Fekete nadálytö 214
Fekete nyárfa 28
Fekete ribizke 160
Füzény 166
Galagonya 62
Gyepü rózsa 162
Gyömbérgyökér 122
Gyöngyajak 182
Hamvas szeder 66
Harśfa 128
Hegyi arnika 148
Homoktövis 118
Izlandi zuzmó 14
Izsóp 220
Katángkóró 228
Kék iringó 210
Keleti anizs 84
Kerek levelü mályva . . 174
Kerti kakukkfü 192
Kerti sárkányfü 218
Kis ezerjofü 194
Kocsányos tölgy 24
Koriánder 86
Kökény 70
Köménymag 82
Komló 34
Körömvirag 150
Közönséges nyirfa . . . 22
Kutyabenge 80
Len 208
Libapimpó 120
Liliom 212
Lókörmü martilapu . . 146
Magas köris 44
Majoránа 96
Málna 64
Mályvarózsa 170
Máriatövis 202
Meggyfa 72
Mehfü 94
Mezei macskagyökér . . 196
Mezei szulák 88
Mezei zsurló 16
Nagy csalán 36
Ökörfarkkóró 134
Orbáncfü 116
Orvénygyökér 140
Orvosi kálmos 52
Orvosi kankalin 132
Orvosi pemetefü 90
Orvosi somkóró 126
Orvosi székfü 104
Orvosi ziliz 78
Orvosi zsálya 184
Papsajt 172
Pásztortaska 60
Paszuly 76
Patika parlófü 124
Pongyola pitypang . . . 154
Porcsinfü 40
Rebarbara 42
Szagos levendula 216
Szappanfü 58
Szerbtövis 46
Szurokfü 188
Tarackbúza 50
Tárkony 144
Tárnics 138
Törökbúza 48
Törpefenyö 18
Tövises iglic 164
Tüdöfü 180
Utifü 136
Vadárvácska 114
Vadkakukkfü 190
Vérehulló fecskefü . . . 108
Vetési pipacs 158
Vörös áfonya 178

INDEX DE DENUMIRI ÎN LIMBA RUSĂ

Ablepiha krușinovidnaia . 118
Aduvancik lekarstvennîi . 154
Air 52
Akopnik lekarstvennii . 214
Altei lekarstvennîi . . . 78
Amela belaia 38
Anis 84
Arch gretkii 26
Arnica gornaia 148
Asakori 28
Bazilik kamfornîi . . . 98
Bereza pavislaia 22
Boiarișnik adnopesticinîi . 62
Brusnika 178
Buzina ciornaia 100
Ciaber sadovîi 186
Ciernica abîknavennaia . 176
Cistatel balșoi 108
Derienik lvolistnîi . . . 166
Deviasil visokii 140
Donnik lekarstvennîi . . 126
Dub 24
Durnișnik igolciatîi . . . 46
Dușița abîknavennaia . 188
Ejevika 66
Fasoli abîknavennaia . 76
Fenheli abîknavennii . 130
Fialka trehțvetnaia . . 114
Gareț pticii 40
Gorcița belaia 110
Gorcița ciornaia 112
Goreciavka jioltaia . . . 138
Goreciavka lastovennaia . 224
Gravilat tarodscoi . . . 122
Hmeli abîknavennii . . 34
Hvoșci palevoi 16
Iaseni visokii 44
Iasnotka belaia 92
Islandski lișainik . . . 14
Issop 220
Iva 30
Ivan ceai 168
Kacim metelciatii . . . 56
Kasatik ghermanskii . . 212
Kiprei uskolistnii . . . 168
Koriandr pasevnoi . . . 86
Koroviac 134
Krapiva dvudomnaia . . 36
Krușcina olhavidnaia . 80
Kukuruza 48
Lapciatka gușinaia . . 120
Lavanda kalasovaia . . 216
Len 208
Lipa 128
Lopuh balșoi 198
Maioran sadovîi 96
Mak samaseika 158
Malina 64
Mati-i-macieha 146
Meduniță lekarstvennaia . 180
Melissa lekarstvennaia . 94
Miata perecinaia 222
Mîlnianka lekarstvennaia . 58
Mojjevelnik abîknavennîi 20
Nogotki 150
Pastușia sumka
abîknavennaia . . . 60
Pervoțvet vesenii . . . 132
Pîrei palzucii 50
Podarojnik 136
Polîni estragon 144
Polîni gorkaia 142
Prasvirnik lesnoi . . . 172
Prasvirnik prenebrejennîi 174
Pustîrnik piatilopastnîi . 182
Repeinicek aptecinîi . 124
Revent tangutskii . . . 42
Robinia lojnoakație . . . 74
Romașka aptecinaia . . 104
Romașka lekarstvennaia . 104
Roza sabacia 162
Salfei lekarstvennii . . 184
Salodka golaia 206
Silibum 202
Sinegolovnik ploskalistnîi 210
Sliva kaliuciaia 70
Smaradina ciornaia . . 160
Sosna koha 18
Stalnik kaliucii 164
Șandra abîknavennaia . 90
Șcitokroza rozovaia . . 170
Timian abîknavennîi . . 192
Timian palzucii 190
Tîsiacielistnic 102
Tmin 82
Tut 32
Țikorii abîknavennii . . 228
Ținara 200
Valeriana lekarstvennaia 196
Vasilek sinii 226
Vișnia abîknavennaia . . 72
Vișnia pticia 72
Viunok 88
Volcieț kudriavii . . . 152
Zalatotisiacinik malii . 194
Zemlianka lesnaia . . . 68
Zmeegalovnik moldavskii 218
Zveroboi abîknavennîi . 116

DICȚIONAR DE TERMENI FITOTERAPEUTICI

ACNEE — erupții (coșuri), îndeosebi pe față, dar și pe umeri, pe partea superioară a toracelui, la tineri.
ALGIE — senzație de durere localizată (ex. nevralgie — de nervi, mialgie — de mușchi ș.a.).
AMENOREE — oprirea menstrelor.
ANACIDITATE — lipsa acidului clorhidric din sucul gastric.
ANAFRODISIAC — inhibant al apetitului sexual exagerat.
ANALGETIC — principiu activ care suprimă sau inhibă temporar durerea.
ANGINĂ — durere datorată unor inflamații acute cu irigare insuficientă a zonei respective (de ex. angina pectorală care se manifestă în zona inimii).
ANOREXIE — lipsa poftei de mîncare.
ANTIDIABETICE — plante cu acțiune hipoglicemiantă, utilizate ca adjuvante în tratamentul diabetului.
ANTIHELMINTICE — cu acțiune împotriva viermilor intestinali (sin. vermifuge).
ANTILITIAZICE — plante care previn și combat formarea calculilor.
ANTIPIRETICE — principii active care combat febra.
ANTISPASTICE — principii active care diminuează sau suprimă durerea.
ANXIETATE — stare de neliniște, teamă, însoțită de palpitații și insomnii.
APERITIV — stimulent al poftei de mîncare.
ARITMIE — tulburare a ritmului cardiac normal.
ASCARICID — vermifug cu acțiune specifică asupra ascarizilor (limbricilor).
ASTRINGENT — principiu activ (de regulă din grupa taninurilor) care produce o stringere a țesuturilor (în general la nivelul capilarelor și orificiilor); în această categorie intră antidiareicele și antihemoragicele).
ATONIE — lipsa tonusului muscular al unui organ.
AZOTEMIE — acumularea în sînge a produșilor azotați degradați.
BALSAMIC — care alină și vindecă rănile.
BLEFARITĂ — inflamarea pleoapelor și a rădăcinii genelor.
BRADICARDIZANT — care duce la rărirea frecvenței contracțiilor inimii.
BRONȘITĂ — inflamarea bronhiilor.
CALCULOZĂ — afecțiune care se manifestă prin depunerea de concrețiuni (calculi) în diverse organe (vezica biliară — c. biliară, rinichi — c. renală, vezica urinară = c. veziculă ș.a.).
CARMINATIVE — specii de plante care favorizează eliminarea gazelor din intestine.
CATAR — stare inflamatorie a unei mucoase interne (digestivă, respiratorie etc.).
CICATRIZANTE — specii de plante care favorizează vindecarea rănilor.
CISTITĂ — inflamație a vezicii urinare.
COLAGOGE — plante stimulente ale contracției vezicii biliare și ale evacuării bilei în intestin.
COLECISTITĂ — inflamație acută sau cronică a vezicii biliare.
COLERETICE — specii care stimulează secrețiile celulei hepatice și prin aceasta volumul de bilă.

COLICĂ — durere abdominală (de ex. renală, hepatică).
COLITĂ — inflamație a intestinului gros.
DECLORURANT — care duce la eliminarea de clorură de sodiu prin urină.
DECONGESTIVE — plante cu efecte de înlăturare sau reducere a congestionării unor țesuturi sau organe.
DEPURATIVE — specii de plante care ajută la eliminarea toxinelor din sînge și din organism, în general.
DISKINEZIE BILIARĂ — tulburare funcțională motorie a căilor biliare care duce la greutăți în scurgerea bilei, însoțite de manifestări dureroase.
DISPEPSIE — tulburare digestivă, dificultate în digerarea alimentelor.
DIURETICE — plante care duc la creșterea cantității de urină eliminată de organism.
DRASTIC — purgativ foarte puternic.
ECHIMOZĂ — vînătaie.
EDEM — acumulare de lichid în spațiul intercelular.
EMENAGOGE — principii active care favorizează apariția ciclului menstrual întîrziat sau suprimat.
EMFIZEM — umflarea unui țesut prin infiltrarea în el a aerului sau a lichidelor seroase.
EMOLIENTE — substanțe care diminuează stările de inflamație ale mucoaselor.
ENTERITĂ — inflamația intestinului subțire.
ESTROGEN — substanță cu acțiune stimulantă asupra organelor și caracterelor sexuale feminine.
EUPEPTICE — plante care ajută la stabilirea unei digestii normale.
EXPECTORANTE — plante care provoacă fluidificarea și eliminarea secrețiilor traheo-bronhice.
FARINGITĂ — inflamația faringelui.
FEBRIFUGE — specii care scad febra.
FLATULENȚĂ — eliminarea gazelor intestinale.
GALACTOGOGE — plante care stimulează secreția de lapte.
GINGIVITĂ — inflamația gingiilor.
GLICOZURIE — simptom al diabetului care constă în prezența glucozei în urină.
HELMINTIAZĂ — boală produsă prin infestarea cu viermi paraziți.
HEMOPTIZIE — pierdere de sînge prin gură care provine dintr-o hemoragie bronhopulmonară.
HEMOSTATIC — care oprește hemoragia.
HIDROPIZIE — retenție de apă în țesuturi.
HIPERTROFIE — mărirea volumului unui organ.
HIPNOTIC — care provoacă somnul.
HIPOGLICEMIANTE — plante care duc la micșorarea glicemiei, cu efecte favorabile în diabet.
HIPOTENSOARE — specii cu acțiune în diminuarea tensiunii arteriale.
INAPETENȚĂ — lipsa poftei de mîncare.
ISCHEMIE — suferință provocată de circulația sanguină deficitară în unele organe (de ex. ischemie cardiacă).
LARINGITĂ — inflamarea laringelui.
LAXATIVE — plante care provoacă o purgație ușoară, fără a irita mucoasa intestinală.
LEUCOREE — scurgere vaginală purulentă (sin. poală albă).
LITIAZĂ — vezi Calculoză.
LITONTRIPTICE — specii care au proprietatea de a mărunți unii calculi, ajutînd la eliminarea lor.
MATURATIV — cu efecte în grăbirea colectării unor abcese, furuncule.
MELENĂ — eliminarea prin scaun a sîngelui provenit dintr-o hemoragie a tubului digestiv.

METEORISM — balonarea abdomenului din cauza acumulării de gaze în stomac sau intestin.
MIGRENĂ — durere de cap.
NARCOTIC — anestezic general.
NERVIN — tonic al sistemului nervos.
NEUROSEDATIV — calmant al sistemului nervos.
NEVRALGIE — senzație de durere.
NEFRITĂ — inflamație rinichiului.
PANARIȚIU — inflamație supurativă a țesuturilor din jurul unghiilor.
PECINGINE — boală a pielii caracterizată prin apariția de vezicule și bule al căror conținut devine purulent, apoi se ulcerează și se acoperă de cruste (sin. impetigo).
PIELITĂ — inflamația bazinetului renal.
PIROZIS — senzație de arsură la nivelul stomacului.
PRURIT — mîncărime de piele.
PSORIAZIS — boală de piele care apare sub formă de pete roșii ce se acoperă de scuame și se extind.
PURGATIVE — materii prime vegetale care determină evacuarea conținutului intestinal.
REVULSIVE — specii de plante care, aplicate extern, produc o congestie locală superficială, avînd ca efect decongestionarea unor organe interne.
SEBOREE — producere accentuată de sebum.
SEDATIV — calmant.
SOPORIFIC — somnifer.
SPASMOLITICE — plante care suprimă spasmele.
STOMACHICE — specii de plante care favorizează digestia.
STOMATITĂ — inflamația mucoasei bucale.
SUDORIFICE — plante care au proprietatea de a mări sudorația, favorizînd scăderea temperaturii și eliminarea toxinelor.
TENIFUGE — specii vermifuge utilizate contra teniei.
TONICE APERITIVE — plante care măresc pofta de mîncare.
TRAHEITĂ — inflamarea traheei.
TRICHOMONOZĂ — boală produsă de protozoarul flagelat parazit Trichomonas vaginalis, caracterizată prin inflamația vaginului.
UREMIE — intoxicație a organismului cu uree și acid uric, datorită nefuncționării normale a rinichiului.
URETRITĂ — inflamarea uretrei.
UTEROTONIC — cu efect de tonifiere a uterului, în special după naștere.
VAZODILATATOR — care produce dilatarea vaselor sanguine.
VERMIFUGE — specii de plante care produc expulzarea viermilor intestinali.
VULNERARE — plante utilizate în uzul extern pentru vindecarea rănilor.

BIBLIOGRAFIE SELECTIVĂ

ALEXAN M. — Minidicționar de plante medicinale; Almanahul Sănătatea, București, 1983.

ALEXAN M. — Ghidul micului culegător de plante medicinale; Recoop, București, 1976.

BOJOR O., ALEXAN M. — Plantele medicinale — izvor de sănătate; Ed. Ceres, București, 1981.

BOJOR O., ALEXAN M. — Plantele medicinale de la A la Z; Recoop, București, 1983.

BÖRNGEN S. — Pflanzen helfen heilen; Ed. Volk und Gesundheit, Berlin, 1981.

BORZA AL. — Dicționar etnobotanic; Ed. Academiei, București, 1968.

BRAUN H. — Heilpflanzen-Lexicon für Ärzte und Apotheker; Ed. Gustav Fischer, Stuttgart—New York, 1978.

BUTURĂ V. — Enciclopedie de etnobotanică românească; Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1979.

COICIU E., RACZ G. — Plante medicinale și aromatice; Ed. Academiei, București, 1962.

CONSTANTINESCU C. — Plantele medicinale în apărarea sănătății (ed. a III-a); Recoop, București, 1971.

CONSTANTINESCU D. GR., BOJOR O. — Plantele medicinale; Ed. Medicală, București, 1969.

CONSTANTINESCU D. GR., CONSTANTINESCU C. — Formular fitoterapeutic; Ed. Ministerului Sănătății și Prevederilor Sociale, București, 1958.

CONSTANTINESCU D. GR., HAȚIEGANU ELENA — Plantele medicinale; Ed. Medicală, București, 1979.

CRĂCIUN FL., BOJOR O., ALEXAN M. — Farmacia naturii, vol. I—II; Ed. Ceres, București, 1976—1977.

CRĂCIUN FL., CONSTANTINESCU A. — Plante medicinale și aromatice cultivate; Centrocoop, București, 1969.

CSEDŐ K. FUZI I., GIURGIU M., KISGYÖRGY Z., LAZA A., RACZ G. — Plantele medicinale și condimentare din județul Harghita; Tg. Mureș, 1979.

DEBUIGNE G. — Dictionnaire des plantes qui guérissent; Ed. Larousse, Paris, 1972.

DOBRESCU D. — Farmacoterapie; Ed. Medicală, București, 1981.
GRIGORESCU E., STĂNESCU U. — Farmacognozie, vol. I—III; Ed. I.M.F., Iași, 1974—1977.
HERAUD A. — Nouveau dictionnaire des plantes médicinales; Ed. Librairie Baillière et Fils, Paris, 1932.
IONESCU-STOIAN ST., SAVOPOL E. — Extracte farmaceutice vegetale; Ed. Medicală, București, 1977.
KROCHMAL A., WALTERS R., DOUGHTY R. — A guide to medicinal plants of Appalachia; Ed. U. S. Department of Agriculture, Washington, 1971.
LAZA A., RACZ G. — Plante medicinale și aromatice; Ed. Ceres, București, 1975.
MOCANU ȘT., RĂDUCANU D. — Plantele medicinale în terapeutică; Ed. Militară, București, 1983.
NIKITOCIKIN T. — Lekarstvennie rastenia; Ed. Izobrazitelnoe iskustvo, Moscova, 1977.
PAHLOW M. — Heilpflanzen Kompass; Ed. Gräfe und Unzer, München, 1981.
PETCU P., ANDRONESCU E., RADU A., BEDELEANU D., ȚĂRMURE C., BORZA V. — Cercetări biochimice asupra speciei Xanthium spinosum L.; Lucrările celui de al VII-lea Congres Național de Farmacie, București, 1979.
POPESCU M. — Galenoterapia; Ed. Presa, București, 1943.
SCHADEWALDT H., KNEFELI U., BOSSARD E. SCHULTES R. E., VONARBURG B., DAEMS W. — Heilpflanzen und ihre Kräfte; Ed. Lingen, Köln, 1978.
SCHNEIDER E. — La santé par les aliments; Ed. SdT, Demmarie les Lys, 1975.
TODOR I. — Mic atlas de plante din flora R.S.R.; Ed. Didactică și Pedagogică, București, 1968.
VALNET J. — Aromathérapie; E. Maloine, Paris, 1972.
* * * — Dicționar medical, vol. I—II; Ed. Medicală, București, 1969.
* * * — Farmacopeea română, ed. a IX-a; Ed. Medicală, București, 1969.
* * * — Flora R.P.R. — R.S.R., vol. I—XIII; Ed. Academiei, București, 1952—1977.

Tiparul executat la Tipografia BUCUREȘTII-NOI