



# GYÓGYNÖVÉNYEK GYÓGYÍTÓ HATÁSAI

# Ánizs

- A köménymagra emlékeztető, de annál erősebb szagú, édesen aromás ízű fűszer.
- Gyógyhatásai:
  - étvágyjavító,
  - emésztést serkentő,
  - vértisztító,
  - hurutoldó,
  - idegerősítő,
  - felfúvódást szüntető,
  - gyomor-, bél- és epebántalmak elleni szer
  - tetvek ellen is használják



# Árnika

- Sárga színű, kétszikű, lágy szárú növény; Magyarországon védett, szedése engedélyhez kötött; természetvédelmi értéke 10.000 Ft.
- Virága és a gyökere erős és kellemetlen fűszerszagú, keserű-csípős ízű
- Gyógyhatásai:
  - afta,
  - baleseti eredetű izom- és ízületi panaszok: rándulások, ficamok, húzódások, zúzódások,
  - vérömlenyek,
  - csípések,
  - csonttörések,
  - fogínygyulladás,
  - reuma, reumatikus izom- és ízületi fájdalmak,
  - száj és torok nyálkahártyájának sérülései, gyulladásai ellen



# Citromfű

- Kellemes, citromra emlékeztető illatú, fehér virágú, évelő növény
- Gyógyhatásai:
  - ajakherpesz,
  - álmatlanság, alvászavarok,
  - Alzheimer-kór,
  - lassú emésztés, felfúvódás, puffadás, teltségérzet, szélgörcs, gyomorgörcsök, bélgörcsök
  - fogínygyulladás,
  - idegi eredetű gyomor- és bélpanaszok,
  - idegi eredetű szívpanaszok, szívdobogás,
  - nyugtalanság,
  - sebek, felületi sérülések,
  - száj és torok nyálkahártyájának sérülései, gyulladásai ellen



# Csalán

- Az egyik legismertebb gyom- és gyógynövény, kb. 50-150 cm magas, a rajta lévő csalánszőrök hangyasavat tartalmaznak, ezért érintése fájdalmas
- Gyógyhatásai:
  - akne, pattanásos bőr,
  - alsó húgyút gyulladások,
  - lassú emésztés, felfúvódás, puffadás, teltségérzet, szélgörcs, gyomoreredetű rosszulletek, gyomorgörcsök, bélgörcsök, émelygés, hányinger
  - égési sérülések, forrázások,
  - hajhullás, korpásodás, fokozott zsírosodás,
  - jóindulatú prosztatamegnagyobbodás,
  - köszvény,
  - reuma, reumatikus izom- és ízületi fájdalmak,
  - sebek, felületi sérülések,
  - vesehomok megelőzésére



# Gyermekláncfű

Más néven pongyola pitypang vagy cserbóka; repülőszőrös magja a gyermekek kedvelt játéka. Neve is a gyermekjátékokból ered: száras virágait gyakran összefűzik, és nyakláncként vagy fejdíszként hordják.

- Gyógyhatásai:
  - csökkent epetermelés, elégtelen epeműködés
  - cukorbetegség,
  - lassú emésztés, felfúvódás, puffadás, teltségérzet, szélgörcs,
  - étvágytalanság,
  - vesehomok megelőzésére, vesekő megelőzésére



# Kakukkfű

- Népies nevei: balzsamfű, démutka, kakucskafű, kerti kakukkfű, mezei kakukkfű, timián, tömjénfű, töményfű vagy vadcsombor.
- Gyógyhatásai:
  - akut hörghurut, asztmás rohamok, felső légúti hurut, produktív (váladéktermeléssel járó) köhögés
  - gyulladás,
  - fogfájás,
  - gyomor- és bélhurut, hasmenés,
  - sebek, felületi sérülések,
  - száj és torok nyálkahártyájának sérülései, gyulladásai,
  - szamárköhögés,
  - étvágytalanság ellen használatos



# Körömvirág

- Az ókor óta ismert és használt gyógynövény, több hónapon keresztül virágzik, jellegzetes sárga színe van
- Gyógyhatásai:
  - aranyeres panaszok,
  - csonttörések,
  - fekélyek,
  - felfekvések,
  - ficamok,
  - égési sérülések, forrázások,
  - kelések, repedések, sebek, felületi sérülések,
  - száj és torok nyálkahártyájának sérülései, gyulladásai, torokgyulladás,
  - visszeres panaszok esetén javasolt





# Levendula

- Örökzöld, alacsony növésű (40-60 cm), több éves korában félgömb alakú, fásodó szárú félcserje. Virágai kékes-lilás színűek
- Gyógyhatásai:
  - álmatlanság, alvászavarok,
  - égési sérülések, forrázások,
  - idegi eredetű gyomor- és bélpanaszok,
  - nehezen gyógyuló, gyulladt és gennyes sebek,
  - női változókori ideges panaszok (hangulatingadozás, depresszió),
  - Nyugtalanosság ellen javasolt



# Orvosi zsálya

- Ismert még kerti vagy patika zsálya néven is. Évelő örökzöld levelű illatos félcserje, régóta használt gyógynövény és fűszernövény
- Gyógyhatásai:
  - Alzheimer-kór,
  - bakteriális fertőzések,
  - lassú emésztés, felfúvódás, puffadás, teltségérzet, szélgörcs,
  - fogínygyulladás, száj és torok nyálkahártyájának sérülései, gyulladásai,
  - túlzott verejtékezés,
  - Étvágytalanság ellen használt



# Zsurló

- A mezei zsurló egy évelő növény, Székelyföldön, Csík környékén fentőfűnek nevezik.
- Gyógyhatásai:
  - alsó húgyúti bakteriális fertőzések, alsó húgyút gyulladások,
  - reuma,
  - ekcéma,
  - fekélyek,
  - hólyaggyulladás,
  - influenza,
  - köszvény,
  - mellhártyagyulladás,
  - sebek, felületi sérülések,
  - száraz köhögés, torokgyulladás, tüdőgyulladás,
  - vérzések,
  - vérző aranyér,
  - vesehomok megelőzésére, vesekő megelőzésére,
  - visszeres panaszok





KÖSZÖNJÜK A  
FIGYELEMET!