

11% спиритусом. Ротквом се треба лечити више месеци. Не тако јака, али ипак добра и употребљива је и бела ротква, коју треба употребљавати у недостатку црне, каже Е. Мајер.



Ротква

Веће дозе него што су ове наведене могу понекад и отровно деловати, јер надражују бубреге. Лечење ротквом добило је потврде резултатима проф. Ле-мера и његовог ученика Ж. Лепера, којима је доказано дејство екстракта из роткве на повећање контракција жучне бешике и, следствено томе, на лучење жучи и чишћење црева, безболно чак и тамо где је у жучној бешици било камена.

II. АРТИШОКА

Као лек против разних врста жутице — лишће од артишо-ке је успешно применио 1929. год. др Брелфет. То благотворно лековито деловање испитали су доцније многи високи стручња-ци и констатовали да ово лишће не само што утиче на лучење жучи у црева и може да је учетворостручи него делује и на повећање мокрења, па чак може смањити и онај отровни састо-јак у крви који се ту нагомилава под именом уреа.

Нарочито се показао лековитим екстракт из њено(лишћа кад се убризга у вену, мада и узет на уста има исто лековито деловање.

14. ГРОЖЂЕ

У клиникама и добро уређеним болницама са добрим стручњацима — испирање и извлачење жучи врши се помоћу сонде која се увлачи чак у дванаестопалачно црево. Поред дру-гих лекова за ту сврху улива се (кроз ту гумену цев) и 500 гра-ма 10%-ног раствора грожђаног шећера.

У популарној медицини нема ничег погоднијег и бољег од нашег слатког вина, шире — сока од зрелог, добро опраног грожђа. Наша шира је врло добар лек против застоја и недо-волног лучења жучи, тј. против могућег образовања талог у жучној бешици, рђаве радње жучних путева уопште и истовре-мено *болести јетре*, ако она постоји..

15. МАСЛИНА

И нестручњаци знају за примену маслиновог зејтина код болести жучне бешике, жучних грчева, жучних каменчића или песка и уопште напада у области јетре. Маслинов зејтин даје се у количинама од 100 до 200 грама у току неколико часова по овоме рецепту:

Маслиновог зејтина 200 грама

Ментола' 0,5 „

Жуманце од јајета једно

Све заједно измућкати и узети неколико' пута. Против непријатног укуса, после узимања, пити црну кафу.

Деловање овог лека, каже проф. Бахем, тешко је одредити, тј. неки пут се добије добар резултат, а неки пут се то не види. У сваком случају, не треба се при прегледу столице заваравати оним зелено обојвним зрнима која личе на „камичке“, јер то није лсучно камење, већ масно-кисели талог који је добио такав облик зрна од зејтина и масти, и у цревима се уваљао.

Уопште, кад је реч о зејтину, о њему се може рећи много похвала. Он сам има својство да тера на чишћење. Према томе, добар је лек против затвора с грчевима у трбуху, а исто тако и против напада услед талогa, песка или камичака у мокраћним каналима и бубрезима. Истина, он делује споредним путем, али ипак делује: утишавајући грчеве у цревима помаже код грче-ва и запушености жучних путева на тај начин што отвара те пролазе из жучне бешике и јетре. Тиме он, каткад, зауставља напад за неколико минута. Поред унутарње употребе — може се узети дневно до 400, па и 500 грама (ако се улије у стомак и дванаестопалачно црево кроз гумену цев) — зејтин се може употребити и за клистир у дози од 200 до 400 грама.

' Ментол се добија на тај начин што се прво „печењем“ (воденом дестилацијом) биљке нане добија есенција, уље од нане, па ее онда довођењем те есенције на О-С сами кристали из ње издвајају.



Маслина

Против напада, болова у области јетре, може лако да се спреми и овај састав:

Чистог зејтина од маслина 150—400 грама

Коњака (или нашег вињака или

љуте ракије) 15 „

Жуманцета; два

Ментола 0,25 „

или јаког чаја од нане 50

Све то попити у два маха: ујутру ради предохране од напада; или у случају напада у размаку од 1/4 до 1/2 часа

16. КУКУРУЗНА СВИЛА

Смеше за болеснике у граду

Терпентинско уље с етром у односу: 5 грама есенције тер-пентина и 20 грама етра даје се у истим случајевима у којима се даје и зејтин, у дози по 20—30 капи (за слабије и јаче боле-снике); и то три пута дневно пре јела у густом одвару од јечма или у млеку.

Напомена: лек чувати од ватре, јер је етар врло запалљив!

Такозвана Диранова смеша (франц.) направљена је у јачој АОЗИ и садржи: један део есенције терпентина, три дела етра и камфорног зејтина. У случају напада даје се по 15 до 20 капи на шећеру.

Рецепт би био, нпр., овакав:

01. 5 грама

..... 7,5 „

01. 7,5 „

(или двострука количина свих састојака).

Смеша за болеснике у граду и на селу

Као средство за истеривање жучног камења и жучи и као средство за чишћење — препоручује се ова смеша биљних ле-кова по рецепту Фрелиха и Васицког:

Лишћа од љуте нане (Рол. т. рр.)

Лишћа од војвођанске' нане 100 грама

Корена од зечјег трна*) . . . Корена линцуре

Коре од крушине

Помешати. Узима се по 5 кашика те смеше и кува у пет шолла воде (1 литар) сваки пут. Попије се наште и пре јела, шолама — до деловања (столице).

Може се засладити свака шолла одвара засебно.

² Ова врста нане сродна је шумској врсти нане. Култивише се у Мађарској, још више у нашој Војводини.

Видети о тој биљци код болести бубрега

ЖУЧНИ НАПАД И КАМЕН

Како велики број људи, нарочито жена (четири пута више него мушкараца) између 30 и 50 година имају жучне нападе, сматрам за потребно да на крају ове главе кажем неколико речи и о томе како треба помоћи у тим случајевима.

1) Ти напади бивају изненада, врло су јаки и захтевају хитну помоћ и олакшање. Јавља се јак бол испод десног ребар-ног лука, у десној плећки, са стране. Уз то долази до повраћања. Ти болови долазе: а) услед покрета каменчића у бешици или у пролазу; б) услед скупљања, сажимања зидова жучне бешике или канала над каменом који се заглавио у пролазу; в) услед инфекције жучне бешике.

2) Лекови морају бити и СПОЉНИ: топли облози на област жучне бешике (десно испод ребара), или хладни облози, па и лед, ако постоји сумња да је посредни запаљење с повећаном тем-пературом.

Топли облози изазивају притицање крви, проширење крв-них судова и лабављење напона у дубини. Од унутарњих хе-мијских лекова у том моменту нема много користи, јер се они обично поврате. Једино се могу применити лекови који помажу да камичак клизи (кроз пролаз у црева) и омогућују избацивање, а то су зејтин и глицерин. О зејтину смо већ говорили. Гли-церин се узима као и зејтин, али не у тако великој дози, него у много мањој, наиме 10—20—30—40—50 грама. Он привлачи један део воде у црево, разблажује жуч и утишава грчење отвора и улаза у црево. Али се већа доза од ове не сме давати јер може да штоди.

Од других унутарњих средстава поменућемо још опијум. Треба га давати у клизми. Доза му је толико мала да нестручан човек треба да о томе води много рачуна: износи највише 20-капи просте тинктуре опијума за време од 6 до 8 часова. После се та доза, ако болови не престану, може поновити. Али опи-јумске капљице затварају, па је, ако се болови и даље јављају, боље прибећи кодеину, у дози 0,02 грама, и давати га или кроз уста или кроз чмар у задње црево (клизма).

Поред ових лекова морамо поменути већ свима познати I аспирин. И он се овде примењује с успехом, с чајем од нане или с млеком, ако се оно подноси, или с мало киселе воде. (Исто тако антипирин.) На уста или у задње црево. Кад престане пов-раћање, може се узети горка магнезијумова со у количини 16 грама на 100 грама топле воде (по 1—2—3 кашичице ујутру у млакој води, само једанпут). Ако се покаже да је жучни пут запушен потпуно и појави се жутица, која за две или три недеље (па и за месец дана) не пролази, онда је најбољ подврћи се операцији. Значи да се жучни камен код тог болесника не раст-вара, не распада, углавио се и мора се водити операцијом. Да се пак понеки, релативно трошни жучни камен може ипак растворити и распасти, о томе данас нема сумње: то је научно доказано. Да би се њихово распадање помогло, дају се лекови које смо већ навели:

1) Есенција, терпентинско уље. 2) Биљна средства за лучење жучи, наведена у овој глави. 3) Зејтина у дози 20—30 грама сваког јутра, или глицерина по 10 грама исто тако (са соком од лимуна кад се узима зејтин). 4) Салицилат натријума („брат" аспирина), по пола грама (2 X за 24 часа); 5) Дијета: чешће узимање оброка у размаку од 2 и по до 3 часа. Није добар ни булон од мяса ни много мяса. Добро је млао, ако се подноси. Мале количине мяса печеног на жару, • танко исеченог, пасиран кромпир, добро печена погача, чај, прави или од нане, уз јело или после јела, мед ако се подноси. Шира од грожћа може се слободно узимати после напада и у реконвалесценцији. Не треба никад заборавити да је болест јетре и бешике са жучним талогом у исто време и општа болест целог организма, тако рећи крвна болест. Због тога мора се предузети на првом месту дијета и пречишћавање крви од отровних састојака. При томе помажу минералне воде у Врњцима, Рогашкој слатини, Вишиу. Карловим варима итд.

¹ У клиникама и великим болницама, санаторијумима, врши се та-козвано дванаестопалачно цревно испитивање и оиећивање жучи (1ића§е ДиоДепа!)*, помоћу кога лекари закључују да ли је запушен само пролаз из бешике у црево иаи је запушена и сама бешика, те има ли или нема ретке и густе жучи.

II. Лекови против слабости и обол.ења саме јетре: њеног увећања *и* смежуравања и последице тих поремећаја — отока у трбуху (водене болести)

Јетра (црна цигерица) је орган и жлезда. Она има да спре-ми жуч, али има и да преради храну која прође кроз њу: шеће-расту, масну, беланчевинасту. Све то она мора да „премеље“, да раствори и да састави, па онда да расподели: што је за крв — да пусти у крв; што није — да врати натраг у виду жучи; или да задржи у себи или другим путем и у другом облику да изба-ци из организма (кроз плућа, кроз бубреге).

Све то представља један врло сложен рад. Потребно је да њен „механизам“, како би неки рекли, функционише правилно, па да све иде стално добро. Ако оболелије јетре — рад се најпре смањи, а после и сасвим поремети. Тада јетра боли у мањем, већем, или највећем степену. И мора се лечити.

Али пре него што пређемо на набрајање лекова за јетру из биљног света, треба рећи неколико речи о дијети.

Треба, дакле, узимати ону храну која храни човека и у исто време храни јетру, опоравља је. Стога је најбоље узимати храну богату шећером и шећерним састојцима, затим беланчевинасту (месо, беланце, рибу), а мање или врло мало масти и масних јела. Основу треба да чини млеко, у коме има шећера али и мало масти. Ако се маст његова (кајмак, масло итд.) из њега издвоји, онда му треба додати шећера, најбоље у облику меда, и то по 10—30 грама за 24 часа.

Јетри су потребни минерали: гвожђе, магнезијум, калијум, натријум (за прављење жучи, и то да не буде сувише густа и леплива већ житка). Тога ради преводимо таблицу проф. Лепера из које се може видети колико која врста хране има тих елемената.

„Види се да је млеко“, каже проф. Лепер, „богато маг-незијумом, и то је разлог више да се препоручи болесницима који пате од јетре. Али оно често и затвара јер, не гледајући на горњи састав, садржи и друга кречна једињења. Зато му треба у дијети додавати поврће. Оно је богато шећерним састојцима, садржи много соли а мало беланчевине. Многе врсте поврћа остављају у цревима целулозне састојке који су корисни јер спречавају трулење. Стога је оно из двојаког разлога врло корисно: прво, што се њиме дотурају шећерне материје које су потребне јетри за њену обнову; друго, што се помоћу њих спречава поремећај варења у цревима, који је тако чест код болесника од јетре.“

Да не пропустимо да кажемо да је и сама јетра лек за болесну јетру. Стога се даје исушена свињска јетра, по пола грама — пет пута дневно или, што је много боље, сирова, исецкана телећа јетра у супи или у посољеној води, 150—200 грама дневно, зачињена першуном.

Овакво лечење дијетом: одабраним поврћем, воћем, млеком и органским лековима, може се применити код лаких случајева оболела јетре, док су ћедије њене, њена маса, релативно здраве, али ослабиле. Али кад наступи промена у

њеним ћели-јама, настаје поремећај у целом њеном раду и целокупном кр-вотоку. Онда настају и тешке последице: најпре увећање (или смежуравање — што бива реће) саме јетре и њено отицање, а затим застој крви у трбуху испод јетре и оток трбуха и ногу, тј. појаве водене болести и све оне тешке муке које такво стање прате.

За такве случајеве потребни су а други, блажи или јачи, декови, на које сад прелазимо.

1. ШЉИВА

Плод: мацаруша, модрица. — Иако је ово средство свакоме при руци, ипак су за његову употребу неопходна нека упутства.

Шљива има много врста и најбоље су оне које садрже мање шећера. Што више има шећера, као у нашим црним ши-вама, утолико је деловање слабије. Према томе, шливе не треба још шећерити и не треба их узимати као компот кад се користе у лечењу, него пре јела или наште. Поред тога, треба их ли-шити киселине, те се прописује овај начин спремања шљива:

„Увече треба сваку шиву разрезати с једне стране и спу-стити их све у хладну воду да кисну целе ноћи. Сутрадан ту воду излити и приставити их да се кувају у води 2—3 часа. За то време вода се мења трипут, али се заменује увек врућом, а не хладном. Тако се добијају куване шљиве без киселине и шећера. И дају се вруће, или подгрејане у мало воде, наште и пре јела.

У дози од 8 до 20 комада узетих одједанпут, ове шљиве дају најбољи резултат онде где је јетра врло уморна и не може да врши улогу цедила за отрове који долазе из црева и где је тешко покренути црева на рад механичким путем. Оне су „иде-ални регулатор цревне циркулације и апетита. Уништавају не-пријатан задах столице, одстрањују зајажење крвотока у јетри и чисте крв од штетних и отровних састојака" (Пол Картон — Леклерк).

2. МРКВА

Шаргарепа, жута репа. — Корисна биљка за лечење болести јетре.

Узима се сок од корена, 50—150 грама и више дневно; може се лако исцедити ако се корен претходно добро опере и исецка. Пије се ракијским чашицама.

3. ЛАДОЛЕЖ

ДИВАИ ладолеж. — Биљка која може заменити стране биљке — јалапу и скамонију.

Начин употребе и дозе означени су у претходном поглављу.

Овај лек је подесан стога што не само да може поправити ћелије јетре него је у

стању да у случају застоја трбушне крви и почетка водене болести у трбуху привлачи воду и да је из-бадује напоље. Зато је најбоље давати ову биљку још с неким леком који надражује црева и убрзава столицу, нпр. са сеном, жутиим багремом, лоптирицом, сурутком итд.

4. ПРОЉВАК

Милица, мјесечник, гренкула. — Код водене болести услед затварања јетре и срчане слабости — онде где се траже јача средства најпре за извлачење воде из трбуха а затим за њено истеривање из организма, а под условом да се слузокоже стомака и црева не налазе у запаљеном стању — применом ове биљке може се постићи врло добар резултат.

Узима се:

- 1) у облику чаја, у дози 1—2 грама лишћа на шолу кљу-чале воде;
- 2) белог вина и лишћа у истој дози (с претходним потапа-кем лишћа у вину);
- 3) течан згустак (екстракт) од лишћа, почев од **малих** до-9а, од 20 капи, па до 50 капи, за једно чишћење;
- 4) најбоље је и најсигурније када апотекар спреми течни екстракт, у дози 1—2 грама у шољу чаја од црног слеза; узети наште.

Пролевак је давао добре резултате код отс(ка у трбуху и услед других узрока (нпр. код туберкулозе).

5. ШЕКЕР И ШИРА

(Сок од **грожђа**, **слатко** вино)

СИРУП ОД ШЕВЕРА.

„Ако', **каже** проф. Лепер, „дамо **некоме** да прогута у 8 ча-сова ујутру 100 **грама** сирупа (од **шећера**), што чини 50 грама чистог **шећера**, онда примећујемо застој у **мокрењу**. Оно, тј. мокрење, наступа тек **кроз** 3—4 часа." Зашто то бива? „Кад **шећер дође** у стомак, он док се не изравна с околином, привуче из крви и упије у себе 12 пута већу **количину** течности, тј. у **стомаку** ће бити сада 700—900 грама течности. Док се то деша-ва, бубрези не раде, али кад **шећерна** маса оде у црева и потом у **крв**, она изазива јаче мокрење." При убризгавању **шећера** не-посредно у крвну жилу ствар иде брже (с мокрењем), али ре-зултат деловања је исти. **Шећер** је, дакле, средство које гони на **мокрење**. Па како је **грожђани** **шећер**, према опитима науч-ника, најактивнији, излази да је наша **шира** као разблажени **шећерни** **напитак** најзгоднији **лек** за лечење **јетре**, **како** у стању слабости **тако** и у **стању** болести.

6. ЗИМСКО ЗЕЉЕ

Према Ботаничком речнику .САН, Бгд. 1959. год.: **зеленика**, зимско зење, крушчица и зеленчић, вршт, крушчица (Р. **шпћ.**).

Српског назива код др С. Петровића нема; код Стипанића такође.

Лековитост ових двеју биљака утврђена је и призната тек у новије време. Њихово деловање је подједнако, а основано је на својству да чисте и терају на мокрење. Према томе, њихова је примена нарочито основана код болести бубрега, јетре и бо-

¹ За разлику од правог зимзелена, који расте као лоза, с танким вијугавим стаблом и лубичастим цветом — ја сам ову билку назвао зел.ем, како због њеног стабла и зељастог лишћа тако и због плода (чауре).

И у трбуху које прати водена болест. Лекови од њих пове-ју избацивање урее (најопаснијег састојка у крви кад га мше него што треба) и соли из тела. Тако су ове биљке времено средство за избацивање урее, соли, азота и непо-жјшвОне воде.

Употребљава се чај, у дози: 10 грама •на шољу (5:100), и

2—3 шоље дневно. Или као тинктура: 10, 15 или 20 капи јеајшвуг или двапут дневно (Лепер).

Ове биљке имају лишће с дугачком дршком; прва има округло ли-копљасто-клинасто. Корен им је донекле пузећи, стабло усЈфнвио, а пвеће на врху у кити, у грозду. Код прве је цвеће бело, а код лфипс јарко црвено. Време цветања: јун и јул. Расту по маховинастом, шумском тлу, међу сеновитим четинарима.

7. ПРИМОРСКИ ЛУК

Првпада фамилији перуника, доста је познат и за своје де- има да захвали специјалном састојку — сциларену. Де-твузе код отока јетре као средство за мокрење и јачање срца. Лум је оток настао услед срчане мане или слабости бубрега, је такође на свом месту.

Најзгоднији облик употребе је прашак, у дози 0,3 до 0,9 иф—а лневно. Употреба неосушеног, сировог приморског лука дв: забрањена, јер изазива омртвљавање живог мяса (ткива), а дсАује повољно на крвоток. Исто је тако лековита и његоиш ризбдажена тинктура, у дози 1—3 грама дневно (20—50—60 к—),, али чим преће 4 грама, постаје отровна. Ту готову тињстру треба разблажити још у пет делова алкохола и онда да— 10 до 15 капи — 3—4 пута дневно¹.

Т Француској су за оваква стања (оток у трбуху услед болеСти. в) ове комбинације које се дају болесницима:

8. ЦРНИ АУК

Баш зато што је средство за лучење мокраће црни лук је пригодан за лечење увећане количине воде у трбуху као после-дице болести јетре: „да смањи оток трбуха и изгони мокраћу". Садржи и витамин С (Це).Али како он надима црева, што је познато одвајкада, и лекарима старога доба, и од њега рђаво мирише дах — поде-сније је узимати га у облику тинктуре него сиров. А још боље у облику алкохолатуре, која се добија на тај начин што се свеж лук изгњечи, потопа у подједнаку количину (по тежини) 90%-ног алкохола и држи у њему 10 дана. Потом се узима 3—5 кашичица дневно. Исто се тако с успехом може применити и

вино од лука, које се спрема по овом рецепту:

Сировог црног лука 200—300 грама

Меда 100

Бела вина 600 „

Даје се по једна **кашика** (2—4 дневно), по једна дезертна ча-шица или једна винска чашица.

Пре овога мешања **лук** мора бити изпбена као **каша** и про-пуштен кроз платно, да би се могао с вином **лако** помешати. По Леперу, стари француски лекари хвалили су деловање супе од **лука** и захтевали су да буде тако густа да **кашика** може да стоји у њој. Тако спремљена супа је добро средство за смањивање течности (отока) и у исто доба за **мокрење**.

Од сваког прашка по 0,05 грама за једну пилулу. По 2 пилуле дневно.

2) Вино проф. Трусоа:

Лишћа дигиталиса ... 5 грама..... 15 »

Калијум-ацетата 50 „

Алкохола 100 „

Бела вина 900 „

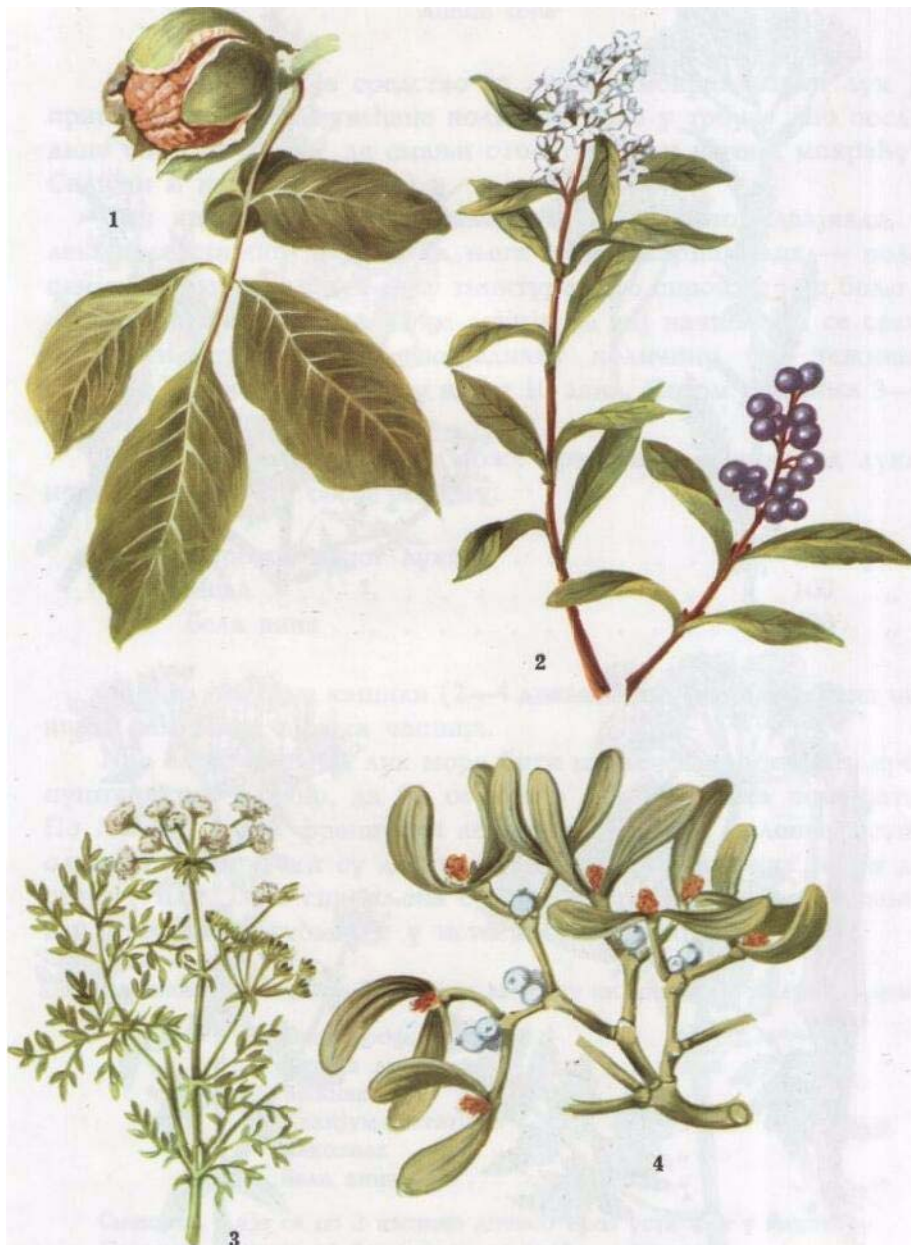
Смешати. Даје се по 2 **кашике** дневно кроз уста или 7 **клистиру**. *Болесној деци испод две године не треба га давати.*

ТАБЛА 17.



трав; 2 — зечји трн гранчица у цвету, б — корен; 3 — **кукута** — горњи део билке у цвету, б — **корен**; 4 — **кантарион**.

ТАБЛА 18.



9. ПРОСИНАЦ

Штир, шипањ. — Столећима је одвар од ове биљке служио за клистире, у случајевдла где је, из било каквих узрока, боље лавати лекове на уста (кад болесници повраћају, трудне болесне жене, којима би јака средства шкодила итд.). Али се мо-?г лавати и као напитака на уста. Може се употребљавати само д селу, јер кад се исуши, готово је без деловања. Овде се прописује као лек који чисти и као лек који тера на мокрење, то значи олакшање за јетру.

Начин употребе: а) исцеђен сок од биљке у дози 30—100

-зама у супи, за узимање кроз уста (треба почети увек мањом

-дозом); б) 100 грама свежег сока у меду и топлој води, за кли-аипг. Ова је бил>ка врло непријатног, горког и сланог укуса и

-шког мириса. Др С. Петровић је о њој писао ово:

„Још у време Хипокрита ова је бил>ка давана за чишћење. Зв ју је давао против водене болести. Диоскорид, Гален (лекари-грога века) и други стари лекари давали су је за чишћење

особама, трудним женама и изнуреним старцима. До исчетка овог века била је још

много употребљавана, а сад је из апотека истиснута и само се још у француским апотекама на-ддза, јер је тамошњи свет још увек употребљава." То је дошло -како услед тога што је треба употребл>авати док је свежа, ш осушена, као што је речено, постаје нестална и губи од авоје вредности.

Што се тиче других средстава која помажу мокрењу код аслести јетре и отока трбуха (са изливом у њ или без њега)

- **која** спадају у групу чајева — болесник или његова околина потраже о њима савета у одељку о бубрежним болестима.

- Разуме се да се у тешким случајевима, ако све ово не помогне и течност се у трбуху повећава — мора прибећи хемиј-згм лековима или убризгавањима, па и пуштању воде из трстаа непосредним путем (бушењем поред пупка), тј. хирург-вхој интервенцији.

- Они који имају лично (или су наследно добили сифилис) треба да се лече и специјалним лековима под надзором лекара специјалиста. Треба знати да је у лечењу оваквог стања болесне јетре потребно примењивати и лекове који јачају срце и поправљају општи крвоток. Зато ћемо у идућој групи прећи на излагање и опис биљака које се користе у лечењу срчаних оболења, које су у већини случајева и примењене најпре код водене болести па тек онда код срчаних оболења и ту задржале своје место.

ТРЕЋА ГРУПА

СРЧАНЕ БОЛЕСТИ И БОЛЕСТИ КРВНИХ СУДОВА

(АРТЕРИОСКЛЕРОЗА, ПОВЕЋАН ПРИТИСАК И СЛ.)

Може се са сигурношћу рећи да онај који познаје при-роду болести неће без зебње приступити излагању биљака које служе као лекови у срчаним болестима. Зависи то од саме сложености њихове. Јер ко ће одредити да ли је неко болестан од срца или не? Из искуства знамо, а таква је суштина ствари, да се и многи лекари могу разилазити у том да ли се неки знаци могу узимати као знаци срчане болести или не. Да ли је уопште потребан лек или није, а ако је потребан — који? Има лажних и правих срчаних болести. Осим тога, нестручњаку није могуће одредити срчану болест, нарочито у почетку. Још је теже то учинити код тешко оболелог кад је он већ збуњен или уплашен. При таквом стању тешко је и одређивати лек из појединих биљака. За то се тражи стручност, велика стручност, извесна знања, чак и у врло ситним појединостима, али без којих се не може. А пре свега тражи се извесно искуство у бирању и намени лекова, као и у посматрању њиховог деловања.

Шта да се ради? Треба ли целу ову групу лечењу срца лековитим биљем изоставити; или треба ипак да се постарамо да је колико-толико попунимо — да бисмо болесницима уне-колико помогли?

Овом приликом ја сам за то да се изабере средина, златна средина: 1) да се болесници најпре обратe лекару, који ће одредити да ли у даном случају постоји срчана болест или не, па тек онда да пређу на искоришћавање биљака које су одређене за срчане болеснике, и

2) онде где лекара нема или где болесник из било каквих разлога не може да се користи његовом стручном спремом, ма какав лек за срце уопште, а биљни напосе, треба употребити само у строго одређеним случајевима, тј. кад постоји:

1) Убрзана и у исто време неправилна радња срца и пулса, која није кратковремена, пролазна, већ траје данима и недељама, те изазива узнемирење, теже дисање, несаницу.

2) Оток ногу или трбуха, водена болест, оток јетре с тешким дисањем услед срчане мане или срчане слабости, али под условом да пулс није успорен.

3) Оболење срца са шумовима и ослабелим мшпићним зи-дом срца и са истовременим запаљењем или слабошћу бубрега и отоком у ногама и по телу.

4) Увећани крвни притисак у крвним жилама услед: на-следних особина, злоупотреба у јелу и пићу, многих побачаја код жена у млабим годинама, склерозе, сифилиса и других бо-лести, као што су неправилна размена материја у телу (подагра, шећерна болест, зглобобола и др.).

Овај симптом повећања крвног притиска код жена услед побачаја, који се може

запазити и у млаћим годинама, а наро-чито у доба менопаузе (па били побачаји ретки или многоброј-ни), први сам ја изнео на конгресу југословенских лекара у Врњцима пре више година. Узрок сам му видео у хормоналном и хуморалном поремећају који настаје услед прекида зачећа и ношења и консекутивном напону вазомоторног система. Како нико до мене ову појаву, биолошку и клиничку, није у меди-цинској науци изнео, ред је и право да првенство за то при-пада писцу ових редова. То нека буде мој прилог великој згради наше науке, па било то и пола „цигле“, и нека се тај симптом зове неурохормонална хипертензија или Нуре8. Нуре8-10та ех. Он ће се све више потврбивати, уколико женски свет све мање буде склон да раћа. А мени нека се опрости за нескромну и можда незаслужену претензију.

Ма колико да је ова подела јасна, ипак ће за многе бити и тешка, јер свакоме није лако да направи разлику између ових разних стања и да примени лек. Па ипак, кад је човек у невољи, он мора да се одлучи и да помаже себи или другом како зна и уме. Зато нека следи наше савете: ми смо код сваке бил>ке, у сваком оделитом случају тачно назначили кад се и како при-мењује, тако да никакве недоумице не може бити. Надамо се да због-тога неће ни бити неуспеха.

ОРГАНСКЕ БОЛЕСТИ СРЦА И ОСЛОЖЊЕЊА (компликације)

2. НАПРСТАК

3. Пустикара, дебели тров, црвена пустикара, напрстњак. — Напрстково лишће (дигиталис) заузима прво место међу бил>-ним лековима, па се каже: дигиталис је „краљ лекова“ у срча-ним болестима. У овој билци има више састојака, али је главни један од кога се добијају дал>е три активна лека. Ова билка је била одавно позната у лекарству (још 1542), али после многих лутања у одређивању кад треба да се примени — она је тек 1785. године била уведена у списак званичних лекова, захва-Аујући радовима енглеског лекара Витеринга, као средство које тера на мокрење код воде у трбуху (водена болест), отока по целом телу и воде у грудном кошу.

Тек доцније је уочено и утврђено његово својство да уми-рује срце и успорава убрзане ударе срца (ширење и скупљање) и да делује као „опијум“ за срце.

Досад је модерна наука готово пречистила појмове о ње-говом деловању. Ми у овом делу, јер је оно писано за свакога, не можемо улазити у све појединости о његовом деловању и примени, нити у начин и путеве како он делује. За нестручњаке је важно одредити кад се може употребити а да не шкоди. Ти случајеви су ови:

Прво правило. Кад постоји срчана слабост, с већим или мањим поремећајем крвотока у телу и појавом отока, а кад је у исто време рад срца и пулса убрзан и неправилан, неједћене за срчане болеснике, и 2) онде где лекара нема или где болесник из било каквих разлога не може да се користи њего-вом стручном спремом, ма какав лек за срце уопште, а бил>ни напосе, треба употребити само у строго одређеним случајевца, тј. кад постоји:

1) Убрзана и у исто време неправилна радаа срца и пулса, која није кратковремена, пролазна, већ траје данима и неде-љама, те изазива узнемирење,

теже дисање, несаницу.

2) Оток ногу или трбуха, водена болест, оток јетре с тешким дисањем услед срчане мане или срчане слабости, али под условом да пулс није успорен.

3) Обољење срца са шумовима и ослабелим мишићним зи-дом срца и са истовременим запаљењем или слабошћу бубрега и отоком у ногама и по телу.

4) Увећани крвни притисак у крвним жилама услед: на-следних особина, злоупотреба у јелу и пићу, многих побачаја код жена у младим годинама, склерозе, сифилиса и других бо-лести, као што су неправилна размена материја у телу (подагра, шећерна болест, зглобобоља и др.).

Овај симптом повећања крвног притиска код жена услед побачаја, који се може запазити и у младим годинама, а нарочито у доба менопаузе (па били побачаји ретки или многобројни), први сам ја изнео на конгресу југословенских лекара у Врњцима пре више година. Узрок сам му видео у хормоналном и хуморалном поремећају који настаје услед прекида зачећа и ношења и консекутивном напону вазомоторног система. Како нико до мене ову појаву. биолошку и клиничку, није у меди-цинској науци изнео, ред је и право да првенство за то при-пада писцу ових редова. То нека буде мој прилог великој згради наше науке, па било то и пола „цигле“, и нека се тај симптом зове неурохормонална хипертензија. Он ће се све више потврђивати, уколико женски свет све мање буде склон да рађа. А мени нека се опрости за нескромну и можда незаслужену претензију.

Ма колико да је ова подела јасна, ипак ће за многе бити и тешка, јер свакоме није лако да направи разлику између ових разних стања и да примени лек. Па ипак, кад је човек у неволи, он мора да се одлучи и да помаже себи или другом како зна и уе. Зато нека следи наше савете: ми смо код сваке биљке, у оделитом случају тачно назначили кад се и како при, тако да никакве недоумице не може бити. Надамо се ла због-тога неће ни бити неуспеха.

ОРГАНСКЕ БОЛЕСТИ СРЦА И ОСЛОЖЊЕЊА (компликације)

2. НАПРСТАК

Пустикара, дебели тров, црвена пустикара, напрстњак. — Напрстково лишће (дигиталис) заузима прво место међу биљком лековима, па се каже: дигиталис је „крал« лекова" у срча-вкм болестима. У овој биљци има више састојака, али је главни јсдан од кога се добијају даље три активна лека. Ова билка је била одавно позната у лекарству (још 1542), али после многих лггања у одређивању кад треба да се примени — она је тек 1785. године била уведена у списак званичних лекова, захваљујући радовима енглеског лекара Витеринга, као средство које тера на мокрење код воде у трбуху (водена болест), отока по влом телу и воде у грудном кошу.

Тек доцније је уочено и утврђено његово својство да уми-рује срце и успорава убрзане ударе срца (ширење и скупљање)• да делује као „опијум" за срце.

Досад је модерна наука готово пречистила појмове о ње-говом деловању. Ми у овом делу, јер је оно писано за свакога, ве можемо улазити у све појединости о

његовом деловању и ирими, нити у начин и путеве како он делује. За нестручњаке је важно одредити кад се може употребити а да не шкоди. Ти случајеви су ови:

Прво правило. Кад постоји срчана слабост, с већим или инаким поремећајем крвотока у телу и појавом отока, а кад је у исто време рад срца и пулса убрзан и неправилан, неједнак (др Пулмају'). Свака друга примена нестручњаку је недоступна, јер може да шкоди. Али у наведеним случајевима може дати добар резултат. Велика количина течности се измокри, а и срце се умири и његови мишићи ојачају, те не куца ни тако брзо ни тако неправилно. *Друго правило.* Старим људима и деци не треба давати ову биљку. Првима стога што они теже подносе лекове од ове биАке, и што њихов запитив и тешкоће можда не долазе услед болести срца, него може бити из других каквих разлога (нпр. склерозе), па како дигиталис унеколико подиже крвни притисак (али га не мора подизати), неподесно је давати га таквим болесницима. Деци га не треба давати јер код њих потпуно оболелог срца (с потпуном неправилношћу) и нема. Само се одраслима може давати дигиталис по прописима у овој књизи. Он делује на тај начин што сужава крајње, узане, површинске крвне судове, услед чега крв брже тече осталим жилама у телу: срце ради јаче, јер су тесне цеви сужене. А то повлачи онда оно треће својство: да се мокраћа лучи у много већој количини и да се с њом избацују из тела штетни и отровни састојци који су се задржали у телу или у отоку болесна чо-века. Отоци се, дакле, умањују и могу ишчезнути. Из тих разлога дигиталис се може дати у малим дозама и за кратко време и код запаљења марамице с водом. Али се овај „краљ срчаних лекова" не сме узимати када су органи за варење у рђавом стању, јер наступа гађење, по враћање, пролив, па, разуме се, ни у случају трбушног тифуса и блиских му болести. Не треба да се узима код нервних обољења уопште: код нервозе срца, нервозе стомака, нити болести аорте (склерозе, њеног проширења, аневризме)², јер може неки крвни суд да прсне, да изазове излив крви у мозак и т. сл.:

нити код тровања услед болести бубрега итд.

Треће правило. Иако је „краљ", овај се лек не може употребљавати дуго, јер се он нагомилава у телу и може изазвати рђаве последице. Зато је време његовог узимања 2—3—4—5—6 дана највише! Треба престати с узимањем онда кад се болесник

* *Клиника и лабораторија*, бр. 8, Париз, 1933. ' Види о томе моју књигу *Здраво и болесно срце*, Београд, 1934.

вајбоље осећа, јер ће деловање дигиталиса трајати и после тога (2—3 дана). Кад се прекине с давањем, не треба га поново да-ати док не прође девет, па и четрнаест дана. Тако он најбоље де-лује. Ако поновно деловање не да добар резултат као први пут, иаи је резултат никакав, онда га трећи пут не треба ни давати. Значи — срце га не прима. Деловање биљке у погледу јачине зависи од времена кад се бере и места на коме расте. Др С. Петровић је говорио да га код вас нема дивљега, али да се по баштама овде-онде гаји. То је тачно. Цвета од јула до августа. И тада га, кад је пред цветањем, треба брати. За лек је најбоље и најзгодније његово лишће љ. Употребљава се суво, у праху, у дози 5—6 грама (каши-чица) за сто прашкова или пети део

кашичице за 20 прашкова. Први дан се дају шест прашкова, а у остале дане само по три прашка дневно, с водом, у време између оброка (ни пре ни *ш*осле јела); или се од сувог лишћа спрема чај, у дози 1 грам на 300 грама воде — по 6 кашика дневно. Или као растопина у хладној води, 0,4 грама на 300 грама воде; у том случају треба ла кисне у води 12 часова, да се процеди и онда даје по 5 каши-са дневно. Лишће напрстка не треба употребљавати за лек ако је прошло голину дана откако је обрано. јер се у даљем чувању лишће измени и постаје штетно. Употребљава се и тинктура напрсткова (по 15 кани, три пута лневно) разблажена десет пута, за исто време (3—4—5 дана). Да би се постигао добар резултат при давању овог лека, потребно је испунити ове услове:

а) лећи у постељу и лежати у миру док се срце не одмори;

б) очистити црева неким добрим средством за чишћење;

в) контролисати узимање воде и других течности — што зависи од количине мокраће;

¹ У својој пракси ја сам се стално држао начина и упутства које је лао за примену дигиталиса проф. Макензи (Лондон), и могу рећи да **ав** француски ни немачки аутори нису могли дати бол>а и тачнија упут-стаа. мада га данас препоручују у малим дозама по 10 и више дана, ради „Јонизирања“ срца.

г) пустити, по могућности, крв, ако постоји за то потреба (неко запаљење плућа итд.), а тако исто и воду из трбуха, ако је има сувише много те се не можемо надати да ће бити лако измокрена.

После ових и оваквих напомена, надам се да у примени напрсткова лишћа у народу неће бити ни штете ни омашке. Место овога могу се данас из апотеке набавити таблете дигита-лиса — по рецепту лекара.

Напрстка има неколико врста: 1апа1а, али до сада је био наведен у фармакопеји овај црвени напрстак ригригеа) као најлековитији.

У последње време уведени су и испитивани препарати ове друге врсте ¹. Мој је утисак, из сопствене прак-се, да је ова примена оправдана и да даје добре резултате. Напрстак расте по сувим обронцима планина, по брдским шумама, и нема га на кречном тлу. Цвета од јуна до августа. То је двогодишња биљка која има дугачко стабло, до 0,6 па и 1,3 метара висине, с многим цветовима на врху. Приземно лишће је јајасто или дугачко копљасто-оштро, на дугачким дршкама, зупчасто, јако жиласто, и доња страна је обрасла меким длакама. Лишће је у средини стабла, малобројно и с крат-ким дршкама; цветови у лепом грозду. Цвет у облику звона, с дугачком круницом, боје црвене, изнутра црвено-пегасто.

2. ГОРОЦВЕТ

Гороцват, госпина влас. — Овај лек, који може да замени напрстак, много је ближи по свом дедовању. „Гороцвет расте по присојима и камењарима на истоку

Србије, нарочито око Ниша" — каже др С. Петровић. Дакле, он може да се бере и да се гаји и код нас свуда.

Стари лекари нису могли да одреде тачно његову употребу. Тек 1879. је руски лекар Бубнов доказао да ова биљка има

Ово је наша „балканска" врста дигиталиса. Најболи његов пре-парат је цедиланид. ттијаја на срце и да на њега делује као и лишће напретка (ди--апгалиса): срце успорава свој ход, умањује се у обиму и појачава своју снагу. Поболшавајући затим крвоток, он у исто време помаже и бољем мокрењу. Наравно с тим утиче и на ћелије а ткиво бубрега, те они још болје врше своју функцију, чиме а овај лек приближује по деловању и приморском луку, ели-жанишући соли и уреу.

Његовим деловањем неправилни пулс се поправља, мокраћа =с повећава и, ако постоје, отоци ишчежавају. Једном речи, он абнавља снагу срца.

Може да се употребљава дуже времена него дигиталис, јер се не нагомилава у организму, чак и читаве две недеље, како год „чистих" срчаних мана тако и код сложених с оболењем оубрега, а нарочито у случајевима сопственог тровања услед адхове запуштености и јако умањеног лучења мокраће (тзв. гремије). Повољно делује и на само ткиво бубрега (Шулц).

Па и код слабости срца у току заразних болести и убрза-иог рада срца код артериосклерозе он може да се примени пре лишћа од напретка, јер појачава срчани мишић а не повећава крвни притисак. Овај лек делује умирујуће и на нервни систем, стишава и умањује нападе, због чега се примењује и код епи-лепсије (падајуће болести, падавице), код Базедовљеве болести, оа и код „масног" срца гојазних људи. Најзгоднији и најактивнији облик, у коме може да се даје без опасности по организам, кажу да је чај, у дози 4 грама на 200 грама воде, и то треба узети у три маха у току дана. Али ја мислим да је боље давати по 1 ведикку кашику 6—8 пута дневно. Овакав начин примене сматрамо за најболи.

Неки сматрају да је тинктура боља од чаја, и то по 10 капи 5—6 пута за 24 часа. Слободно је служити се оним што се има орв руци.

Данас постоје у готово свим земљама многи патентирани лекови од гороцвета, али моје искуство говори да нису сигурни као што је то оригиналан чај.

Гороцвета има више врста: јесењи, летњи, румени и про-летњи.

5. КАФА

Иако није наша домаћа биљка, ипак је род њен свакоме доступан. Али постоји и код нас билка која се зове **кафа** и која даје плод, пар зрна у махуни, потпуно налик на **кафена**. Расте и гаји се по баштама, нпр. у Пироту. Исто се тако и **пржи** и спрема. Кафа се спрема и **као чај** и као одвар. Наша **кафа** може да се примени код свих срчаних слабости и изнурености:

у току и после тежих болести, изузимајући јако нервозна стања.

6. ПРОЛЕВАК

Примењује се код срчано-бубрежних болесника с отоком као помоћно средство — а по упутству изнетом тамо (видети болести јетре).

7. БЕЛИ ЛУК

Научници Дебре и Пујар доказали су да бели лук може да снизи крвни притисак код људи код којих је виши него што би требало да је за њих ове године. Узима се у облику алкохолатуре (спиритусног квашења), у дози од 20 до 30 капи пре ручка и вече-ре, дакле два пута дневно у току два дана; затим два дана паузе, и опет узимати лек два дана, итд.

8. ЦРНИ ЛУК

Код излива воде у срчану марамицу (тзв. перикардитиса), после гушобоље с беланчевином у мокраћи, код отока ногу и задржавања воде и соли у организму — могу се давати и сирове главице лука да их болесник грицка (чак и до шест комада дневно). Иначе је боље давати га у оном облику како се даје код болести јетре (видети тамо), наиме:

Црног лука, зрелог и сувог Белог меда — течног . . . Белог вина смедеревског .

Лук треба најпре истуцати и пропустити кроз густо сито да би с медом и с вином могао лакше образовати јединствену масу. Та се смеша пре употребе промућка. Ово се вино даје по 2—4 **кашике** дневно. Или се прави алкохолни расб с пола алкохола и пола средине од лука, и то кисне десет дана. Од овога расола даје се 5—6 **кашичица** дневно.

9. ПРИМОРСКИ ЛУК

Код непотпуног затварања аорте (главне излазне жиле на срцу) и средњих врата између леве преткоморе и леве коморе, у левом делу срца; код слабости срчаног мишића и поменуте аорте (нпр. услед сифилиса) и код анеуризме аорте — онде

где су други лекови или забрањени или нису могли помоћи — може помоћи прах од приморског лука. Увећано мокрење зависи од његовог деловања на срце и ћелије бубрега, чиме се и количина отровних састојака (нарочито урее) из крви умањује и избацује с мокраћом.

Треба га давати у облику прашка до 0,3 грама дневно, а као извањени згустак, водено-алкохолни, по 0,02—0,2 (за апотекаре).

Тинктура: 1—3 грама дневно.

Сирћета од тог лука: 2—4 грама дневно.

Сирћетно-медног сока: 10—30 грама.

За лекаре и апотекаре важи овај рецепт који је дао калуђер др Дебреј:

Праха од приморског лука Праха од скамоније (или нашег ладолежа) **Праха** од напрстка

За једну пилулу. Узимати 3—6 пилула дневно у току 3—4—5 дана, с одмором од 7 до 9 дана. Лежати.

10. КУКУРУЗ

Примењује се кукурузна свила код срчаних болести као средство за боље мокрење у облику куваног чаја (одвара), у дози 6 грама на шољу воде: пити по 2—4 шоље одвара дневно (до 25 грама на литар воде). Укус поправљати лимуном.

11. БРЕЗА

У истом циљу примењује се код срчано-бубрежних болесника. (Видети одељак о бубрежним болестима и начин примене брезе с дозама.)

12. ГРОЖБЕ

Грожђе и грожђани сок (шира) док не почне превирати могу служити као одличан лек код срчаних болести, као и код других болести, нпр. јетре и бубрега. У последње време много се примењује грожђани шећер за убризгавање у вене да би се помогло ослабелом срчаном мишићу, мокрењу итд. Но ми смо обратили пажњу на то да се исти резултат може добити и да-

вањем кроз уста, само што деловање тада бива счорије, тј. кроз 3—4 часа. Према томе, грожђе или шира имају и једно пре-имућство пред убризгавањем: врло су корисни код људи који пате од затвора, нарочито ако имају и шулеве, застој у области јетре, отеку јетру и слезину и томе слично. Зиме се може користити суво грожђе које увозимо из Грчке.

13. ЖУТИ ЗЕЧЈИ ТРН

Жуги метласти зечји трн.¹ — Ово је један шиб или жбун који расте у друштву с другим шиблем, како у равницама тако и на нижим брдима, на песковитом тлу. Ако је висок — тек онда образује право стабло с многим усправним оштроивич-ним, зеленим гранама, на врху оштрим као трн, које, ако су дугачке, могу да се употребе за метле (одакле му и име). Гране имају мало лишћа, и док су младе, покривене су свиластим длакама (малама). Доње лишће је с кратком дршком, с трима изврнутим јајастим листићима. Горње лишће је као насађено, само с једним листићем: Цветови су велики, светложути, по један или по пар на танкој дршци, у пазуху лишћа, и образују лиснат грозд на горњим гранама. Крунице су широке и велике, чашица широко округла. Махуна је, кад цвет процвета, дугач-ка, пљосната, црна, са задебљалим ивицама, длакава, на странама гола. Семе — многобројно. Налази се и с крупним, пуним белим цветовима. Сродна врста која се налази код нас (а вероватно и по другим местима) расте у Крањској и ка Јадранском мору. Има метласт облик, го и без трња, а достиже висину до 1 и 2 метра. Цвета у мају и јуну,

Ево шта је писао за лекове од ових врста др С. Петровић:

¹ Код Стипанића се наводи трава (бојацијска) — жугилица, жутилова трава, трава од жутице. Али то је сасвим друго. Јер, док ова расте највише пола метра увис, лековити зечји трн расте 1—2, на добром тлу и до 3 метра у висину. А то је већ метла;

треба их разликовати, мада се и она трава употребљава за исту сврху.

„И једна и друга терају на мокрење и на столицу и употребљаване су некад против хроничних болести црне цигерице. особито против жутице, против хроничног.

реуматизма, **скро-фула**, против болести органа за мокрење итд. За **лек** се употреб-**љава** обично цвеће, но и лишће и махуне исто тако делују. Скувано лишће гдешто се употреб**љава** у популарној медицини **као** цицварица против разних отока (отечених жлезда, наду-тих **ногу** итд.). У научној медицини сад се не употреб**љава**."

Тако је писао пре више деценија. Ме**бу**тим, у новије време, најбо**љи** представници нау**ке** нашли су да овај шиб даје један од врло добрих ле**кова** **кад** се употреби у згодно време и про-тив одговарајуће болести срца.

Овде ћу навести само сигурне резултате испитивања и ле-чења овом бил**љ**ком, према Леклер**ку**.

У овој бил**ци** има један јаки састојак, спартеин (који боји) и смоластих материја, које су још неодре**ћ**ене.

Сви стари лекари који су употреб**љавали** њен цвет ради спречавања стварања камена у бешици, као и вино направ**љ**ено од њеног. пепела, слагали су се у миш**љ**ењу да делује на пове-ћање мокраће. Затим је ова биљка пала у заборав, до**к** нису нови лекари (Фик, де Рамон и Лаборд) проучили физиолошки онај њен главни састојак — спартеин, и његово деловање на срце. *Прона**ћ**ено је да делује динамички на срце* (путем главног центра), *али да при томе не. утиче на миши**ћ**е срца*. Други су додали да он утиче на нерве срца и да спасава срце од делова-ња отрова, да повол**ј**но делује на спроводнике по срцу, тј. **на** скуп**љ**ање и ширење срца, и спречава проширење срца.

Дакле, биљка врши неко сложено деловање, о чему науч-ници могу да се договарају и дал.е.¹ Наше је да из тога извуче-мо следеће: да је најјаче и најва**ж**није делова**ње** пове**ћ**ање мо-краће. У том погледу највише је проучен сок од ове бил**љ**ке, **који** баш и делује на мокрење. Али се показало и то да не делује углавном спартеин, **којег** има мало у со**ку**, него остали састојци и смоласте материје **које** баш подстичу бубрежно ткиво на рад

Тако, на пример, немачки аутор Е. Мајер (Берлин) вели да трава жутометластог трна или чист спартеин задржава надражај**ну** способност срца те овај лек **има** једино фитотерапијско значење код сталне непра-вилне рад**ње** срца

ТАБЛА 19.



1 — смрдљива коприва; 1 — белонога, а — корен; 3 — леска;
4 — петровац, а — горњи део биљке у цвету.

ТАБЛА 20.



1 — ладолеж баштенски; 2 — шимширика). а — зрели плодови; 3 — Шљива, а — гранчица у цвету, б — зрео плод; 4 — целер, а — горњи део биљке у цвећу, б — лист; 5 — гороцвет .

љњунутрашње бубрежне канале). Дакле, стари лекари били су у праву.

Овај би се лек с много разлога могао уврстити у лекове за болесне бубреге (што ће и бити), али због свог деловања на срце мора се уврстити на оба места, нарочито и стога што сужава крвне судове; како су показали огледи, он је у том погледу једнак валбубрежној жлезди. Уз то је пет пута јачи од ражне главни-це (5сале сотићип) и има особину да повећава крвни при-твсак.

Као резултат изучавања његовог деловања показало се да је он од особите користи код отока услед задржавања соли у телу. Том приликом корисно помаже деловању напрстка, горо-двета, ђурђевка итд. У случајевима где постоји акутно обољење органа за ди-сање (запалење плућа, марамице, бронхија), као и код наступ-них грозница — увек се може применити ако анализа и посма-трање покажу да постоји недовољно излучивање кухињске соли. Довољно је да се у таквим случајевима болесник послужи чајем од цвета жутог зечјег трна, па да количина избачене соли с мо-краћом порасте, а да с тим уједно и други симптоми ишчезну. Тешко дисање, модрило, слабост срчаног мишића поправе се за кратко време и болеснику бива све боље.

Може се рећи да, иако мало активна против обољења нервно-мишићног система срца, ова биљка може бити употреб-љена с великим успехом у оним стањима срчаних болести где постоје компликације, тј. где углавном преовлађује обољење бубрега са свима последицама (натекле ноге, оток трбуха и т. сл.); и друго, где је температура висока са знацима слабог пролаза мокраће кроз бубреге (обољење „цедила“),

За лечење се узима цвет од жутог зечјег трна, јер је у њему садржан најлековитији састојак. Цвеће треба брати пре него што се оно сасвим развије, јер цветови који су успели да се претворе већ у махуну изазивају бол у стомаку.

Прописује се цвет у облику чаја, у дози 25 грама на 1000 грама воде, по 2—4 шоље дневно.

Врло активан је такође течан згустак од целе биљке, „осигуран од промена“ после брања тиме што се биљка подвргне деловању алкохолне паре и затим пропусти кроз топао ваздух да се исуши. Овај екстракт се даје у дози од 1 до 3 грама за 24 часа.

Пепео од жутог зечјег трна више се не употребљава. Па ипак, у народној медицини може се употребити и стари начин спремања и узимања лека, који датира још из 1701. године, и који гласи:

„Узмите један свежан» зеленог жутог зечјег трна, сагорите га на згодном месту где нема ништа осим њега, покупите пепео од њега, просејте га и завежите у једну крпицу и метните то да кисне у два бокала белог вина у току 24 часа. И онда дајте да пије болесник колико може, стрпајте га у постељу и покријте га добро да се зноји. Неће пити ни три пута, а већ ће оздравити." Рецепт неке познате и побожне гђе Фуке (Леклерк). Како су у пепелу изгорели сви састојци који лече — може се рећи да деловање овде може доћи само услед присуства поташе из пепела и оног знојења, као и из целокупне вере бо-лесника у оно што чини. Може се применити код отечене јетре и срчано-бубрежних обољења. Најбољи француски аутори дају спартеин у комби-нацији с камфором: у колачићима, за убризгавање (инјекције). Врло је добар код срчане слабости, и поуздан кад треба указа-ти хитну помоћ.

НЕРВОЗА СРЦА

' ОДОЛЕН

Мацина трава, одолен, валеријана. — Радови основани на резултатима примене сока од свеже биљке показали су да дело-вање валеријане зависи од једињења која она садржи (борнеол), као и од других састојака, самосталних и својствених тој биљци. Ови састојци делују на плућно-стомачни нерв, који шаље своје гране ка срцу и успорава његов рад, услед чега и срце успорава свој ход; а тако исто делује и на нервне центре у мозгу. Тиме се и објашњава деловање валеријане код оболелих нерава (хистерије и слабих нерава уопште) и у свим случајима психичке и чулне преосетљивости, праћене или непраћене грчевитим стањем, нервним поремећајима срца и крвних судова.



Одољен

Она је уопште користан помоћник у лечењу бромом, како онде где има нечега ВИДАИВОГ и стварног, тако и онде где нема ничега ВИДАИВОГ (епилепсија и стања без видне подлоге).

Из овога следе и извесна правила како треба узимати валеријану. Сувој билци треба увек претпоставити билку која је била осигурана од промена (тј. стабилисана: држана у спиритусној пари, па затим сушена на сувом топлом ваздуху).

Ако се нема ништа друго осим сувог корена, онда је нај-боље квасити га у води, у дози 10 грама корена на једну чашу хладне воде, и оставити да кисне 12 часова, а не спремати од њега чај. Давати по 1 кашику на свака 2 часа до деловања. Или се спреми:

Чаја од одољена 120 грама

Воде од матичњака¹ 10 „

Узимати по једну кашику сваког сата.

Најбољи лек се добија из свежег корена валеријане; вода — препеченица од валеријане, сируп спремљен с дестилисаном водом, американски течни згустак, сок (исушен).

Овај последњи (сок) даје најбољи препарат, али њега могу да спреме само апотекари по овом рецепту:

..... 2 грама

AlcoXol a 90% 18 Ациае..... 25 „

Смешати и давати по 1 кашичицу три пута дневно. Алкохолатуре од корена валеријана може да се да 2—10 грама дневно, а хидролата 20—40 грама. Мек згустак 1—3 грама, а течан 10—15 грама дневно, „Интре" само по 0,1—0,2—0,6 највише, и то по-најбоље у горњем саставу. Веће дозе су штетне.

Мацина трава или валеријана носи овај свој назив због тога што је мачке воле. Али и стока једе њене стаблике и лишће. — И жене радо узимају лек од ове биљке, јер им помаже код разних стања, нарочито срца и месечних промена.

¹ То је управо пречишћена вода од матичњака, добијена печењем као ракија.

„Интре" — то су екстракти (згусци) од свежих билака, стабилисаних, тј. стерилисаних паром 96%-ног алкохола, под лаким притиском, на температури 88"—105°C, под таквим условима да се проузроковачи врења на биљци потпуно униште. Тако постаје прах слабо обојен, лако раствор-А)ИВ у води и алкохолу и има сасвим исти састав какав имају и свежс биљке.

Мацине траве, валеријане, има више врста, али је најлековитија она која је приказана на слици.

Корен (оно што лечи) је кратак и дебео, с кратким пузећим изданцима, споља мрк, изнутра беличаст, по укусу опор и горак, док је свеж готово је без мириса, али чим се осуши, добије врло јак, непријатан мирис. Стабло дугачко до 0,8, па и до 1,5 метра, округло, цевасто, коленасто, брадасто, више или мање маљаво. Лишће наспрамно, лепезасто, перасто, са зупчастим ободом. Цветови ситни, бели, бледоружичасти, понекад плави или жућкасти, пријатног мириса, скупљени у амреласти грозд.

Напомена: Постоји један врло добар валеријанин препарат који се много тражи, иако је врло скуп и долази из иностранства. Али апотекари га могу врло лако спремити за наш свет по овом рецепту:

(у коаичини довољној за сатуризацију); затим томе додати . . . Воде

Дозе: по 2—3 кашичице у заслаћеној води или чају од липе — дневно; према потреби, преко дана или пре спавања.

2. ДЕСПИК

Лаванда, лавандула. — Француски научници доказали су да есенција од лавандуле, у дози која лечи а не шкоди, делује као

средство за успављивање које ублажава осетљивост, стишава надражљивост, снижава постепено температуру и умањује снагу срчаних покрета ако су прекомерни и прекобројни.

Како је теже добити есенцију за унутарњу употребу, може се користити чај од билке, у дози 10:200 грама кључале воде, а по 4 шоље дневно; исто као валеријана.

3. САСА

Употребљава се као средство које регулише утацај нерава, умањује болове и грчеве и уопште стишава лако узбудљиво срце и крвне судове болесника који поред тога пате и од рђавог стомака и поремећаја у варењу, изазваног трбушним симпатичким нервом.

Најделотворнији препарат сасе је њена алкохолатура, која се даје у дози од 20 до 40 капи дневно у три маха (по 7—12 капи).

4. СРДАЧИЦА

Лављи реп. — Др Петровић каже да се она употребљавала некад као црна коприва. А како се ова примењује у лечењу нервних оболења (хистерије), зловоле, потиштености и нервних грчева у душнику и једњаку код великог кашља, и срдачица је показала најбоље деловање код нервозе срца и, нарочито, лупања срца код деце. Отуда је и добила име срдачица. Тегобе срца у вези са стомачним компликацијама, нарочито болови и муке испод лажичице, као и надимање и гасови у стомаку и цревима, могу се успешно лечити и чајем од срдачице.

У том циљу најбоља је ова мешавина: корен валеријане, цвет лавандуле, срдачица трава, ким, плод од мирођије — све по 20 грама. По једну кашику на шољу кључале воде; три пута дневно по шољу; пити лагано (Е. Мајер).

Срдачица пријатно мирише, а нешто је горког и опорог укуса. Али чај од њеног лишћа и цветних класова и врхова по казује своје нарочито деловање на дисање. Због тога је врло подесна и код болести плућа с лупањем срца (астме и т. сл.).

Стари лекари препоручивали су чак да се узима као прах, у дози 2—4 грама у вино, или као одвар. Али како она у сушењу губи своја својства — најбоље је употребљавати је сасвим свежу или што свежију.

Дозе за унутрашњу употребу: чај од лишћа или цветних врхова: 25—50 грама свежје билке или 50—100 грама исушене на литар воде, а по 2—3 шоље; или по 1/2 шоље и 1/4 шоље за

децу. Дозе за спољну употребу: за ране итд., одвар од 40 до 80 грама свеже биљке као вода за испирање рана, ма какве и ма од чега оне биле. Закључујемо да „ова биљка заслужује већу пажњу него што је ова која јој се поклања“.

Билка од пола метра до метра висине, цвета ружичастог, који се развија од јула до августа. Расте крај путева и ограда.

5. ПАСУЉ

Употребљава се зелена махуна — боранија.

БОЛЕСТИ КРВНИХ СУДОВА

1. ЈАГОДА

Професор Греј констатовао је да јагода — плод има осо-бину да снизи крвни притисак, а тако исто да може умањити лепљивост крви (вискозитет). Због тог свог деловања треба ла се примењује у лечељу артериосклерозе код луди који су пунокрвни и имају повећани крвни притисак.

Једе се као свеже воће за све време сезоне јагода (најбо-ље су шумске), а затим се пије чај од исушених зрна¹. Може се зашећерити и закиселити лимуном.

¹ Да би се већ исушене јагоде сачувале од плесни и црва, треба их чувати у добро затвореним кутијама или добро опраним исушеним те-глама.

2. ДИМЊАЧА

Росопаст, димничарка, димица, руњавац, росница. — Ова билка је важила од старина као лековита и сматрала се за лек који јача и чисти организам и крв у првим данима узимања, до осмог дана. Стари су сматрали да онај ко ову биљку кори-сти добија цватући изглед. А тако и бива. Показало се да то долази отуда што расте број крвних зрнаца у оних који су при-мали лек од ове траве, затим нагло опада ако се узимање лека продужи и пошто проћу осам дана! Према томе, време лечења и доза зависи од тога шта се жели постићи. У овом случају, код повећаног крвног притиска и склерозе, где желимо да ослаби напон у крвним судовима, примењује се сок од ове биљке, у дози 100—150 грама дневно. Или се даје водени екстракт — згустак (добијен испаравањем топлотом расквашене биљке и њеног талога) у дози 2—3—4-грама дневно. Чај се спрема од 50 грама биљке на 1000 грама воде. Пије се 2—3 шоље дневно, у току 8 дана. Осим описане димњаче, код нас постоје и друге врсте, које је могу заменити (неких осам врста).

Димњача је укуса горког. Давана је и код других болести (у хроничним обољењима стомака, против скрофулозе итд.), али је главно њено деловање да снажи и чисти организам. У Француској се раније, а вероватно и сад,

прилично употреб-љава сируп против кожних болести деце, нарочито против русе (Есгета). Сок од димњаче употребљава се против кожних бо-лести (др С. Петровић). Доза је: 10—30 грама на 100 грама воде. Пије се ујутру као топао чај.

Димњача је нежна, потпуно гола ниска биљка, усправна и граната, сивозелене боје, која образује мали жбун, али у повољним условима може порастати до метра висине. Листићи су обично у три кратка пера. Цветови, поребани у редове гроздова, налазе се на врху гранчице, или према лнстовима, најпре су збијени, а после све виши и слободни. Дршке цве-това ничу из пазуха лишћа. Боја цвета је бела или обојена. Семенке су нешто угнуте на врху. Расте по обраћеним пол.има, усевима и празним местима. Цвета од маја до септембра.

3. ГАОГ

Црвећи глог, бели глог, чобаница. — Ко није упућен у де-ловање биљних лекова не би могао помислити да и глог има многобројних и важних улога у лечењу уопште, а срчаних бо-лести напосе. Међутим, и пракса и наука имају искуства с њим. У његовој кори има два горка лека, а у цвету минерала манга-на, шећера и још два тела (састојка), једно кристално, а друго некристално. У глогињама има витамина.

Стари лекари су га употребљавали против подагре („гих-та"), запаљења марамице, белог прања; а његове бобице против камена у бубрежној бешици. „Др Џенинкс из Чикага, вршећи опите с течним згустком (екстрактом) од глога у четрдесет и три случаја разних облика срчаних болести дошао је до убеђења да он делује на стомачни нерв (обе гране) и на остале нерве који регулишу рад срца, одређујући и одржавајући на тај начин равнотежу између општег и притиска крви и снаге срчаних откуцаја. Поред тога, увидео је да глог добро делује и на нервни систем тиме што врло повољно утиче на симпатички верв и тзв. нервни „сунчани сплет" (изнад стомака). У Фран-дуској проф. Ишар указао је на глог као на оснажујуће сред-стао код срчаних поремећаја, где је у стању да подупре дело-вање напрстка (дигиталиса). Нервозна срца могу се такође овим простим леком (по Рејлију); њиме се може постићи уовех онде где се напрстак добро не подноси, а тако исто и код болести аорте, појаве дегенерације срчаног ткива и болести срца с великим крвним притиском."

Опите и искуство које је с глогом имао др Леклерк, у току лдалесет година клиничког посматрања, дали су му основа да од 50 капи дневно његове тинктуре, он изазива знатно љ пулса и сањивост. Његова главна особина је у томе Јхча срчану радњу и да делује као регулатор на крвне судове

тиме што доводи до равнотеже између крвног притиска и срчане снаге при истеривању крви у општи крвоток. Он чини срце ја-чим за дуже време тиме

што смањује надражљивост крвних судова. Помаже и одржава онај **замах** централног органа за **крвоток** (тј. срце **као** **пумпу**). Из свега овога проистиче и његов утицај **као** средства за **умиреае**. Регулишући рад срца и **распо-**
ређујући правилније крв по телу он **умањује** преосетљивост нервног система. *Зато га треба препоручити женама чији су нерви постали осетљиви услед престанка менструације, против лупања срца и избијања црвенила по лицу, несанице, раздражљивости, која је тако честа у животу жена.* Исто је тако и **код** артериосклеротичних **луди**, који су **изложени** превеликој **уз-**
будливости; **код** **Ауди** с **рВавим** стомаком и **код** којих **рБаво** стање органа за варење изазива нервозу срца." Поред овог глав-ног деловања на срце и **крвне** судове, **глог** је показао успешно деловање и **код** других нервних стања, као нпр. **код** страха, не-санице, вртоглавице, **зујања** у **ушима**, с којим ни срце ни **крвни** судови не би могли бити доведени у узрочну везу.

Проф. Ренон држао се такође мишљења да је од највеће важности глогово **умирујуће** деловање на нервни систем, и до-пуштао могућност да се добију повољни резултати **код** нервозе **стомачног** нерва и **код** болова у „сунчаном нервном сплету". Ова особина глога да постиже равнотежу није ограничена **само** на нервни систем срца већ се простира и на **нерве** **крвних** су-дова, где неоспорно подстиче њихово ширење у случају грчева тих судова услед деловања супротних, сужавајућих нерава **крв-них** судова.

Из свега овога и следи примена глога као средства за борбу против повишења **крвног** притиска **нервно-подагричких** болесни-ка (Ренон). Све ово допуњујемо излагањем често цитираног немачког аутора Е. Мајера (вишег лекара болнице у Берлину):

„Глогов цвет и плод (глогиње) примењују се **код** срчаних бо-лести. Они појачавају снагу, **умањују** број срчаног пулса у **ми-нуту** и **умањују** отоке. Њихово деловање оснива се на гликози-ду који се налази у **кори** корена, у цветовима и у плоду. Од тинктуре из цветова даје се 3—5 пута по 10 **капи**, а из семена само 15 капи дневно. Плод глога улази често у састав **лекова** **који** **служе** „за лечење и снижавање **крвног** притиска." Важи **икао** диуретично средство. **Дале**, **код** нервозе срца с **убрзаним** пулсом или неправилним радом може се применити или чиста тинктура од цвета (3—5X10) или тинктура од **глогања** (3X5 **ка-пи**), али **код** **артериосклерозе** и повећаног притиска може се применити ова мешавина:

Цвета од глога Чешњева белог **лука** **Раставића** **Дршке** од **имеле**

Једну **кашику** на шољу воде, кувати 1/4 часа, и ујутру и увече узимати по једну **шолу**. Ово се средство може **употребљавати** дуже и периодично — са 15—20 дана одмора.

Начин употребе и дозе:

- 1) Као чај — **једна** **кашичица** цвета на једну **шољу** **кључа-ле** воде; пити 2—3 **шоље** дневно.
- 2) Прашак од цветова 2—3 грама дневно.
- 3) Меки **згустак** 0,1—0,2 грама, течан **згустак** 0,5—1 **грам** дневно.

4) Како у овом облику лек није тако активан и сигуран, препоручује се алкохолна тинктура, разблажена пет пута, у дози по 20 капи пре сваког од два obroка, тј. дневно 40 капи у току три недеље сваког месеца — као средство за снижење крв-ног притиска. По 40—50 капи увече пре спавања против узнемирења и брзог рада срца. Као „сановњак“ може се такође при-премити: узети пре спавања чај од цвета или 40 (50 највише) капи алкохолне тинктуре у води.

Глог је трновит жбун или дрво, голо више или мање; дршке цвето-ва, крунице и младо лишће су маљави. Лишће с дршкама, доле мало ума-аено, а горе више или мање у режњеве (3—5) поделено, по ивици не-једнако зупчасто. Цветови су бели или црвени, мириса не особито при-јатног, у густим китама — гроздовима на кратким лиснатим гранама. Крунични листићи су широки. Род је црвен, округао или јајаст, са крат-ким остацима крунице на врху, с кошчицом унутра и једним семеном. Расте по шумама, мећама, поред планинских потока и река, њива и утрина. Различит је у погледу величине лишћа, ширине цвета и плода. Има и једну сродну врсту (Сг. топовупа) која, кажу ботаничари, цвета две не-деље доцније. Нашем је време цветања мај.

4. ИМЕЛА

Мела, лепак. — Употребљава се лишће и дршчица од лишћа. После употребе код разноврсних болести (против епилеп-сије, одузетости, капље, трзања, великог кашлја, код крварења из плућа) најзад је наука утврдила да ова биљка делује код склерозе крвних судова, болести бубрега и плувања крви, јер снижава крвни притисак ширећи крвне судове, нарочито површинске на ногама. Утврђено је још да дејство овог лека траје дуже и да је лакше руковати њим него другим лековима који имају исто деловање (из групе нитроглицерина). Лишће имеле садржи разне, само њему својствене састојке: смоласте материје и две киселине од којих можда и зависи његово деловање. Како овај лек делује? Он делује ублажавајуће на централ-ни нервни систем који командује сужавањем и ширењем крв-них судова, услед чега се ствара напетост, дакле настаје опа-сност од њиховог прскања и већег излива крви или крварења (нпр. плућа).

Прописује се у облику праха од лишћа, у дози: 1—1,5 грама дневно (1/5 кашичице; једна кашичица за 5 дана). Или се прописује као водени згустак, у дози од 0,2 до 0,40 грама; а у облику сирупа по овом рецепту који могу да спреме и наши апотекари:

Узимати по једну кашику 3 пута дневно. Исто се тако код нас могу спремити и пилуле по овом рецепту:

Воденог екстракта 0,05 грама . Праха од слатког дрвцета ¹ колико треба за једну пилулу

¹ Видети о овој биљци у последњем оделзку о заразним болестима и грозничавом стању. Иначе, она се зове и госпоино биље, слатки корен.

Давати 4—8 комада дневно.

Може се спремити исти лек и за убризгавање под кожу по овом рецепту професора Ренона:

..... 0,20 грама

Физиолошки раствор соли — (1 кубни центиметар) 1 грам

И у граду и на селу поред праха од исушеног лишћа нај-лакше се може спремити лек од имеле натопљене у вино по овом рецепту:

Свеже биљке 40 грама

Бела вина 1000 „

Треба да кисне 8—10 дана. Узимати или давати по 130 грама дневно (Бержес). Према др Николинију, имела са крушке показала се као најактивнија.

Имела као дводомна биљка расте на храсту, крушки, јабуци, липи, бору. Корен се упија као паразит у грану домаћина и одатле сише со-кове себи за храну. Стабло, које одрвени у старости, рачвасто је као ва-л.ушка, ситно, обло, жутозеленкасто, са сочним, готово као трава и- на зглавак насаљеним гранама. Лишће је наспрамно, дебело, кожасто, дугуљасто, затубасто и при дну сужено. Жути цветови, мушки по 3—5, а жен-ски по 2—3, налазе се у пазуху колена (виљушке) или завршне главице. Аистићи цвета су врло мали. Бобице су округле, беле, прозрачне, с је-дном семенком која је обавијена врло лепљивим месом (соком). Цвета у марту и априлу.

Распрострањена је по целом умереном појасу Европе. У Бео-граду се продаје као украсно цвеће. Није ми познато да је неко купује ради лечења. Криви смо ми лекари што је нисмо досад популарисали.

5. МЕНЕГЛЕД

Скрж, кlobучац, колутка, циклама. — Корен ове биљке, у коме има сапонина (цикламина), једу свиње и зечеви и ништа мм не шкоди, зато се ваљда зове и свињско корење. Права увреда за једну биљку која даје цвет и мирис изванредне пријатно-сти! За човека је корен скржа отрован и изазива брз и јак про-аив. Али алкохолатура ове биљке, према Леклерку, може да се употреби с успехом против зујања у ушима, у дози 10—15 капи дневно, дата у води, на уста, у два или три пута. Не зна се како она ту делује, али је њено деловање доказано праксом и њему треба увек прибећи пре других средстава. Нарочито се може применити код људи у годинама код којих се наслеђује локална склероза средњег ува, ма и не наступила општа склероза. Код нервног зујања у ушима успех је ваљда још сигурнији.

Корен цикламе чини једад кромпир или главица већа или мања (1—4 центиметра), што зависи од места где расте. Лишће има дугачке Аршке, облика је јајастог, зупчasto је, често је с доње стране црвено или илавичасто. Цветови су на дугачким дршкама, које се, кад прецвета цвет, спирално увијају наниже тако да љуска сазрева у земљи. Цветови су видно велики, бели или ружичастоцрвени, лепо миришу (они у шуми) или не миришу (махом они што се гаје). Листићи крунице су посувраћени. Цвета у августу и септембру. Отрован сок цикламе губи то својство пржељем, а главица (корен), веле, по укусу личи на кестен.

6. МЕЧЈА ШАПА

Медвећи длан, папоњак. — Клиничка испитивања физио-лошког дејства и састава ове биљке показала су да она активно делује на снижавање крвног притиска код људи чији је крвни притисак повећан. Есенција од њеног плода делује благо, по-степенно и дуго, без штете по срчани мишић. Уз то, проширује периферне крвне судове, повећава диурезу и смањује уреу у крви. Врло је добро употребити тинктуру од семена разбдажену физиолошким раствором соди (20—30 капи дневно).

7. МАЛИНА

I. АЛКОХОЛНА ПИВА ДООИЈЕНА ИЗ ГРОЖБА

Не може се рећи да је вино хемијски продукт. Вино се, као што знамо, добија из грожђаног сока после алкохолног врења у коме учествују нарочите гљивице дакле, из биљке. Производ тога врења — вино, има и нарочите састојке (аромат, букете, киселине и боју) везане за првобитни род — грожђе. Према томе, иако то није непосредно добијен сок од биљке, он спада у нашу област излагања јер је биљног порекла. Чак и да није добијен од грожђа, него и од какве дру-ге билке (кромпира, ражи, шећерне репе итд.). Што се тиче вина и других алкохолних пића добијених од вина, њихова је примена тако стара и корист тако очигледна да данас нема ниједног лекара који у науци не би том леку прибегао. Ево шта каже проф. Бахем (Бон) у својој *Науци о лековима*. „Алкохол је, нарочито у облику вина и ракије, неоспорно средство за подстицање на рад, нарочито срца и дисања, под условом да се не даје у великој количини. Огледи који су чињени са животињама не могу у овом погледу да покажу онолико колико искуство у примени алкохола крај болесничке постеле. Примењује се у случајевима кад се човек одједном изгуби, добије несвестицу, или се налази у грозничавом стању (нпр. кад има запаљење плућа). Код људи који су раније стално пили и правих пијаница треба давати сразмерно веће дозе. Такође се може давати стално старим, слабуњавим и гојазним особама. Алкохол треба давати у облику чистог племенитог вина, у коме поред осталог делују као покретач и испарљиве

киселине (оно што даје вину укус и мирис). Пенушава вина, тј. она која садрже у исто време и углену киселину и шећер, вињак (ко-њак), рум, арак (ове две врсте имају много алкохола) дозвољена су такође и препоручује се њихова примена. У погледу вредности алкохола као облика хране, треба има-ти у виду да један грам алкохола има 7 калорија, тј. једна чаша вина или ракије од 100 грама 15%-ног алкохола има $15 \times 7 = 105$ калорија. Један литар рајнског вина (белог вина, сличног на-шем жупском или добром ризлингу) садржи готово једну тре-

или да су се створили у самом телу као штетна једињења, као што то бива код тзв. тровања сопственим састојцима крви и сокова — уремије. Кад су изазвали боље мокрење, ови лекови олакшавају и осталим деловима тела и органима, који после тога могу правилније радити (чим избаце штетне талог), јер нису више спречени у раду оном излишном водом која се на-купила у њима или у њиховој близини. Да бисмо избегли неспоразум, дужни смо рећи да се бубрези лече и другим средствима, осим овим биљем, како СПОАНИМ тако и унутарњим, физичким (топлотом, купањем, облогама), дијетом (млеком итд.), као и хемијским лековима. У излагање свих ових средстава ми се не можемо упуштати, јер то из-лази изван оквира нашег задатка. Затим, спољни утицаји: на-зеби, удари, повреде, несрећни случајеви итд., чине такође групу узрока обољења бубрега који се лече по општим правилима, како биљним лековима, махом чајевима итд., тако и физичким методама. Разуме се да је прва брига свакога да се чува назеба, заразе, телесних повреда, рана итд. које могу проузроковати обољење бубрега, јер се бубрези тешко лече покаткад врло тешко.

Нарочито ако оболел е постане хронично (дуготрајно). Отуда, чини ми се, ни код које друге болести лекара не обузи-ма таква радост као кад види да је неки од његових лекова могао бубрежном болеснику. Код других обољења он је често уве-рен да ће се болесник излечити, али овде је ствар несигурна: не зна се какав ће ток или обрт узети сама болест бубрега. Зато нас обузима искрена радост што можемо болесницима да укажемо на низ билака које су давале неоспорно добре резултате у лечењу оболелих бубрега. Делом су оне познате и већ употребљаване у популарној медицини, а делом лаици за њих не знају и зато их треба показати и описати, а и потврдити као корисне. Но при том описивању лекова, који углавном помажу мо-крењу, ми их морамо поделити на неколико група, и то: У прву групу унећемо оне који делују издалека, тј. изван бубрега, и утичу на срчану радњу, јачају и подижу слабо ста-ње у

крвним судовима. Ту спадају већ побројани лекови чија је примена описана када смо говорили о лечењу болести срца: напрстак, гороцвет, приморски лук, ђурђевак, прољевак, ме-тласти зечји трн, поготову његов цвет (скопарин), затим вода за пиће, нарочито планинска вода, јако зашећерена вода, слабе минералне воде (с мало минералних соли) и најзад креч у облику калцијум-хлората (по 1 грам 3 пута дневно) у сирупу од лимуна. Ови лекови извлаче воду из тела и кроз бубреге је терају напоље. У другу групу спадају лекови који делују на ћелије бубрега и његов апарат за цеђење и лучење мокраће. Њихово деловање је сложено и то питање овде не треба потезати. Ту долазе као лекови кафа, чај и какао, који делују на бубреге подједнако, како на крвнџиле тако и на ћелије бубрега. За овим долазе лекови који још више изазивају и надражују ћелије, али су они хемијски и дају се само у крајњој нужди на уста или под кожу (убризгавају се). Морам додати да у ову групу улазе и црни лук, празилук и терпентин (у капсулама по 1/2 грама, или у пилулама по 1/5 грама, или у сирупу по 50—100 грама дневно), које смо описали раније говорећи о воденој болести услед обољења јетре. Трећу групу лекова чине домаћи биљни чајеви. За њих проф. Лепер каже да их треба давати уз остала средства за болесне бубреге и мокрење, јер су се показали неоспорно корисни и делотворни. „Ови чајеви“, каже он, „делују прво тиме што су течни, затим што су јаче зашећерени; најзад тиме што садрже у себи извесне смоле које буду диуретичне (гоне на мокрење). У метластом трну и зимском зељу (пироли) постоји већ један специјалан лек. Будућност која ће умети да нам открије суштину и гајну деловања лекова даће нам једног дана и друге, тачније податке о томе. Она ће нам рећи зашто петелџке од трешања, доје су некада одушевиле Хомера, чувају до данас сву своју репутацију и зашто стари сируп од пет корена, са скромним и готово кухињским именом, направљен од дивљег целера, шпаргле, мирођије, першуна и ниске зеленике¹, делује још од старогрчког доба до данас на успаване бубреге тако да они почну боље лучити мокраћу и да то деловање никад није омануло кад се он примени.“

Овоме можемо додати следеће:

Показало се да је против тровања металима, што се дешава готово редовно занатлијама или радницима у индустрији која прерачује метале (нпр. олово, бакар итд.), најподесније пити лековите чајеве, а не млеко, како се то досад чинило. С млеком се ти метали не избацују напоље, док чајеви стално од њих перу организам и бубреге. Врло је потребно да сви заинтересовани (управе радионица фабрика, рудника и др.) ово знају и да одмах уведу употребу чајева од лековитог биља.

После оваквог гледања на ствари можемо смело продужити наш рад прегледом биљака.

1. ПИРЕВИНА

Лек од корена пиревине и раније се употребљавао као средство за растварање камена у бубрежној бешици, против рана и камена у мокраћној бешици (у жучној бешици такође); а и сад се употребљава у лечењу запаења у бубрежно-мокраћним органима, као и у лечењу запаљења у органима за варење. У његовом соку има и слузи, и шећера, и скроба, и особене материје која мирише на ванилу, соли калијума итд. (др С. П.). Све се то раствара у води. Зато је његова примена као благог средства које тера на мокрење корисна и научно доказана.

Лек се спрема овако: 30 грама корена пиревине кува се је-дан минут у већој количини воде. Та се вода проспе — због своје опорости и горчине. Затим тако размекшану пиревину треба изгњечити да би се распала кора, која је тврда и дрвена-ста. Поново се све кува у 1250 грама воде — док се не укува до 1000 грама. У ту течност при крају треба спустити још 8 грама махуна од слатког дрвцета. Дићи с ватре, охладити и процедити. Још је бољи напиток ако се с махунама од слатког дрвцета спу-сте и комадићи лимуна. Пити у току 24 часа и више.

Апотекари могу да спреме од пиревине лек по овом рецепту:

Згустка (екстракта) од пиревине 5 грама

Воде клучале колико треба до 1000 „

Попије се за дан или дан и по. Понављати не треба, јер ша-мгтру бубрези не подносе дуго.

Од пиревине се у Француској прави чај по болницама. До-ав му је 10—30 грама на литар воде, као што је горе речено. (чак се и пиви прави)зато што у корену и ; има шећера и скроба.

Пиревина се може брати преко целе године, али кад желио ла сачувамо корен за лек — најбоље ју је брати у октобру

- за сувих дана. Бира се најмлаће корење, које виси у ваздуху, г ол њега се кидају оне жилице које чине прави корен. Затим ;г суше у малим снопићима на сунцу или у топлој пећници.

Пиревина може послужити и као замена за корен сарса-тариле, која се с успехом употребљава у лечењу сифилиса. До-за је иста као што је речено, или мало јача, 30—60 грама за 24 часа. Спрема се на исти начин.

Пиревина је трава с пузећим кореном а усправним стаблом. Лишће је с корае стране оштро, храпаво, зелено. Клас од два реда, обично са пет цвема. клинаст, јајаст. Цветићи су заострени или затубасти. Плева је оштра. Време цветања: јун—јул.

Морам овдв додати једну важну ствар која вреди не само жс пиревину него и за остале чајеве који се узимају ради бољег локрења: свима тим чајввима може се додавати и апотекарски лех звани калијум-ацетат, који се врло добро

раствара и пома-же де.1овање чајева. Доза му је 4—5 грама на литар чаја, па се ш пије заједно, малим шољама.

2. ТРЕШЊА

Црешња, черешња. — Чај и одвар од петељака ублажује *лишање*, повећава и убрзава *лучење* мокраће онде где су дру-љ средства остала без деловања. Петелке од трешања спремају се за пиће на овај начин: у једном литру воде скува се око 30 грама (једна добра шака) петелака. Овај одвар се изручи на 1/4 килограма трешања или јабука исечених у котуре, ако је сезона трешања прошла. То остаје да кисне 20 минута, па се затим полагаано, под прити-ском, процеди кроз сито. Добија се пријатан напитака и за бо-лесне и за здраве људе. Или се спреми згустак од петељака и даје по 2—3 грама у чају.

Исти посао врше и петелке од вишања, само се не смеју кувати него само попарити (инфузум).

3. КУКУРУЗ

Свила од кукуруза садржи једну масну материју и другу која има особине да стеже крвне судове — да не би крварили.

Мада и вода од куваног кукуруза има особине да изазива мокрење, ипак се свила од кукуруза показала као много болја. То су доказали многи научници, почев од 1879, када је свила уведена у медицину, па до данас. По др Дифоу, најбољи резултати од кукурузне свиле добијају се код песка у бубрезима и избацивања фосфора из тела у већој количини него што треба, као и у случајевима хроничног обољења мокраћне бешике. Али поред ових врста болести, она се с успехом може прописивати код болести срца, код албуминурије (беланчевине у мокраћи) и свих оних стања где је потребно обилније мокрење. Од ње се количина мокраће утростручи и учетворостручи за 24 часа. Да-вање овог лека може бити дуготрајно, без бојазни да ће болеснику штетити. Други један научник, Дикас, сматра свилу од кукуруза као најсигурнији лек и за стишавање болова код хроничног обољења мокраћне бешике и камена у бубрежној бешици и као најбоље средство за предохрану од песка у бубрезима.

Треба је брати пре него што се свила опраши и на стаблу осуши; пажљиво је осушити и држати у добро затвореном суду, тегли итд., да не би из ње испарили зејтини, од којих и за-виси њено деловање. Она с пијаце не вреди. Најбоље употребити одвар, у дози 6:200, процећен и зашећерен; или непрокуван (само попарен) чај, у дози 100 грама на литар клучале воде. Пити преко целог дана помало (Е. Мајер). Што се тиче згустка од свиле — ту разлика у садржини лековитих материја зависи од земљишта, климе, од времена брања свиле итд. (8—30:100). Зато при употреби згустка од свиле треба поступити по овом рецепту (за апотекаре):

Згустка од кукурузне свиле Сирупа од шећера

Да буде топло; треба загрејати. Давати по 2—4 кашике дневно. Свака оваква кашика садржи по 0,5 грама згустка и равна је једној шољи чаја, спремљеног од доста кукурузне свиле. Кукурузна свила се може давати и у мешавини с лишћем од брезе и лишћем од медвећег ува као прокуван чај.

4. КОСТРИКА

Мишји трн, вепринац, трнобор. — Да би се појачало луче-ае мокраће и излечило опште стање кад је мокраћа оскудна. што се сматра за рђаво, употребљава се корен овог шиба. Пре-нмућство пред осталим лековима му је у томе што најповољније лелује код подагричара (гихтичара). Његови млади изданци имају добар укус и могу се узимати за јело као шпаргла, која има исто диуретичко дејство. Најзгодније је применити одвар од корена, у дози 60 грама на литар воде. Или згустак (од воде) по 1—4 грама дневно.

Као и корен — бобице терају на мокрење. Према томе, могу се употребити против водене болести, против отока ма где било на телу у вези са слабошћу бубрега.

Бодљикави мишји трн има дуготрајни корен, стабло високо 3—6 дециметара. Горе је јако гранат. Лишће је јајасто, на врху заострено, бодљикаво. Цвет је мали. Бобице-род је црвен. Расте по стенама и каменим местима, под жбуњем у јужним крајевима Европе и ближе мору, па и код иас. Време цветања; март—април.

5. ЦЕЛЕР

За деловање на лучење мокраће употребљава се његов ко-рен. У популарној медицини овај лек је познат још из праста-рих времена. У лечењу праве болести бубрега треба га прописивати у облику свежег сока, јер се при сушењу главни састојак распа-да. Или треба спремити алкохолни расо и давати по 1 кашичицу дневно (око 100 капи). Добро је кад се 50 грама корена проку-ва с подједнаким делом першуна (корена и стабла), и ова ку-вана вода наспе у боцу и пажљиво затвори, па се од овог од-вара пију дневно три шол>е.

Целер се сади по баштама те опис није потребан.

б. ШРШУН

Петрожељ, петрусим. — Примењује се као згодно, јевтино и диуретично средство (гони на мокрење) код отечене јетре, болести бубрега и мокраћних цеви, нарочито бешинке — у на-родној медицини, јер је доступно свакоме. Спрема се као јак одвар свежег корена першуна, у дози:

100 грама корена на литар воде, и пије шољама (2—3 дневно).

Оба лека (целер и першун) су, ваљда, зато ушла постепено у зачине што су претходно били испитани као лекови, па су затим у мањим дозама додавани јелу за здраве људе да се не би разбо-лели. Тако су због предохране од болести постали свакидашњи, ма и незнатни део јела, тј. постали су зачини. Употреба ових биљака у облику исцећевина, зејтина и сока, као и облога од лишћа, показује колико је популарна медицина умела црпети средства из сваке подесне биљке. Ово пока-зује још и како су поједини народи, културнији него наш, умели да из свега извуку корист за себе и за своје здравље. Већина нашег сеоског света и не зна шта је то, а неки немају чак ни купус у врту.

7. МИРОБША

Копар. — Чај од корена мироћије као и од целе биљке, свеже или осушене, употребљава се као средство за брже и јаче мокрење код оних болесника који мокре сваки час и, тако рећи, кап по кап, који имају болове у мокраћној бешици, а у исто време и оболење бубрега (с беланчевином у мокраћи). Делује повол»-но и на центар дисања.

8. СИРУП ОД ПЕТ КОРЕНА

Изрећавши ова бил>на средства, згодно је да на овом месту поменемо и смеше које служе истом циљу — лечењу бубрега и што бољем лучењу мокраће.

Ту је прва: сируп од пет корена, који се састоји из:

корена од шпаргле,
корена од мишјег трна (вепринца),
корена од целера,
корена од першуна и
корена од мироћије.

Од ове смеше спрема се одличан лек који по својим осо-бинама има содну природу (алкалну реакцију) и гони на мо-крење, јер у њему има алкалних („содних“) соли. Сируп се прописује у дози од 60 до 100 грама дневно, чист или с неким чајем, чији укус услед тога постаје пријатан и мирише на карамел.

Сируп се прави по општим правилима: најпре се спреми од смеше тог корена чај и онда од чаја и шећера (у односу 5 : 9 или 10 : 18 или 1000 : 1800 грама) сируп.

9. ВИНО БОЛНИЦЕ МИЛОСРБА У ПАРИЗУ

Врло је чувено и поред вина Трусо и пилула Лансеро, које смо навели код болести јетре (видети тамо о приморском луку). Раније је било спремано од многих састојака (коре лимуна, пелина, матичњака итд.), али је сад упрошћено и сведено на овај састав:

Листа од напрстка (дигиталиса) 5 грама

Режњева приморског лука 7,5 „

Зрна од вење (бобице) 75

Калијум-ацетата 50 „

Белог вина 900 „

Алкохола 100 „

Даје се по 1—2 кашике за 24 часа, на уста или у клистиру (у задње црево). Овакво вино може да спреми сваки апотекар, па и умешан нестручњак. Лек може бити још бољи ако се биљни састојци оставе да кисну у води и вино четири дана, па им се тек онда дода калијум-ацетат (као што се то ради код вина Трусо) и затим процеди и да на употребу како је речено. Лек је овај добар и за срце и за мокрење.

10. ГОРОЦВЕТ

О овој билци смо говорили код болести срца, и лек справљен од ње може се као неопасан дати свуда где постоји страх од напрстка, као и после давања напрстка по правилу, али се не сме узимати дуже од две недеље, и то под контролом лекара.

11. БУРБЕВАК

Ова бика је врло добар лек за срце и бубреге: појачава срце и увећава количину мокраће.

Даје се по 0,3—0,6 грама праха дневно; или 0,5—2 грама танктуре, тј. 25 до 100 капи дневно.

12. ЖУТИ ЗЕЧЈИ ТРН

Такође је лек за мокрење. За то своје деловање има да захвали састојку који се налази само у његовом цвету (скопа-рин). Проф. Потен је препоручивао да се употребљава чај од аета, у дози по 15 грама цвета на 300 грама кључале воде; пити *шо* једну чашу од 100 грама увече пре спавања.

Жути зечји трн је описан раније код срчаних болести.

13. ЗЕЧЈИ ТРН

Гладишевина, зечји трн, милотрн, грмотрн, гладушац. — **Кстрен** зечјег трна делује тако да увећава количину излучене мо-вфабе а умањује симптоме и знаке запаљења. Према томе, његова је примена нарочито препоручАива код песка и камена у бубрежној бешици и хроничног запал>ења и катара у мокраћ-ној бешици. Његова активна материја налази се у кори корена. Против ових стања најбоље је спремити за лек ове састојке:

Корена од зечјег трна 20 грама
Семена од мирођије 5 „
Воде 1000

Сам лек се дале спрема на овај начин:

Корен се кува у води док се не укува за једну четвртину (тј. остане 3/4). Затим се спушта семе мирођије у кључали од-вар и оставља да стоји пет минута, потом се заслади медом. **То** треба попити у току 24 часа.

Или се (у апотеци или код куће) спреми екстракт од ко-рена и даје по 2—4 грама дневно.

Зечји трн се од прастарих времена употребљава као лек. „По неким лекаrima и лишће ове билке тера на мокрење, и у Француској га просто ветеринари дају коњима кад им мо-краћа застане" (др С. Петровић).

Зечјег трна има више врста, али је главни Опогоз аршоза, тзв. трна-сти. То је шиб 4—6 дециметара висок. Његов корен иде право у земљу. Стаблике су усправне, с пругом од длака са стране и с многим јако раз-веденнм трњем, које је често удвојено при чворовима. Лишће је скоро глатко и с кратким дршкама; доње троперно, а горње једноперно. Цве-тови су усамљени у пазуху лишћа, и то на врху грана, где са лишћем чине лиснат дугуласт грозд. Махуне су дугачке колико и чашице. Кру-ница дужа од чашице. Барјак је јајаст, боцкав и дужи од кобилице, а ова је дужа од крилаца. Семенке су квржичаве и мрке, а има их две до четири. Расте по ливадама, крај друмова и по кршевима. Цвета у јуну.

14. ВИОШНИЦА

Ова биљка нема мириса, а укуса је зеластог и сланог. У њој има депљиве материје, шадитре и прилично сумпора. Од ње се справља чај, врло користан код бубрежних обољења где треба очистити пролазе од слузи и песка, и уопште где се жели да постигне јачс мокрење. За чај се узима 20 грама или шака свеже билке на литар кључале воде. Пије се 2—3 шоље дневно. Како је напитаk врло опор — укус му се може поправити комадићем лимуна или поморанџе. Сува биљка нема дејства.

Боље делује сок исцећен из ње. Др Заги га је давао (60 до 100 грама дневно) трудним женама којима је претила екламп-сија. Дobar успех је постигао и у лечењу акутног запаљења бубрега после грипа и скарлатине.

„Популарни видари" писао је др Сава Петровић, „у неким земљама хране козе овом билком и њиховим млеком лече Људе који пате од водене

болести. Поуздано се може рећи да **ово** лечење неће болеснику помоћи." Допустимо да можда трава и неће, али млеко хоће. У сваком случају, штете неће бити, уколико од млека уопште има штете. Кад већ мирис од траве прелази у млеко, што значи да прелазе и нека етарска уља у аега, онда и други састојци (као нпр. шалитра) могу у **мањим** дозама прећи у **млеко** и помоћи лечењу. Једном речи, овде специјално немамо разлога да се не сложимо с видарима.

Вијошница је мала, граната биљка, с дуговечним жиличастим **кореном**; у току прве године је усправна, а после се рашири или полегне. Билка је маљава и достиже висину једва до три дециметра. Лишће има дршку, облика јајастог до дугуљастог. Листови су усамљени, отворено-зелени, **танки** као хартија, по ободу су цели. Цветови су у **гомилицама** у пазуху **лишћа**; ситни, без петељака. Семенка је јајаста и готово зашиљена. Расте по зидовима и камењитим местима. Цвета од јула до **октобра**. Сазнали смо да је **има** на Тимоку. Тражена је раније из Холандије.

15. БРЕЗА

Сок који тече у пролеће из њеног стабла даје најбоље, специфично средство против **песка** и **камена** у бубрежној бешици. Тако се говорило **некада**. „Он стишава болове и грчеве и лечи застој мокраће, као и прекид **мокрења**, чак и код старца." Године 1897. др Винтерниц је тврдио да чај од њеног **лишћа** може учинити да ишчезну отоци **који** су се појавили услед срчане слабости и бубрежне болести, а тако исто да могу **под његовим** деловањем устукнути и друге, разне појаве водене болести, да се под утицајем овог **лека** **количина** мокраће може попети од 400 грама на 2—2,5 литара; да се беланчевина у **мокраћи** (албуминурија) смањује, оток и заптив ишчезавају, а да се при том бубрежно ткиво не надражује.

Чувени проф. Ишар имао је с овим **леком** такђе добро **искуство**. Он је у једном случају добио чак **бољи** резултат него с **напрстком**: преписавши један литар чаја од брезе болеснику **који** није **мокрио** више од 500 грама, постигао је да болесник сутрадан и идућих дана излучи по 1000, 1500 и 2500 грама мокраће. Та се **количина** држала стално на два литра у току шест дана под утицајем давања **згустка** (екстракта) од листа, у дози од 0,8 до 1 грама дневно. И друге чињенице дале су Ишару **право** да **заклучи** да је бреза врло **користан** **лек** **кад** треба да се појача **мокрење**, нарочито **код** подагричара.

Најбоље је употребити брезу као: 1) чај од листа, 2) одвар од **пупољака** и 3) **згустак** добијен потапањем у **алкохолу**.

Др Моро дао је за чај овај рецепт:

Листа од брезе 10—50 грама

Кључале воде 1000 „

Соде бикарбоне (петина кашичице) . . 1 грам

Чај-лек спрема се овако: прелити кључалом водом лишће. Кад температура овог чаја падне на 40°C, онда додати бикар-бону соду да би се растворили лепљиви састојци лишћа. Затим оставити чај да кисне шест часова; потом процедити и пити шољама. Може се узимати и као сув јако иситњен прах од лишћа, по једна кашичица три пута дневно (или у обlandaма) с водом.

Пупољци од брезе спремају се као одвар на овај начин:

100—150 грама пупољака кува се у 700 грама воде. Кад то прокључа, укувати све до 600 грама, процедити и пити шољама.

Алкохолни екстракт (згустак) прописује се у пилулама, по 0,2 грама, и то по 8—10 пилула дневно.

Бреза је лепо дрво које може да порасте увис до 20 метара. Расте у средњој и северној Европи. Кора му је бела, сребрнаста. Лишће на дугачким дршкама, троугластог облика, зупчастих ивица, голо, с много жила. Цвеће у реси, Семе дугуасто.

16. БЕЛИ ЈАСЕН

Његово деловање доказано је резултатима после његовог примања: у јаком знојењу и обилатом мокрењу. Још је стари лекар Серенус утврдио његову примену дајући јасеново семе с вином у циљу бољег мокрења. Други су употребљавали одвар његове коре с вином. Чак су тврдили да његово име „фракси-нус" долази од латинске речи онај који ломи камење". Зато је и употребљаван против стварања песка и камена у бубрежним левцима. „У наше доба", каже Леклерк, „јасен је још лек за реуматизам и за подагру, и његова репутација, изгледа, уосталом, почива на многим солиднијим темељи-ма него што је проста емпирија (пракса)." И научници Пејро и Делари добили су изванредне резултате помоћу чаја од јасе-на, а Пире га је примењивао код акутног реуматизма, где он много помаже другим лековитим средствима у растеривању отока у зглобовима.

Чај од јасена добија се кад се дезертна кашика (1/2 супене кашике) грубо иситњеног сувог листа попари шољом кључале воде. Уместо тога може да се узме, с успехом, семе од јасена, које садржи у себи већу количину лековитих састојака (тзв. фраксинит и фраксинин).

На селу, где је све ово лакше добити, по савету Леклерка може се прописати (костобољнима) овај сируп:

Семена од јасена

Гумиарабике'

50 грама 15 „ 400 „ 400 „

Шећера

Воде

(могу се узети два пута, **и до десет пута** веће количине)

При спремању пазити на ово правило: треба најпре полако поливати семе **кључалом** водом, затим растворити гумиарабику **м** шећер у тој течности. **Онда** све процедити и процећевину испарити до густине сирупа. То давати по 60—100 грама дневно.

По неким лека^рима, лист белог јасена у већој дози чисти без икаквих болова, а **може** да замени лист од сене кад се упо-треби у двострукој **количини** (др С. Петровић). Има више врста јасена **који** се негују по баштама: жалосни **јасен** (Рг. repens) с висећим гранама; златни јасен (Рг. ауреа) са златножутом **кором** грана; с простим јајастим лишћем итд. Треба га разликовати од црног јасена (Рг. nigra) из чије се коре добија сок тзв. мана, **коју** смо навели као средство за чишћење и против глиста.

Бели јасен је дрво наших шума, високо до 20 метара, сивкасто, дебла најпре глатког, навише храпавог, са **кратким** и сјајним гранама. Лио-ни пупољци су црни. Лишће је наспрамно, лихоперасто, с девет до три-**наест** листића, **који** су тако^е наспрамни, на дршке насабени и облика јајасто-**копљастог**, или су дугуласто-рецасти, заострени, озго глатки, а оздо маљави. Цветови се развијају пре листа, немају **крунице** и поре-ћани су **у** наспрамне кратке гроздове: најпре усправне, а доцније наниже оборене. Плод је сув, опнаст, стиснут, на врху **крилат**, не отвара се, и **има** само једну семенку **која** је елиптично издужена и обешена.

17. ЧЕЛЕБИ-ГРАНА

Овој билци се признавало да делује на растварање **ка-мена** у бубрежн^{ој} бешици. Колико је то тачно — може се видети у сваком посебном случају. Али је неоспорно добра као лек за **мокрење** код запаљења бубрега и запаљења предњег, излазног дела **мокраћне** бешике с боловима при **мокрењу**, с ја-ким талогом у **мокраћи** и честим позивом на **мокрење** код старца. Умерено подстиче на рад органе и истерује гасове **кад** се узима хладан. Изазива знојење кад се пије као

врући чај. Из-врстан је за давање бољег укуса лековима од медицинских биљака.

Истакнимо овде да је челеби-грана лек који стеже, и према томе применљив против пролива и катара дебелог црева са слузавим изметом и боловима које та стања изазивају, а особито код дечјег пролива за време избијања зубића. За ту болест је прописан овај рецепт:

Цветне гране (врх) челеби-грране 100 грама

Воде 1000

Шећера 1500

Начин спремања: кувати билку у води 10 минута, затим оставити да кисне 12 часова; процедити под притиском и онда растворити шећер. Давати по 100—200 грама дневно.

Најбоље је узимати је у овим случајевима као одвар, у дози 300 на 100 грама; пити 2—3 шоље дневно; или као алкохолни расо, по две кашичице дневно.

Челеби-грана је дуговечна биљка с разгранатим кореном и високим усправним стаблом, готово глатким и мало маљавим, до 6 дециметара висине. Приземни листови су изокренути и јајасти, рецкасти, на дугачким дршкама. Листови на стаблу су дугуласти или копљасти, слабо зупчати, кратко у стабло урасли. Цветови у главицама, ситни и многобројни на врху стабла, образују гроздове. Боје су лепе златножуте, с 10—12 унаоколо звездасто поређаних цветића. Цвета од јула до августа. Расте по присојима, камењарима и шумама.

18. ПЉУСКАВАЦ

Пљускавац, зрниш. — Овај би дек требадо унети у групу лекова за лечење бодести усед рђаве размене материја у телу, иди, једноставније речено, рђавог варења и пропирања хране у њему. Али како су за нестручног човека све то нејасне ствари — боље је да ову биљку прикључимо биљкама за избацивање песка, камена и кристада из бубрежне бешике.

Она заиста пружа напитака који кисе и гони на мокрење и који је врло користан за подагричаре с много мокраћне соди (врсте тзв. оксидата).

Спрема се на тај начин што се 60 грама његових зрна кува 10 минута у једном литру воде, затим се то држи на тихој ватри још 10 минута, али да не кључа, и пије се малим чашама векодико пута дневно.

19. РАСТАВИВ

Коњореп, лисичији реп, креш, шгукавац, преслица. Ова биљка и њој сродне по врсти и роду врло су богате минералом силицијумом (којег има у белутку и песку), и стога је и остала врло популаран лек у народу, мада многи лекари за њу не знају.

Њено деловање је тројако:

- 1) тера на мокрење,
- 2) зауставља крварење, и

3) појачава количину минерала у телу болесника који су ослабили и изнурени дуготрајном болешћу (нпр. грудних бо-лесника којима често тече крв из носа, из шуљева, материце, бубрега у slabим траговима). Прописује се одвар од суве билке, у дози: 50 грама на 500 грама воде; то се кува пола часа, процеди и пије у два маха, ујутру, наште, и увече пре спавања. У тој течности има 0,3 грама силицијума. Или се употребљава згустак од раставића, по 2—5 грама дневно, ради болег мокрења. Или по 5—20 грама, у ком случају је његово деловање такво да зауставља крварење. Или се даје као прашак, по 1—2 грама пре ручка и вечере, као средство за обнову минерала у телу.

Добро је средство за мокрење код повећаног крвног при-тиска људи средњег доба и после педесете године, па и старијих. Нарочито код оних који кажу да имају хроничне бронхи-тисе, проширена плућа (енфизему), сипњу или астму и свако-јакелдруге компликације у гуши, јетри итд.

20. КАЕКА

Вења. — Од најстаријих времена вења је позната као средство за појачавање мокрења и лучења мокраћних органа. Употребљава се овде као чај у односу 5: 100—150 грама воде

(30—50 грама на литар клучале воде). Узима се на 2 часа по 1 чашица. Али се то узимање не сме продужити без рока, јер трагови терпентина који се налазе у вењи могу изазвати непо-ребни надражај и запаљење бубрега. Стога је најбоље давати ово средство сваког месеца, али само по једну недељу дана.

21. ЗОВА

Базовина, баз, зовика, самбук, базговина, бсова, база. — У лечењу акутних запаљења бубрега с отоком по телу професор Лемоен добио је овом биљком врло добре резултате. Његов ученик Лекок извукао је из другог слоја коре базовине, управо исцедио, један згустак (екстракт) који је могао да употреби као замену кофеину (из кафе) и напрук и да успе с њим и онде где је кофеин сасвим подбацио.

Обично се у популарној медицини употребљава цвет; ме-ђутим, да би се искористила ова биљка као средство за мокрење, треба употребити њену другу, унутрашњу кору — као одвар, у дози: две шаке средње (унутрашње) коре на један литар воде, која се укува до половине (пола литра). Или се спреми из ње водени згустак и даје у дози по 0,2—1 грам дневно. Од ње се справља и вино по овом рецепту:

Средње коре зове

Бела вина (смедеревског, жупског, карловачког)

Оставити да кисне 48 часова. Давати 100—150 грама дневно. Цвет од зове, као што је познато, употребљава се за знојење, што је код бубрежних болести врло корисно, а и као сред-ство за добијање млека код породила, јер је зова и стимуланс — подстиче органе на рад. Сок од плода — исцећен из зрелих зрнаца и испарен до густине сирупа — такоће мења функцију органа наболе, даје столицу. Узимати кашичицу на сваки сат, до дејства.

22.АПТА

Бурјан, обад. — По саставу и деловању једнака је зови, и може је у свему заменити.

Ова биљка са својим усправним, зељастим, изнутра шуплим, слабо-гранатим изданцима једва достиже висину од 0,6 до 1 метра. Лишће јој је перасто, са 7—11 копластих, зупчастих споредних листова. Амреласти грозд цветова је на трима главним гранама. Цветови слатко миришу, бгле су боје или на спољној страни нешто црвенкасти. Род — црн. Расте по кречшш местима и по иећама. Време цветан>а: јул—август.

22. ЗЕЧЈА ЛОБОДА

Многи научници тврде да ова биљка може доиста користи-ти код запаљења бубрега с тровањем крви (самотровањем — уремијом). У тим случајевима од ње се нагло увећава количина излучене мокраће, а тако исто опада јачина тровања и друге појаве настале услед тешког стања: гушење, главобола, несаница, гаћење итд. Исто се тако добар резултат постиже узимањем ове биљке и код проширења срца с компликацијама: ото-цима у ногама и трбуху. Она увећава количину мокраће и код грипа, што је врло корисно по ток болести, јер се том прили-ком њеним деловањем избацује из тела оболелог и излишна количина соли.

Ова билка губи од свог деловања кад се исуши, зато је треба употреблавати свежу. На селу је то врло лако чинити јер је има у свако доба. Употребљава се цела биљка, од ње се спрема чај, у дози 10:100 грама (20 грама на шољу кључале воде).

У граду је најболе узимати течан згустак из биљке која је претходно била

осигурана од промена (стабилисана): држа-на у алкохолној пари, а после сушена на сувом топлем ваздуху. Доза је 2—5 грама дневно. Најбоље је спремити лек по овом рецепту:

Течног згустка од зечје лободе Сирупа од лимуна Воде колико треба до . . .

Попити то у току 24 часа. Узимати мањим шољама.

Зечја лобода је биљка, трава, која има дуговечан пузав корен с убо-ром (розетом) листова при корену. Изданци из корена такође су лисна-гн. Унутарљи листићи су шиљати, спољни затубасти, ка основи сужени, одозго су зелени и имају дугачке длаке, а одоздо беличасти и руновити од кратких звездастих длака. Дугачке петељке, усправне и руновите, излазе из корена, носе на врху по једну цветну главицу лимунове боје. Цветићи главице по ивици имају на спол.ној страни црвену боју. Расте по сувим ливадама, по песковитим обронцима, поред путева итд. Време цветања: мај—октобар.

Постоји више врста сличних овој, а главна одлика лековите биљке је та што има звездасте беле длаке на другој страни листа и црвене цветиће по ободу цветне главице

а. ЦРНИ ЛУК

Сви сматрају да су све три врсте лука лековите. Али не знају због чега и како лук делује. Стари су сматрали да је лук средство које тера на мокрење, нарочито у почетку водене болести. То је потврђено савременом научном медицином и од стране многобројних савремених лекара-практичара. Ми смо поменули лук као лековито средство говорећи о другкм боле-стима; овде ћемо изложити на чему се оснива његово деловање, јер о тој простој биљци требало би да се зна више.

Деловање црног лука (мада он није црн) заснива се на со-лима органских киселина које лук садржи, а које се у крвном току могу претворити у алкалне карбонате (сличне бикарбо-ној соди); затим на шећерима разних врста, који делују на сто-лицу, и на једној есенцији која изазива лучење сокова надбу-брежне жлезде и, најзад, на неким ферментима (оксидазе и дијастазе) које топлота стерилише, тј. чини их пасивним. Из тога излази да црни лук треба узимати сиров или само толико куван колико га може подносити стомак.

Најбоље је узимати га у облику спремљеног вина, по овом рецепту:

Обичног зрелог и сировог црног лука . . 300 грама Меда течног 100 „Белог вина 600 „

Узимати по 2—4 кашике дневно. Лек се спрема на овај начин: лук се истуца, пропусти кроз сито, и та исцеђевина с ме-дом и вином даје један сок. Пре узимања треба увек ову смешу промућкати. Осим овог вина може се спремити алкохолни расол: извесна количина средине од лука прелије се истом количином 90%-ног алкохола и све то остави да кисне 10 дана. Од тога се узима по 6 кашичица дневно.

24. ПАЗИЛУК

Може бити користан у лечењу истих болести код којих користи и црни лук, утолико пре што све врсте лука, па и ова, својим деловањем подстичу стомак на рад и доводе у ред цео систем органа за варење. Садрже витамин С (Це) као и папри-ке и спречавају скорбут, болест наглог трошења организма — трулења и крварења.

25. ПРИМОРСКИ ЛУК

Расте у приморју. Делује у случајевима где се јављају ото-ци. Тачна примена овога лека одређује се овако:

Не сме се давати код почетног, акутног запаљења бубрега, јер утиче непосредно на бубрежно ткиво; ни уопште малој де-ци до 2 године. Али је његова примена од велике користи код хроничног обољења бубрега с наклоношћу ка самотровању, тј.

код водених болести које зависе од болести бубрега и задржава-вају азот у телу и соли у ткиву; даље, код болести јетре с ото-ком, и уопште код свих стања кад се задржава мокраћа и повећава самотровање крви (од тзв. урее).

26. ЦРНА РИБИЗЛА



Црна рибизла

Есенција која је нађена у лишћу ове биљке делује на ћелије бубрега и изазива повећано лучење мокраће, а с там и чишћење крви од отровних састојака (нпр. азота). Према томе, може да се употреби увек као чај код људи који имају повећан крвни притисак и боје се склерозе крвних судова као и преоптерећености крвног система услед обилатог уживања у месу и

уопште у јелу и пићу. Нарочито је умесна код подагре — зглобоболе.

Прописује се као чај, у дози 5:100. Попити по пола литра дневно.

Или се спрема као течан згустак и узима једна кашичица пре ручка и једна пре вечере.

Немачки се зове још и, тј. јагода против „гихта“.

Овај жбун — црна рибизла — одликује се од својих рођака, црвене и виноградске (бодљикаве) жуте рибизле, тиме што је њен род црн, што њено лишће кад се протрља мирише на стеницу, а тај мирис излази из малих жлезда поморанџасте боје које се налазе на доњој страни ли-ста. Стабло је без трља, листови су већи него код црвене рибизле, имају тамнију боју (зелену), облик им је више срцаст, с три до пет зупчастих делова (режњева), који су кратким, грубим али појединачним длакама покривени. Цветни гроздови су усамљени и рећи него код црвене рибизле. Цветови су већи, звонастог облика, с дугачким петелкама, ка врху све краћи. Чашица је на спол.ној страни јако длакава. Род је црн, има нарочити мирис, због чега га неки воле, а неки не. Расте по шумама као дивла и по баштама као питома. Цвета у априлу и мају.

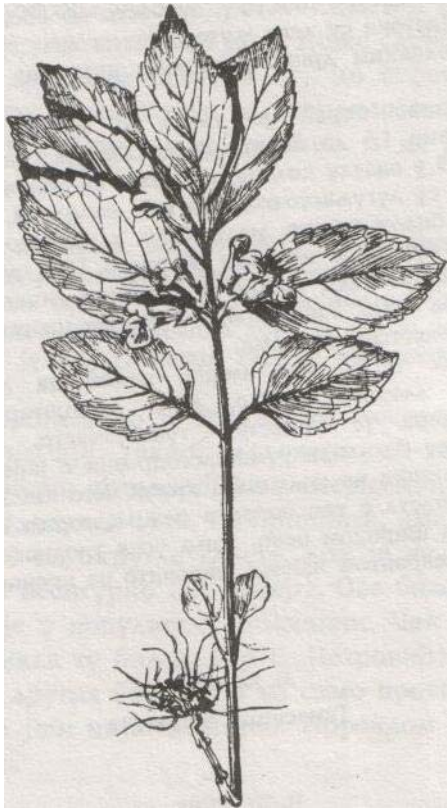
27. КОКОТАЦ

28. ЛАЗАРКИЊА

29. МАТОЧИКА

Све ове биљке садрже у себи један заједнички дек, тзв. ку-марин, који се ствара у њима у току сушења, а и после, док превиру и док ћелије у њима трпе промену. Овај лек, кумарин, не само што делује на бубреге као средство за лучење мокраће

него и на њено пречишћавање. јер има антисептично својство, тј. способност да убија разне микробе у мокраћним органима. Од ових биљака справља се чај, у дози 5: 100 грама (10:200), и пије 2—3 шоље дневно; чај је врло пријатног мириса и укуса.



Маточика

Поред овога што је изнето, особине кокоца су такве да је траже пчеле. Врло је миришљива и од ње зависи мирис сена, и стока је воли. Од ње се добија цењена лековита вода за очи. Од њеног цвета се прави миришљива вода (печењем), чији ми-рис зависи од једног састојка сличног кумарину, или чак истог онаквог какав се налази у бобу.

У мешавини с листом од слеза, цветом беле раде и ланеним семеном — прокувано — даје размекшавајућу облогу за спољну употребу на телу.

Кокотац је доста висока биљка, двогодишња, с јаким стаблом, усправним, 6—10 дециметара висине. Горње лишће јој је дугуљасто-елипсасто, са суженим крајем при дну, зупчасто по ободу као тестера, зату-басто на врху. Цветови су лепе жуте боје, на врху грана у грозду, мири-шливи, на подједнаким дршкама. Време цветања: јул—август. Има је свуда код нас.

Код *лазаркиње* корен је танак и пузећи, стабло усправно, голо, достиже само 1,5 до 3 дециметра висине. Листови расту по 8, ребе по 6, 7 иди 9 у пазуху колена; најнижи су обично ситни и изврнуто--јајасте, а горњи су дугуљасто-округли или копАасте, помало груби. Цве-тићи су на врху биљке нежни, мали, бели, с обореном круницом. Род је округао, рутавом кукастом чекињом обрастао. При сушењу, као што смо рекли, биљка развија неки нарочито пријатан мирис, зато се употребљава као зачин за вино, тзв. мајвајна¹. Време цветања: мај—јун. Расте по шумама, на сеновитим местима.

Код *маточике* (која има лишће налик на лишће матичњака) имамо усправно длакаво стабло, до 5 дециметара висине. Лишће има дршку, облика је срцастог, тупозупчасто, до 4 центиметра дужине. Цветови су бели -или ружичастоцрвени с јарко црвеним пегама, по 2—6 у паауху лишћа на коленима, краћи него лишће. Чашица је тан-ка, трбушасто

звонаста с три основна режња, горњи с 2—3 зареза. Кру-ница дугуљаста, са широком цеви, доња усна тролисна. Прашника 4. Ра-сте по шумама и сеновитом жбуњу, нарочито на кречном тлу. Време цве-тања: мај—јун.

30. КАЛОПЕР

31. ПРУДНИК

Ове две билке нарочито пријатна укуса и мириса, сличног валеријани, имају особину да терају на мокрење и удаљују гасове из црева; зато су подесне код гојазних људи који имају надимање у трбуху и узимају сувише слану храну, услед чега пију много воде и- гоје се.

Калопер је сродан повратичу али се разликује од њега тиме што има дугуљасто, затубасто, ситнозупчасто лишће, с дугачким дршкама и пријатним мирисом. Корен му је пузећи. Цвеће припада роду хризантема. Цела билка је зеленобеличаста. Цвеће је жуто, личи на прост по-вратич, али има мирис много јачи него онај први; укус му је љут и горак.

Некад се употребљавао и против глиста и против хистерије. Чувени ботаничар Лине тврдио је да може служити као средство које ублажава деловање опијума (тј. да спречава затвор). На крају крајева, то је исто што је утврдила и наука: да делује против гасова у стомаку и у цревима и да повећава лучење мокраће.

Што се тиче прудника, његово лишће је сивкасто или жућкасто, с обе стране јако маљаво и жлездичаво, и перасто исечено. То је усправна билка која достиже висину само до 3 центиметра. Ситно цвеће му је у гомилицама на дугачким гроздовима који су готово без лишћа. Цвета од јула до јесени. У јужној Немачкој гаји се као лековита билка.

Како ова врста тако и сродна јој самирао немају таквог деловања на глисте, али зејтин од прудника (*Oleum seneoposli*) из американске врсте уведен 1910. од Брининга, има изврсно уништа-вајуће деловање на округле глисте, док је на ситне Црвиће деловање слабо и несигурно (Е. Мајер). Ове билке су се употребљавале и раније у популарној медицини. Чак је и наша стара фармакопеја имала ту билку (др С. Петровић), али се давала и против многих других болести а не само против оне горе помешане, но све то још није испитано. Пореклом је из Мексика, а расте и код нас.

32. НЕВЕН

Невеново цвеће, жутељ. — Цвет од невена изазива знојење, што је врло важно код болести бубрега, и у том погледу може заменити друге билке.

Употребљава се као чај, у дози: 10 грама цвета од невена на шолу чаја (200 грама), два пута дневно.

33. ОРЛОВИ НОКТИ

Козја крв. — Од ове биљке употребљава се свежа кора и сув лист, и то: цвет код плућних оболења, а кора и цвет код отока и воде у трбуху, отока јетре, као и подагре и песка у бу-брезима. Према томе, врло је подесна за болеснике који имају слабе бубреге, отечену јетру и поврх тога хронични бронхитис, проширење плућа с катаром, сипњом итд. Нарочито се раније препоручивала за чишћење крви у лечењу сифилиса и кожних болести. У француској званичној књизи за лекове заиста и по-стоји сируп од ове биљке — и даје се против каша, сипње и хроничних плућних обол>ен>а, јер сти-шава кашаљ.

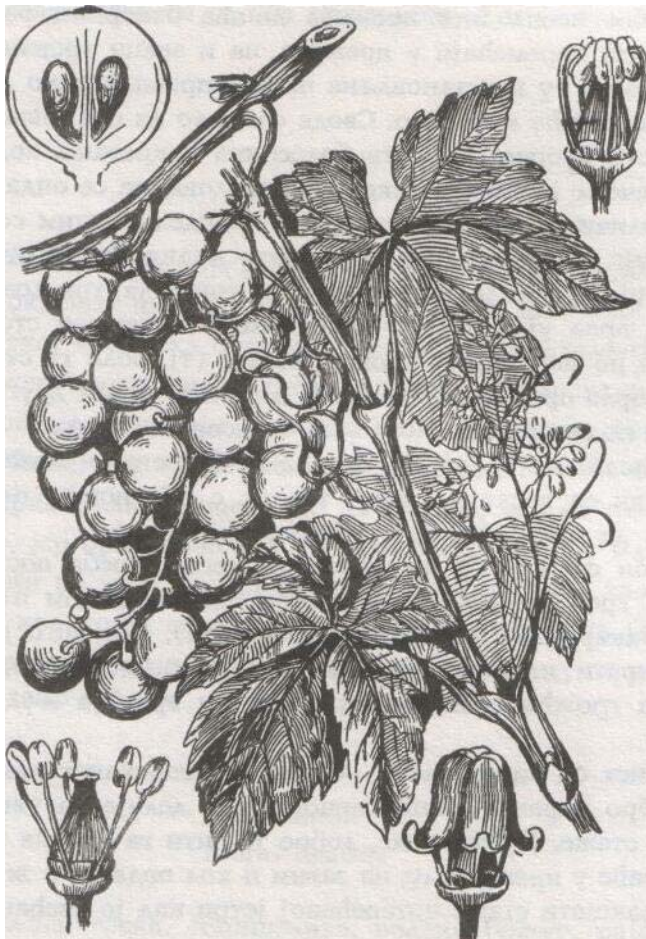
Ова биљка, која се у околини Београда тако зове („орлови нокти“), гола је у стаблу, има лишће широко, пар по пар урасло, при основи тако да стабло кроз њих пролази као да је један лист. Главице цветова расту, управо седе у пазуху листова. Цветови су црвенкасти или жућкастобели, врло миришљави пријатно. Бобице су јајасте, слободне и црвене. Расте по жбуновима или шумарцима, а гаји се и по баштама као лисната биљ-ка да покрије ограду и т. сл. Цвета у мају и јуну.

34. ВИНОВА ЛОЗА

1. Грозд — као свеж род, разуме се потпуно зрео, освежавајуће је средство које помаже столицу; као сув — споменули смо га код лекова против плућних болести.

Поред тога што користи у лечењу других болести (гојаз-ности, нервних поремећаја у варењу код људи који добро једу, затвора) грожђе се употребљава и даје добре резултате против хроничног запаљења бубрега (тзв. Брајтове болести), и талога и песка у бубрезима.

Примена грожћа основана је на томе што се показало да узето у мањој количини, килограм и по до два килограма, по-маже употребу („расходавања“) беланчевина у телу и унеко-



Винова лоза лико смањује уреу и киселост мокраће. Количина већа од два до два и по килограма изазива већ пролив, врење у цревима, смањује тежину тела тиме што извлачи из њега извесну количину воде. Али ако се грозђе једе с кожицом, онда је тиме његово деловање као средство за чишћење неутралисано.

Код Брајтове болести (дуготрајног обољења бубрега) нај-боље. јв узимати грозђе без кожурице; или с њоме, ако столица изнурава. У сваком случају грозђе треба претходно добро опрати, јер се због неопходног прскања лишћа бакарним растворима могу јавити поремећаји у цревима, па и знаци тровања. Израђена су и установљена читава правила како да се употребљава грозђе и колико. Своде се на то да све зависи од стања болести бубрега, узраста болесника и кретања код леченог црева. Лечење почиње с неколико гроздова, па се онда број њихов и количина повећава у току 5—6 недела, затим се постепено смањује док се не дође на полазну количину. Количина која се одређује за дан дели се обично на три дела, три дозе, које се узимају: прва ујутру (500—800 грама) на празан стомак, али ако неко не може јести грозђе наште (тј. боли га стомак или добија убрзо пролив), онда после доручка; затим друга у 11 часова пре подне и трећа доза у 5—6 часова по подне.

Правило: Ко болује од запаљења бубрега — може лежати; **ко** се лечи од песка и других талоба, с гојазношћу или без ње — треба да шета док једе грозђе.

Да би се избегло надражавање десни, треба после сваког узимања грозња прати уста чистом свежеом водом или јој до-давати бикарбоне соде (Далтије-Боасијер), или, што је још боље, испирати млаком буковичком или врњачком водом. Ком-бинација грозња с пиринчаном храном врло је згодна дијета (аутор).

2. Лист од винове лозе. — Чај од непрсканог или у много воде добро опраног лишћа винове лозе делује на увећање мокраће и стеже. Према томе, добро је пити га против задржавања мокраће у првом реду, па затим и код подагре и жутице, где треба олакшати стање оптерећеној јетри кад је увећана, и томе слично.

35. ЛУБЕНИЦА

Негде се зове и ангурија. Делује исто као грозње. Зрела са-држи доста шећера и тера на мокрење.

Користимо прилику да овде напоменемо да се и може применити у лечењу, али је њено дело-вање најбоље код жучних обољења, јер помаже разблажавању, разводњавању жучи, те се она брже лечи. А и за столицу није рђава.

36. ПИРИНАЧ

Ориз. — Од жита која делују као диуретичка средства (по-јачавају мокрење) најбољи је пиринач. То је доказано радови-ма француског научника Думера (Леклерк: *Мед. штамп*).

На основу овог може се рећи да наша србијанска сарма од винова лишћа с пиринчом (без меса) може корисно да се при-мени код болесника који треба да држе дијету због беданче-вине у мокраћи, али не могу дуго да издрже, или не треба дуго да је држе, јер брзо ослабе. У ту категорију спадају млади бо-лесници који не могу да остану дуго без витамина, као и ста-рији људи код којих се хронично јавља беланчевина (слабији или јачи трагови) у мокраћи и који слабе услед дугог узимања млека или само воћа.

37. ИБИРОТ

Миришљава трска, темишварка, водени божур, рајска во-дена трава, мирисни корен. — Наука је утврдила да корен ове билке има својство, поред осталих својих особина (углавном делује на стомак), да повећава мокрење и изазива знојење. Пре-ма томе, чај од њега даје добре резултате код болести бубрега, камена у бубрежној

бешици и уопште код цревно-бубрежних компликација са slabим мокрењем.

Чај се спрема овако: узима се 20 грама корена на 1/2 литра кључале воде. То се оставља да кисне 20 минута и затим пије

по три шоле дневно. Овај напитак се може засладити. Прија-тан је за пиће, мада нешто горчи.

ЗВ. РЕН

Излишно је говорити о томе шта је то рен. Главно је да наведемо да се и у лекаpству употребљава корен рена, који је дуговечан. Његова употреба није старија од двеста година.

„У лекаpству", писао је др Сава Петровић, „сматра се као врло добар лек за терање на мокраћу, и на зној. Према томе, употребљава се код водене болести, а нарочито ако је она до-шла услед обољења бубрега и беланчевине у мокраћи. Као лек најбољв је да се овде даје у виду сирупа или да се скува са су-рутком или, најзад, у води. Ретко се употребљава његов сиров чист сок или иструган сиров корен. При томе, треба знати да сок од рена у количини од 30 до 80 грама већ тера на повраћање, а семе од рена, скувано у води у количини од 15 до 30 грама, тера и на повраћање и на столицу. Др Дифембах, Реје и други лекари (његова доба) сматрали су рен као најбоље средство за терање мокраће код водене болести која долази услед мо-крења беланчевина. У француском народу употребљава се као лек против камена и мокрења каменитих материја." Као сред-ство које надражује и пече кожу овде замењује слачицу; у по-пуларној медицини то је познато.

Помињали смо га као лек који помаже код плућних болести. Овде треба да се употребљава свеж корен од рена у суру-тки, или као сируп, или као чај, у дози 5 грама на 100 грама кључале воде. Или се од чаја прави сируп са шећером и томе до-даје мала количина белог вина. Нарочито је рен подесан у ле-чењу оних болесника који поред обољења бубрега, били они млади или стари, имају и хронични бронхитис, катар или про-ширење плућа, кашал», астматичне нападе итд. За њих је најбо-ље да прочитају о

спремању лека од рена у одељку о плућним болестима.
ТАБЛА 21.



1 — грчица, а — цвет; 2 — зова. а — цваст, б — цвет, в — зрели плодови;

3 — матичњак; 4 — милоглед, а — приземни део биљке, б — горњи део биљке у цвету.

ТАБЛА 22.



1 — ресник; 2 — жаља трава—веприна); 4 — штавел

39. ПАТЛИЦАН

Род патлицана, црвени патлићан, тзв. „парадајз“, поред дру-зв својих особина које има као поврће за јело, има и то свој-схво да повећава лучење мокраће и тера је из организма. У точе се показао као дббро средство. Разуме се да се може давати само болесницима који не па-те од подагре и зглобобоље.

40. ГРАДТНА

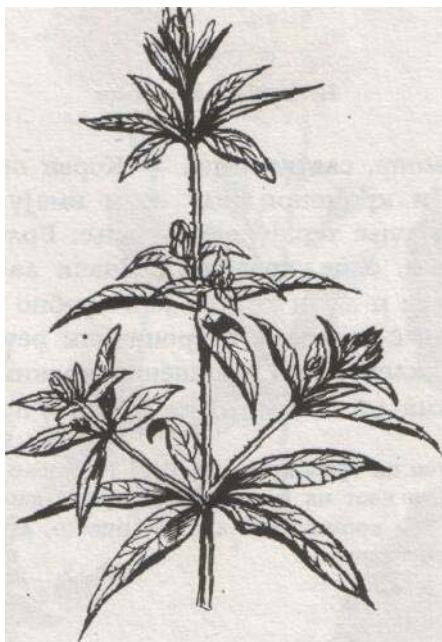
Слатки кромпир, слатка репа. — Корен ове биљке садржи Јиаста скроба. Ти кромпири једу се и имају укус артишоке. Крпмттири од градуње терају на мокрење. Врло их радо једе и сжжа: коњи, козе, овце, краве итд. Значи да им чини добро. Зкго нх могу јести и људц којима је потребно обилатије мокре-е: старији људи с подагром и хроничним реуматизмом, а сла-бим бубрезима, склерозом и повишеним крвним притиском. Код нас ове биљке има доста и може се гајити и по вртovima.

Ова билка личи на сунцокрет, само јој је стабло тање и високо (до-свкже 2—3 метра), а цвет на врху стабла жут је као сунцокретов, мада ЈВ •ваи.н. Корен јој је кромпираст, лишће срцасто, дугуљасто иаи копл.а-сзго; храпаво кад се опипа.

41. СУНЦОКРЕТ

Сам сунцокрет осим користи што даје његово семе зејтина, што је многим познато јер зејтин од сунцокрета сстжн за исхрану) овде нема другог деловања. Једино може да се стотреби његово семе као замена кафе, разуме се, кад се испржи,

што за старије л»уде, којима кафа ш»оди, није наод»мет и боље је него разне друге кафе „без кофеина“. У неким земљама при-мен.ивана је тинктура од сунцокретовог цвета у" лечењу грозни-чавих стања (грипа), нарочито код маларије, са кинином, у дози 20—25 капи 2—3 пута дневно.



42. БРОВ

Броћ

Бојацијска трава, црвенило. — Примењује се одавно про-тив стварања ситног камења у бубрезима (бубрежном левку) и у мокраћној бешици. Употребљава се корен, и то у трећој го-дини биљке, кад је слободан од СПОАНИХ покривача и кад је сув. Даје црвену и јарко црвену боју. На 1/4 метра испод земљи-не површине овај корен пузи јако разгранат и чврст, има ко

лева из којих испушта светлоцрвене, чланкасте жиле, дебљине гушчјег пера. Ова билка је сродна ивањском цвећу. Корен тера

—ше стабала, четвороугластих, с нежним оштрим длакама по-

•рвутим уназад. Пипци на стаблу и гранама омогућавају биљци да се успуже на један метар висине. Без тога лежи на земљи. Порекло јој је Исток, али је има и на Балкану и по целој Евро-ов. У корену има толико црвене боје да се њом, поред мокраће, млека и зноја, обоје чак и кости стоке која га поједе.

Код нас се може спремити лек по овом рецепту: Праха од корена броћа по 1/2 грама у обlandaма. Узи-каги 2—4 грама дневно док мокраћа не постане црвена. Њено вејство на лечење жучи и кретање црева код упорног затвора слично је дејству каломела, и од њеног корена се може припре-жити чај, у дози 3:100.

43. МЕДУНКА

Клиничка испитивања показала су да ова биљка има нео-сздорно диуретичко дејство код свих врста отока у трбуху, ото-ка ногу и зглобова. Успешно је примењивана код отока тубер-кулозних болесника, а оцењена је као изврсно помоћно сред-ство у лечењу акутног реуматизма зглобова, где изазива обил-но лучење мокраће, смањује отоке и чини да они ишчезну, а тако делује и на мокраћне талогe. Тиме доприноси општем побољшању реуматичног стања. Као лек припрема се овако:

Цветног дела билке Воде загрејане до 90°C

Загрејаном водом прелити биљку, оставити да стоји 12 ча-сова у поклопљеном суду. Потом процедити притискујући и до-Аати два пута већу количину шећера. Узимати 100—200 грама дневно тога сирупа.

СЕДМА ГРУПА

БОЛЕСТИ МОКРАЋНЕ БЕШИКЕ И МОКРАЋНЕ ЦЕВИ

БИАНИ лекови који се примењују у лечењу болести ових врста имају многоструке циљеве:

- 1) Да се њима боле оперу мокраћни пролази и она места на тим путевима (бешици, отворима жлезда итд.) на којима постоје гнојна огњишта (или гнојења), ма колико била мала.
- 2) Да се боље растворе оне мокраћне материје које надра-жују слузокожу тих мокраћних путева, те да се на тај начин избегне образовање песка и камена у тим путевима, специјално у мокраћној бешици, што се код разблажене мокраће може ре-бе десити него код густе.
- 3) Да се помоћу разблажене мокраће умање или избегну болови, грчеви, чести позиви итд. код запаљења и рана у тим путевима, јер јака и густа мокраћа пече и изазива бол при свом пролажењу.
- 4) Да саму мокраћу, која, кад је густа и садржи бациле, та-ложи тешко растворливе своје састојке, или садржином ба-цила ствара запаљење, колико је могуће разблаже и дезинфи-кују (убијањем клица).
- 5) Да мање сметње које стоје на путу мокраћи буду исте-ране обилним мокрењем (Коберт-Бахер).

Према томе, свака од биљака које ћемо навести има један или више ових задатака, који су код сваке од њих истакнути. Морамо још додати да неке билјке које су примењене у лечењу болести бубрега (као нпр. пиревина) и бидни производи (као нпр. терпентин) могу да се употребе у лечењу болести мокраћних путева и мокраћне бешике. Тешко је каткад и одвојити деловање биљаке на саме бубреге од њеног деловања на мокраћне путеве, али ипак има биљака које више и сигурније деју на мокраћну бешику и мокраћну цев него на бубрежно ткиво. Зато смо и одвојили од њих оне које се могу сматрати ваше као специфичне него као опште.

1. МЕЧИЈЕ ГРОЖВЕ

Пешчане трешње, медвеће уво, лишће медвећка, планики-но лишће, горник, медведице. — У медицини се употребљава лишће. Оно има нешто горак укус. Само лишће нема мириса, али кад се иситни у прах има мирис суве траве. Одавно је у примени као средство за чишћење мокраћних пролаза од свих штетних продуката и састојака: песка, слузи, гноја, као после-дица катара и инфекција (зараза). У новије време у науци се његово својство да појачава лучење мокраће и да убија микро-бе, тј. да има антисептичко деловање, не оспорава више. Садржи танина и арбутина. Овај арбутин је гликозид који се у организму раздваја у шећер и хидрохинон. Хидрохинон као фенол, тј. као карболна киселина, има дезинфекционо деловање, тако да се при испирању механичко деловање појачава благим деловањем овог хемијског састава (Е. Мајер).

Према томе, деловање овог лишћа је умесније код увећане простате с гнојем, код запаљења мокраћне бешике, капавца, недржања и задржавања мокраће, акутних обољења мокраћне цеви и др.

Употребљава се као чај, у дози 20 грама на литар воде. Али због могућих болова боље је спремити одвар, у дози 30 грама на 180 грама воде, уз додавање вегетабилног угља (нпр. угаљ од тополе) ради прочишћавања и издвајања танина.

Али су најбољи резултати постигнути давањем лишћа у праху, по 2—8 грама дневно. Или треба спремити згустак и давати по пола до два грама (0,5—2) дневно. У акутном стању капавца („трипера"), који се данас лечи пеницилином, даје се с успехом као прашак у смеши с хмељом, по овом рецепту:

Праха од лишћа мечјег грожда 0,5 грама Праха од хмелја (лупулин) 0,10 „

Ово је за један прашак; узимати 5—10 прашкова дневно с водом.

Да је овај облик (прашак) примљен као добар, види се и по томе што су Немци направили чак и пилуле од овог лека под називом „весицесан" (на наш језик могло би се превести као „бешиколек"). Те пилуле се праве од сасвим сувог праха од лишћа, у дози по 0,6 грама, тј. за 10 пилула узима се 6 грама праха (једна кашичица). Узима се по 6 пилула дневно (проф. Бахем). У Америци се препоручује и овај начин спремања:

Лишће се претходно залије (или накви) оноликом коли-чином алкохола или љуте ракије колико је потребно да се оно предије. То се оставља да кисне као чај. Од тога се узима пуна кашичица расквашеног лишћа за шолу кључале воде. Пити кад се охлади: 2—3 шоље дневно. У недостатку алкохола може се чај спремити и с водом.

У Немачкој се 10—15 грама листа у 150 грама воде кува пода часа; тај се одвар процеди и пије.

Овај шиб личи много на шимшир, само што има слободне плодне ките на врху граница. Расте по пустим сунчаним ливадама на пескови-том тлу, и по каменитим обронцима заједно с четинарима. Цвета у апри-лу и мају. Род су му сасвим црвена зрна, лепа, глатка, с кошчицом. Ни ско стабло образује шиб с гранама и многим сјајним вечито зеленим ли-шћем, које је јајасто или дутуласто, са жилама и с облим крајевима без зубаца.

2. КРУШКА

Лист од крушке садржи, према констатацији научника, и лек арбутин, који раствара камен и песак како у бубрежној тако и у мокраћној бешици.

Као чај. у дози 10:100 грама клучаде воде, помаже против бацида у мокраћи и запаљења мокраћне бешике тиме што убија бациде у њој и умањује грчеве и болове при мокрењу.

Деловање младог лишћа од крушке може се појачати акс гжж додају љуске од јабуке, исушене и претворене у прах. Докто-Г Бријемоне и Шене констатовали су да овакав чај раствара аесак у мокраћи.

3. КРАСТАВАЦ

У популарној медицини семе од краставца, истуцано и по-мешано с водом, даје се против запаљења мокраћне бешике и Аругих наддражаја у бешици, као и код поремећаја и запаљења * органима за варење.

4. СПАНАД

Чај од спанаћевог листа спада у лекове који гоне на мо-крење и ублажавају болове у мокраћној бешици кад је у за-оаљењу.

Исто тако делује и код запаљења органа за варење и обо-љења јетре.

5. ВРАБ-СЕМЕ

Дивља проја, ђинђувак. — Иако је др Сава Петровић писао да „нова медицина ову бил>ку не употребљава“ — ипак је најно-зија поново употребљава.

„Род — плодови, који имају особину да терају на мокре-ње, дају се у облику чаја, у дози по 5 грама на литар воде код песка у бубрезима, подагре и катара мокраћне бешике“ (Наро-децки). Деловање ове бил>ке оснива се на састојцима силици-јумове киселине које она садржи (као нпр. раставић). Семе садржи и рутин. Корен је дуговечан. Стабљика ове бил>кс јако је разграната. Листо-ви су копл.астог облика, врло храпави, а цвеће беложућкасте боје. Поре-Бано је на врху грана у гроздове који се прилично издуже кад процве-тају. Плод је тврд, сјаји се и има сиву боју. Расте по пустарама, по ка-менитом тлу и жбуњу и по шумама. Време цветања: мај—јул. За лечеае се употребл>ава плод.

6. ЛАН

Употребљава се семе ове бил>ке. Од њега се справља напи-так који веома користи у лечењу запаљења мокраћних путева:

20 грама ланеног семена оставити да кисне у литру хладне воде 5 часова, а потом пити.

7. МЕШАВИНА БИЉАКА

Чај спремлен од ове мешавине подстиче бубреге на рад, те повећана количина мокраће испира мокраћне цеви и бешику. Мешавина се састоји од:

корена од селена корена зечјег трна корена слатког дрвцета¹ зрна вење.

Од те мешавине узима се једна до две кашике и прелива са три шол>е кључале воде. То се затим укува до количине довољ-не за две шол>е и онда у току дана попије.

¹ Видети о тој биљци у глави „Заразне болести и грозничави стања“.

8. РАСТАВИН И НАНА

Дају се у случају запаљења мокраћне бешике, као чај, онде

где треба да се већом количином течности испере мокраћна бе-
шика, нарочито у почетку њеног запаљења.

Чај се прави од подједнаких делова раставића и нане. У истом цилу даје
се као чај лист и цвет од јагличја и семе
ОА лана.

СИПАНИЦА

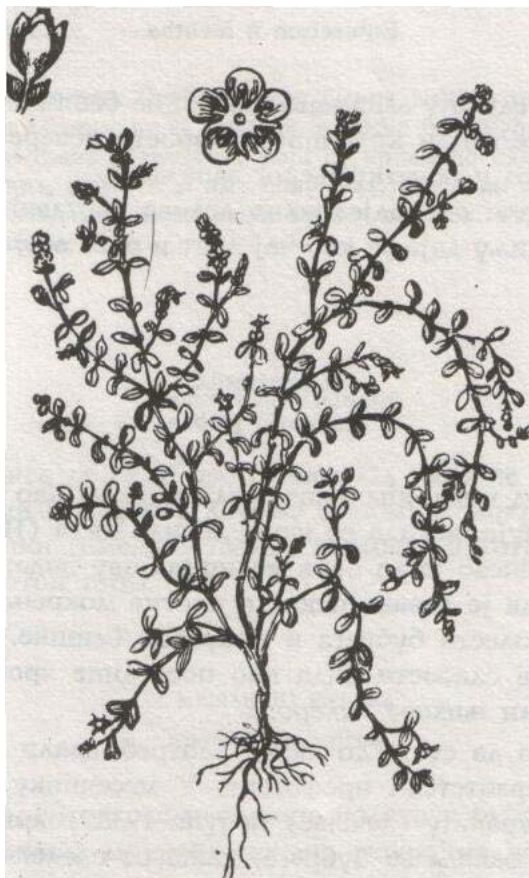
Трава од киде, килавица, килавник. — Као што само име ове билке казује,
некада се њоме лечила кила (Негта). Др Са-ва Петровић писао је да нова
медицина ову билку не признаје, мада наводи да је давана некад и против
мокрења песка и уопште против болести бубрега и мокраћне бешике.
Такође је да-вана и против слабости вида као последице хроничног обоље-
ња бубрега или њихове склерозе.

Сви знамо да су је до данас употребљавали и народни ле-кари и
универзитетски професори. У месечнику за практичну медицину и
терапију (дечење) за јуни 1933. године, у прегледу како се дечи запаљење
бубрега, каже се следеће: да је добро давати чај који тера на мокрење и
убија клице (бациле), а тај чај се прави од подједнаких делова листа мечјег
грожња и си-панице, тј.

Поштом иуас изг1 НегБа ћегцапас
подједнаких делова

Дакле, овај лек није напуштен, него се, напротив, употре-бљава у медицини.
Нерецки и Кругне констатовали су да ова биАка помаже избацивању соли и урее.

Сипаница



Трава од киле (сипаница) има јако разгранато стабло које се шири по земљи, до 15 дециметара дужине. Из њега расту мале жуто-зелене цвасти, најчешће с по 40 удружених цветова, измешаних са ситним из-врнутим листићима. Цела билка је гола, ако не рачунамо поједине длачице на ивици листића. Чашница је такође гола. Расте по песковитим местима. Време цветања: јун—октобар.

Јаче длакаве врсте овог рода билјака не улазе у обзир као лек. Као мешавину од више врста препоручује Е. Мајер:

траве од сипанице листа мечјег грожђа ланеног семена корена од селена

Спремање: По једну кашику на шољу воде — прокувати; и по 2—3 шоље дневно топло пити.

10. БОБ

Пепео од нашег баштенског боба употребљава се и био је хваљен раније као средство против болова бубрега и мокраћне бешике. Сада се сматра да се чај од његових цветова и махуна може успешно применити против песка у бубрезима. **ОСМА ГРУПА**

ОПШТЕ БОЛЕСТИ ОРГАНИЗМА ПОСАЕДИЦЕ ПОРЕМЕЕАЈА УНУТРАШЊЕ ИСХРАНЕ, ТЗВ. РАЗМЕНЕ МАТЕРИЈА У ТЕЛУ

Крвни очиститељи као предохрана

Подагра

Хроничан реуматизам (крвног, не заразног порекла)

Гојазност

Шећерна болест

КРВНИ ОЧИСТИТЕЉИ КАО ПРЕДОХРАНА

Човек не мора да се разболи, па да се онда лечи. Он може још као здрав, а особито ако је наследно наклонен извесним поремећајима и оболењима, да примени извесно биљно лечење ради предупређења озбиљнијих поремећаја у телу. У том циљу су уведена, нарочито у Француској, пролетња лечења и прочишћавања крви.

Најподеснија средства су биљке у облику садата или исцебени сокови од воћа, који се узимају више дана, уз одговарајућу строгу и оскудну дијету, пост и строго одређен начин живота. Биљке које се при том употребљавају делују позитивно на излучивање свих непотребних састојака из тела путем знојења, мокрења, лучењем путем стомака, жучне бешике, пдућних бронхија итд. Тело бива на тај начин подстакнуто, промена ма-терија изведена из извесног тромог стања, и штетне материје

са секретима удалене (Е. Мајер). Због тога се употребљавају не само свеже већ и исушене билке у облику чајева. У прву групу спадају: наша баштенска салата, угас или поточарка лист и корен од маслачка, кисељака и димњаче „Ови пролетаи курсеви лечења и пречишћавања крви“, вели Е. Мајер, „показали су се као врло добри и код пацијената с конституционалним поремећајима и општим хроничним обољењима. Код људи код којих се ствара талог („шљака“) у зглобовима, који болују од реуматизма и гихта, код особа којима избијају оспе по кожи са „ексудативном дијатезом“ (као ек-зема, акне, оболели од скрофулозе), болесника с хроничним кожним болестима, чак и нервозних и неурастеника долази до изненађујућих и дуготрајних побољшања после оваквих лечења која их преображавају. Она су веома корисна код обољења изражених у почетку старења: климакса и артериосклерозе“

Што се тиче гојазности, која спада такође у ову групу поремећаја унутрашњих процеса у телу, ту треба разликовати гојење услед лености и добре хране од гојазности као последице болести органа. У првом случају примењују се чајеви ујутру ради мршављења или негојења, у које увек улазе састојци за добру столицу, а у другом примењују се лекови који утичу на штитну жлезду (и друге, нпр. хипофизу), пошто се сматра, не без основа, да недостатак јода ремети рад те жлезде, која, опет, својим соковима, било да су у недостатку или у сувишку, ремети правилно сагоревање масти у телу или изазива срчане нервозе („лупања“), као што је то случај код Базедове болести. Зато се ту дају билке које садрже јод, као на пример, исландска маховина, а особито Брачић — (мехур-траву на српском језику), билка која се вади на обалама Северног—Источног мора, ту суши и затим примењује се као чај.

Према др Шулцу, може се тим простим средством код урође-не гојазности постићи исти резултат као и с тиреоидном. Ова билка садржи 0,03% јода, зато делује и код гушавости. Њоме је Шулц код почетних гушобоља у току многих година постигао дуготрајне резултате. У таблетама се даје против гојазности 2—3

дневно, против гушавости 1—2. Исто тако код скрофулозе жлезде. У Америци ова билка улази у ред средстава против велике тежине. Базедова болест може се такође лечити овом мехур-травом или мехур-маховином, јер је због поремећаја рада штитне жлезде потребан јод.

ПОДАГРА

Подагра је била позната и описана одавно. Од ње су патили кралеви и филозофи, богаташи и сиротани, и песници. Подагра долази од грчке речи подос, што значи нога, и агра — ухваћен, обузет, жртва; дакле, подагричан је онај који има болове у но-гама. Реч „гут", уместо подагра, појавила се на Западу у књигама још у IX столећу и од тога времена француски и други научници стално су понављали тај назив. Енглези кажу „гут", Немци „гихт", Италијани и Шпањолци „гота". Освештана столећима, реч „гут" постала је класична; природно је да је треба сачувати — како каже Француз професор Лепер. Први наш лекар који је усвојио код нас реч „гихт" био је мало лењив. Руси кажу „подагра", Грци су нам ту близу били и остали, значи да је та реч и код нас позната. Стога и ја сматрам да је бо-ља. Узмимо реч „подагра", кад већ нисмо узели западњачку реч „гут". Уосталом, то не мења ствар: гут или гихт — свеједно је.

Дакле, подагра већим делом зависи од недовољног рада је-тре као и од оних преображаја који се врше у крви и соковима нашега тела (хемизма). Подагра се најчешће показује у зглобу палца на нози између прста и стопала — болом, отоком, црве-нилом, ширењем спољних вена. Али уз ове појаве иду и друге:

неки пут температура, појачано мокрење и појачана слузавост језика, стомака и осталих органа за варење — као доказ да не-што пије у реду. У далјем току болести у зглобовима се таложе разне соли (мокраћна киселина итд.), зглобови задебљавају, заокругљују се и не крећу слободно: постају шантави и губе природни облик (деформишу се). То је већ хронично стање.

Према томе, у акутним случајевима имамо да се боримо против тих симптома — болова, отока, црвенила — локалним средствима: облогама, ни много топлим ни много хладним, пре-ма томе шта се подноси. Чак и пијавицама (само 2—3 на броју), чистим, на отеченом зглобу. Затим долазе масти. У оваквим случајевима у самом почетку није лако увек одредити да ли имамо чисту подагру или реуматизам (акутан или стари подлућен), или неко обољење локалног нерва. Због тога су допуште-не масти које умањују бол. Те су масти по саставу исте као и масти за хроничан реуматизам — зато њихов састав треба по-тражити у одељку о реуматизму.

Ипак овде морамо учинити изузетак и поменути једну маст која најбоље помаже, а чији главни састојак улази у све могуће масти које се продају без рецепта, као разне „алге" итд.¹ Та је маст састављена овако:

Али је ту важно и правило: не употребљавати за мазање коже више од 5 до 6 грама (једну кашичицу) дневно.

Говорили смо о ментолу. И он се ту може применити као додатак горњој смеси:

Салицилата метила 5 грама

Ментола 1 грам

Вазелина 25 грама

Доза за једнодневну употребу иста је као и код првог састава.

По дужности наводимо и чувени *балзам попа Транкила*, који се може спремити, ако не код куће, а оно сигурно у свакој апотеци.

Нека ми као оправдање служи то што је раније тај салицилов —етиА добијан из једне есенције, а ова из биљке окићепа ргоситћепа, канадског порекла, која је врло богата салициловим састојцима (од којих се прави аспирин). Сад се то прави хемијски (синтезом) из салицил-мв киселине.

Може се спремити једноставнији лек:

Од макових главица, есенције давандуле, мајкине душице, рузмарина, нане, по 2 грама, извесну количину 95%-ног алкохола (200—250 грама) и малу количину зејтина од каранфилића, спремљеног са зрнцима од мака. Пре употребе треба мућкати, а мазати или ставлати облоге по 1—2 часа.

Од унутарњих средстава да поменемо: опијум (афион) у врло малој дози и само док умину болови, јер зауставља лучење мокраће, а то је штетно. Давање хемијских лекова (антипирина, пирамидона, алона-ла, фенацетина, кинина) не улази у оквир нашег рада. Али лекови у којима има салицилата (салицилне киселине и ње-них производа). као што је нпр. аспирин, натријум-салицилат-

ТАБЛА 23.



1 — крушина; 2 — враб-семе, а — гранчица са зрелим семеном; 3 — першун, а — горњи део билке у цвету; 4 — борач

ТАБЛА 24.



1 — саса; 2 — дивла тиква, а — зрео плод; 3 — маслачак; 4 — кандилица

могу се давати с неким чајем или млеком, што у последње време и препоручују научници.

Примедба: Ако се дају хемијски лекови, онда треба посту-аати по следећим правилима, да би се избегли даљи надражаји стомака, који је јако осетљив код подагричара.

Свима поменутим хемијским лековима, изузимајући аспирин, треба додавати соде бикарбоне; или их размешане у сирупу лавати у слабом чају од липе или у води од салате, која чини да у стомаку делује мекше — сирупа у дози до 80 грама. Вода од салате (истуцане) има особину да стишава, захваљујући својим састојцима (лактацину). Даље, вода од салате може се помешати с антипирином, пирамидоном, кинином и опијумом и тиме чак појачати њихово деловање.

Прећимо сад на билне лекове који се дају чисти.

1. ВРБА

Бела и друга врста, блиска црвеној и ракитној врби — вита врба. — Употреба коре од врбе као лека мора да је старог да-тума. Научна хемијска анализа показала је да у њој поред оста-лог има особите материје, салицина. Чак је и дивље хотентотско племе употребљавало кору од врбе против болова. Кора од врбе може заменити кину, како у унутарњој тако и у спољној употреби при испирању гнојних рана итд.

Ова врста врбе разликује се од раките тиме што има ус-правне, слабо раширене гране и дуже лишће. Али углавном белу крту врбу може заменити црвена, а црвену ова вита, јер

' Из ове врсте Мак-Лаган извукао је гликозид салицин: овај дело-вањем извесних фермената прелази у гликозу и салигенин. Салигенин је алкохол. Кпн је салицилна киселина добијена синтетски, почела је да се употребљава она (или њене соли), а кора од врбе отишла је у заборав.

Ретко који лекар данас мисли на то да примењујући неки салицилат у ствари лечи лековитим билем, чак му је сродство с врбом и непознато (Е. Мајер).

хемијски састав, особине и доза за лечење исти су за све. За лек треба узет кору од грана које имају више од три године.

Доза је ова: истуцане коре 2—3 грама пре сваког ручка и вечере узимати као прашак; расб у вину 50 грама на 1000, по 80—90 грама тога вина пре доручка и пре ручка као стомачно средство.



Бела врба

Водени згустак од реса (маца) као средство против грчева и против узбуђених нерава, несанице, страховања итд., узимати увече пре спавања по 1—2 кашичице (трећу кашичицу сат после тога, ако поменуте појаве нису

2. БЕЛИ ЈАСЕН

У популарној медицини одавно се примењује бели јасен. Али научници, Пејро и Делари, добили су њиме изванредне резултате код подагричног реуматизма (помешаног). Ниже је добио такође добре резултате у лечењу акутног реуматизма, где он, уз друга средства, помаже да се разиђу отоци у зглобовима.

Деловање белог јасена основано је на јаком знојењу и знатном мокрењу — непосредно и на снижавању температуре.

Чај се прави од листа, кад се грубо истрља. Узима се де-зертна (окр две кашичице) каиДика листа на шољу кључале воде.

Још боље је узети семе од белог јасена, јер оно има леко-витих састојака у већој мери. Зато се на селу може прописати и сируп са семеном за старе подагричаре по Леклерковом рецепту:

Семена белог јасена у праху 500 грама

Гумиарабике 150 „
..... 4000
4000

Шећера
Воде

Могу се узети и мање **ко**дичине ових материја (1/2—1/4. па **н** 1/10).

Лек се спрема на овај начин: семе се стално прелива **к**л.у-чалом водом. Затим се у тој течности раствара шећер и гуми-арабика. Процедн се и упарава док се не добије сирупаста **м**аса. Узима се 4—6 **к**ашика дневно.

3. ЈАСМИН

Исто деловаће као што је јасенов има и јасминов исушен ЛИСТ. Он делује на болу размену материја у телу, која је нару-шена код подагре, реуматизма и њима сличних болести.

Дозе су исте као и код јасена.

4. МАЈКИН ЦВЕТ

Ноћни састанак. —Употребљава се лист ове билке. Од њега се спрема чај и узима **к**од подагре с реуматизмом и песком у бубрезима (30 : 1000). Дозе су **к**ао код јасена.

Ова бил**к**а је из рода крсташица. Стабло је н>ено **ц**илиндрасто, **ли**-шће овално, **к**опАасто и зупчасто, заоштрено и на дршке насаћено. Ста-бло достиже до 1 **м**етар висине, слабо гранато. Цветови су крупни, пур-пурни, плави или ружичасти; махуна округла и дугачка. Расте по суш-ним **ли**вадама и по зидинама, гаји се и по баштама **к**ао украс.

5. ТРЕШЊ

Као што је мно**г**ама познато, петел**к**е од трешања делују као средство за боље мокрење, што је у исто време добро за јетру, стомак и бубреге. Дозе за чај обичне.

ЈЕДИ

Налеп. — Ову билку, од које се данас употребљава тинкту-ра од корена, алкохолатура од лишћа, **к**ао и екстракт из **к**орена — иако је подесна за лечење подагре и њених напада, не треба припремати код куће и употребљавати без **к**онтроле лекара, јер је *врло отровна* и изазива појаве које могу да уплаше боле-сника. Бо**л**је је лечити се њоме само у спремљеним апотекар-ским лековима: на пример, кап**л**јицама дају се по 5 **к**апи на шећеру, при нападу болова или код промукло-сти (највише 10 **к**апи)

Тинктура од семена даје се највише 2 грама за 24 часа, тј. по 15—40 капи наједанпут, 2—3 пута дневно, у води, али доза од 2 грама не сме да се првкорачи. Даје се до појаве првог пролива. Најбоље је да тинктуру направи апотекар по прописима фармакопеје, а разблажује се десет пута (1/10).

Тинктура од кртоле је разблажена пет пута (1/5). Како је пак главица шест пута сиромашнија лековитим састојком, она се може давати

То треба да кисне 10 дана, па се затим оцеди, процеди и даје:

1 кашичица — првог дана

2 кашичице — другог и трећег дана

3 кашичице — четвртог дана

или обрнуто:

првог дана

— 3 *кашичице*

—3

-2

другог дана

— 1 **кашичица**.

трећег и четвртог дана

петог и шестог дана Ако јесењи каћун даје добре резултате код подагре, остали лекови могу бити искључени.

Никад се не смеју узети, нпр., два грама тинктуре одједан-пут, јер св може јавити одмах несвестица, пролив, малаксалост.

При појави таквих симптома — треба прекинути одмах узимање. По петнаест капи тинктуре — како каже проф. Бахем — 2 до 3 пута дневно, довољно је.

Као што се види, овај лек од јесењег кађуна је оштар, али *т* нисам могао да га изоставим, јер је добар и специфичан за ж»лагру, а међутим врло је доступан, тако

рећи домаћи цвет, од **кога** се уз извесну пажњу може направити прави лек. Али треба **бвти** опрезан (ако неко погрешно попије више од 2 грама **наједан-зуг** може страдати).'
Ко је вешт да себи спреми или је у могућности да **купи** у апотеци — може искористити против подагре и ову комби-ва^{ци}ју:

Тинктура од семена мразовца . . Тинктура од велебиља (беладоне) Литијум-цитрата
.....

Томе **се додаје:** 3 грама 2 „

50

Медовине са соком од лука² колико треба до

грама

Све се помеша и давати по 1 кашицицу 3 пута дневно. За че-ттри дана то није опасан лек.

Јесењи **каћун** има кртолу која је **крупна**, месната и омотана у мрке а опнасте саре (др С. Петровић). Лишће је пролетње и развија се врло полако. Билка је непотпуно развијена и **кад** се **цвет** појави и развије. Листови избијају у априлу, а цвет и плод се образују у септем-**бру**, тако. да су листови у пуном развиту после оплођења. Због тога се • **каже:** „син се родио пре оца" Из чена излазе један **АО** гри цвета. Семенке су **мрке**, **округле** и **храпаве**. Расте по **подводним ливалама**, **обично** кад су ливаде у **јесен** поплављене.

Код хроничне подагре (гихта) имамо стање углавном овакво:

повећану количину мокраћне **киселине** у **крви** и појаву те исте **мокраћне киселине** у оболелим, више или мање **осакаћеним зглобовима**, заједно с другим **киселинама**.

¹ Тинктура се прави од семена и алкохола: узме се 10 **грама** семе-**га**, покваси спиритусом и држи 3 часа; затим се наспе у **левак**, још једном **нрелије** спиритусом и после пусти да се исцеди најмање **сто грама**. **Тих сто** грама је потребно да не би тинктура била густа.

* **Кашика** меда, две **кашике** **воде**, **остало сокод лука до 60 грама**.

Према томе, задатак **лечења** није само у томе да лечимо **неко одреВено** место него сву крв и цело тело. Тога ради **морамо** подесити дијету, која у **дал»ем** **преображају** хране у телу и **крви** неће помагати **стварање** **мокраћне киселине**, него ће је умањивати; и друго, **морамо** давати средства која ће прочистити крв и зглобове од **мокраћне киселине**, било тиме што ће је брже истеривати **напоље** кроз бубреге и с **мокраћом**, итд. Дакле, по-требна нам је храна **која** неће бити отровна и лекови који **ће** прочистити **крв** од превелике **количине** штетних материја и та-лога, тј. деловати **као** **крвни** **очиститељи**.

О дијети не могу овде говорити. За та питања **нека** читаоци виде на крају **књиге** **додатак „Дијета"**. Што се тиче **раствара-ња** **мокраћне киселине** у крви, ткиву, **зглобовима**, тих „**очисти-тела**" крви има доста. Ту првенствено долазе минералне воде и минерални и хемијски **лекови** који имају слична деловања (да чисте или да појачавају **мокрење**). Остављамо то за друге наше радове.'

Главно је да се **стварању** **мокраћне киселине** и другим са-стојцима талоба у **зглобовима** (тзв. холестерину и **киселинама**, **фосфорној** и **оксалној**) стане на пут: прво, појачањем рада **осла-беле** **јетре**, друго, повећаним **лучењем** **мокраће**, и

треће, забра-ном штетне хране (много меса). Према томе, сва бил.на средства која лече јетру и помажу бубреге у лучењу мокраће, а изнета су у одговарајућим главама (код болести јетре и болести бубрега), имају примену и овде и ми на њих упућујемо болеснике и читаоце.

Што се тиче „крвних очиститеља“ које препоручују као тај-на средства разни надрилекари и спекуланти — ова средства састоје се или од увезених бил>ака (једне, две) или од обичних на-ших биљака које се употребл>авају код других болести, а специ-

¹ Један пример само: „Јапанци“, наводи проф. Лепер, „не болују од подагре, ни акутне ни хроничне, док су Енглези, Французи, Шпањолци и Немци полагричари. Може бити да Јапанци уживају ту повластицу због тога што се хране готово једино пиринчем, који у себи садржи доста калијума. То је објашњење потекло услед тога што се калијум (његово је-дињен>е је калијум-ацетат, које смо помињали код болести бубрега) пока-зао као добар лек против подагре.“ Дакле, да би се подагра предупредила — има разлога да се једе пиринач.

ЈЗЛНО код реуматизма и болести бубрега, и нарочито изазивају војачано мокрење. Њих смо поменули у почетку ове главе.

Али како поједине биљке или мешавине биљака делују је-лновремено и код подагре и код реуматизма — ми ћемо их сад вавести и прећи на излагање о њиховом деловању. У исто време тврдимо да је неки пут врло тешко разликовати и одвојити хро-ничну подагру од хроничног реуматизма. Често се те две боле-ста јаве заједно код истог човека и у истом зглобу. Из тих ра-злога бил>ке које ћемо навести и лекови од њих (поред напред ообројаних) могу да се примене како код подагре тако и код реуматизма, нарочито код старијих људи.

РЕУМАТИЗАМ КРВНОГ ПОРЕКЛА'

Познато је како реуматизам може осакатити човека, нарочито зглобове прстију на руци и на нози, реће колена и лактове, а још реће пршленове кичме, мада и тога има. У тим зглобо-ви-ма стварају се талози од штетних састојака из телесних сокова (крви и лимфе), које треба на какав било начин одстрани-ти, најпре с тога места, а потом из тела, било претходним ра-стварањем било њиховом изменом.

Науци и популарној медицини познати су многи лекови за то. Научна медицина примењује лекове према томе да ли је хро-нични реуматизам последица заразе или не, и прво њу уништа-ва. Затим даје и разне вакцине, за које се не може рећи да су спасоносне нити могу бити доступне свакоме. Саветује одлазак у бање и купатила (јодна, сумпорна и она која делују на побољшање сокова у организму), а тако исто и дијету. Дакле, код ових болести свуда се истиче састав исхране као важан чинилац

Акутни реуматизам с отоком једног и више зглобова може насту-пнати услед акутне или хроничне гушобоље и крајника преношењем пу-тем крви; исто тако услед капавца, заушака, других каквих клица у ус-ткма. зубима и непознатим местима у телу. Тај облик не треба мешати с крвним. Реч „крвни“ узета је у смислу огпитем, тј. да су томе узрок жре.мећаји у ткиву и у соковима чрвечјег организма, дакле, у унутраш-и>ој исхрани тела, услед чега имамо издвајање и таложје разних соли и штетних састојака у оболелим зглобовима човековим Код застарелих хроничних случајева та се разлика не чини.

и неопходан услов да се организам њоме даље не трује. И одмах затим као неопходни лекови препоручују се минералне воде и чајеви од лековитог биља ради испирања и чишћења организма. Наука и популарна медицина ту су се у својим задацима поду-дарили.

Зато овој последњој категорији лекова и приступамо.

1. МЕДУНИКА

Суручица, суручарка, свињурак. — Свежи цветови ове биљке имају састојке који, кад се билка осуши, прелазе у салицил-ну киселину (од које се прави аспирин и њему слични лекови) и помажу против реуматичних болова.

Некада се медуника употребљавала као лек против отока и као чудотворни лек против болова у зглобовима. Иначе, утврђено је да она делује на мокрење код водене болести у трбуху, код отока ногу и отока зглобова. Ипак она неоспорно остаје као изванредно помоћно средство у лечењу акутног реуматизма тиме што изазива јаче мокрење, што отклања изливе течности и отоке зглобова. Мора се при том пазити на једно, наиме: да при спремању чаја од ње вода не дође до тачке кључања (100°C), јер се у том случају с воденом паром испаравају и лековити састојци. Због тога воду за чај треба грејати само до 90°C. Затим попарити траву и добро потопљену оставити да кисне 12 часова.

Ако желимо да спремимо сируп од добијеног чаја, онда се чај с лишћем цеди под притиском и од добијене процеђевине и шећера прави сируп у односу 1:2 шећера (по тежини течности). Од тога се пије 100—150 грама дневно. Чај се пије по пола литра дневно, а спрема се у дози по 10 грама за шољу кључале воде.

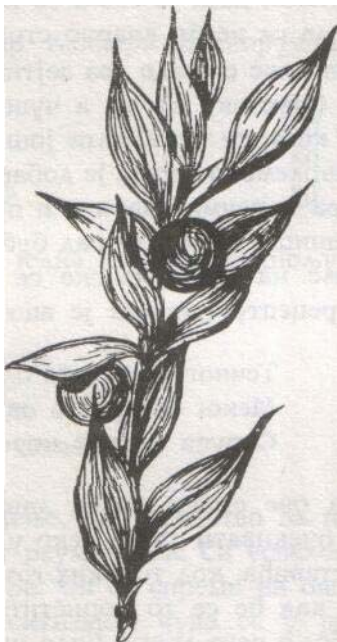
Сируп се спрема по рецепту:

Медунике (врх стабла с цвећем) 250 грама Кључале воде 2000 „

Даље поступати према наведеном упутству. Или се спремиле алкохолатура и даје по 1—2 кашичице дневно.

2. КОСТРИКА

Мишји трн, вепринац, трнобор. — "Употребљава се куван корен од овог шибара као средство које чисти и тера на мокрење и код подагре и код реуматизма.



Кострика

Доза му је: 60 грама на литар кључале воде. Пије се малим шољама, пре јела, јер је у исто време и апе-ритивно средство: појачава вољу за јело

То је низак шиб (до 6 дециметара). Стабло му је у горњем делу јако гранато. Лишће јајасто, заострено, бодљикаво. Род је црвен. Млади изданци су му меки и једу се као и шпаргла. Расте у топлијим крајевима. Време цветања: март—април.

3. КЛЕКА

Вења. — У лечењу хроничног реуматизма осим чаја (доза 30—50 грама на литар кључале воде) употребљава се, а дала је добре резултате, и смеша клекиног зејтина с етром у односу 8 грама (зејтина од вење) према 4 грама (етра).

Дневна доза је свега 10 капи, у одвару од јечма или у млеку — да се не би кварио стомак.

Из вење се ваде два зејтина. Такозвани екстракт (згустак) клеке, а чувени харлемски зејтин је зејтин од клеке коме су придодата још 2—3 мало позната зејтина (тајна су). Харлемски зејтин је добар против напада и болова код подагричара и реуматичара а и против болова у бубрежној и жучној бешици. Овде, где рад бубрега треба да буде живли — под-стицање на рад постиже се најбоље смешом спремљеном по овом рецепту (спрема је апотекар):

Течног екстракта од раставића 10 грама Меког екстракта од зрна вење 10
„ Сирупа од пет корена 380 „

Од ове смеше треба давати 2—5 кашика дневно. Не можемо очекивати да ће неко у данашње време правити екстракт од раставића, код толиких готових лекова. Али ипак може доћи време кад ће се то користити, било због тога што ће тај лек бити бол>и него други, било што ће се људи више занимати том материјом.

4. ЦРНА РИБИЗЛА

Лишће овог шибља увео је у медицину чувени проф. Ишар, пошто је њоме излечио једну болесницу која је годинама боло-вила од реуматизма. Он јој је давао свако вече чај од ли-шћа ове биљке. И многим другима код којих се понављао ре-

рсатизам помагао је овај **лек**. Други лекари су потврдили **ово деловање**. Тако је после тога у листу црне рибизле констатова— нека есенција која надражује бубрежне ћелије и тиме по-јачава лучење мокраће, а с њом избацује штетне састојке из тела.

Препоручује се лист од црне рибизле као чај, у дози 5:100 грама **к**лучале воде, и то пола литра чаја дневно. Или се из ли-пАа спреми течан згустак и даје по 1 **ка**шичица пре ручка и **г**гре вечере.

Код хроничног реуматизма др Леклерк препоручује ову **см**ешу:

100 грама †

Листа од црне рибизле . Листа од **б**елог јасена . Цветног врха од медуни**к**е

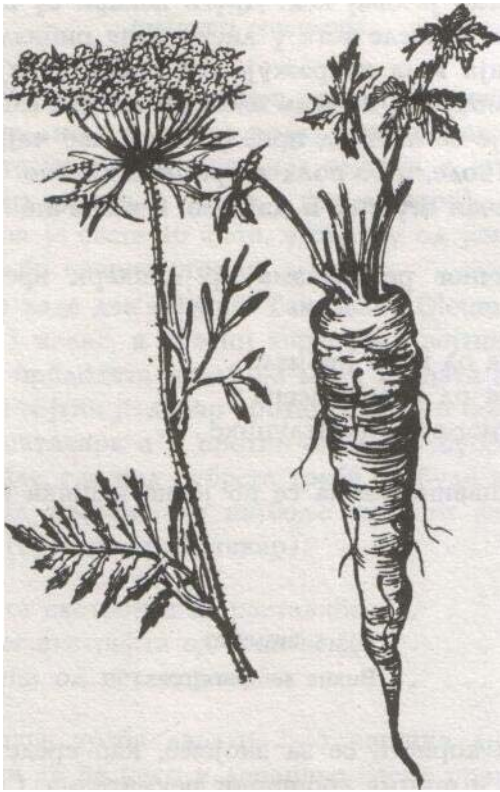
Од ове мешавине уз**и**ма се по једна **ка**шика на шољу **к**ључале воде.

5. ШИМШИР

Ова би**љ**ка користи се за знојење, као средство за пречи-ш**ћ**авање **к**рви, и против хроничног реуматизма. Са успехом мо-же се применити одвар од шимшира. Он се спрема на овај на-чин: 40 грама шимшира, грубо иситњеног, кува се у једном литру воде све док се не ук**у**ва једна четвртина (тј. да остану 3/4). Тај напита**к** треба дати у 4—'5 пута, с размаком; али га претходно добро засладити, јер је прилично горак и непријата**и** за пиће. — Шимшир је свима познат жбун.

5. МР**К**ВА

Шаргарепа. — Сок од **к**орена мр**к**ве, у дози 50—150 грама дневно, и више, може се код реуматизма и подагре применити **ка**о очистите**љ** **к**рви.



Мрква

Жаклија, калавер, кадуна, краставица, пелен црногорски, куша. — У лечењу реуматичара који су већ прележали главну кризу и немају отока, а зноје се много и то их знојење изнурава — примењује се жалфија. У ту сврху даје се тинктура од ње, по 50 капи на два часа, пре момента кад се очекује знојење. Или се спрема још савршенији лек — згустак од осигуране (стаби-лисана) биљке, и узима једна кашичица пре спавања.

Жалфија је била описана раније код грудних болести.

ВРАНИЛОВА ТРАВА

Есенција изваћена из ове биљке може служити као основа за маст која се употребљава у лечењу реуматизма, спремљену по овом рецепту:

Есенције од вранилове траве Алкохолата од рузмарина .

За спољно утрљавање оболелих зглобова.

9. КАРАНФИЛИЋ

За мазање отеких и околних места (лако утрљавање споља) исто тако може се применити смеша зејтина од каранфилића с јодом, по овоме рецепту и сразмери:

Зејтина од цвета каранфилића

Јода 10 капн

Утрлати по вољи. Ова маст кад се упије може дуго да се задржи у кожи на месту где се јављају болови и делује дуго.

10. РЕН

Сируп од рена улази такође у групу лекова који лече реу. матизам кад се даје у смеши с јодом.

Однос је 1 грам (јода):10 грама (сирупа од рена). Даје се по једна кашичица два пута дневно после јела.

11. ЈАГОДА

Примена јагоде код подагре с реуматизмом, или само код једне од ових болести, основана је на овим научним подацима:

1) Соли које се налазе у јагодама (плоду) умањују киселину у крви и боре се против ње — због тога их је корисно давати подагричарима.

2) Јагоде садрже и нека једињења сродна салицилу (од кога се прави аспирин) — због чега је добро давати их у лечењу реуматизма, како акутног тако и хроничног, особито с млеком.

12. ПШЕНИЦА И ПИРИНАЧ

Зрна ових жита садрже витамин В (Бе), врло користан за организам (има га још у цигерици, мозгу, сочиву, пасуљу, зе-леном купусу, јајима, пивском квасцу, мало и у салати, спана-ћу, риби и луку) који пати од хроничног реуматизма.

3. АРТИШОКА

Скувана биљка добра је за стомак, особито њено лишће. Сирова се не може употребљавати јер је тешка за стомак и за-мара га. Наквашена у врућем слабом белом вину, као чај, добро је средство против реуматизма, подагре, песка у бубрезима, жу-тице и других болести које су дошле услед рђаве размене ма-терија у организму. За старије луде нарочито је добра код азо-темије, тј. тровања сопственим

отровама услед болести бубрега, отока, отежаног мокрења и т. сл. Треба је садити по баштама што више и искоришћавати у ову сврху.

14. РОТКВИЦЕ И КУПУС

Употребљавају се сирове због тога што у њима има сумпора који је користан за реуматичне болеснике. Уколико их стомак подноси и уколико јетра таквих болесника не реагира на њихову употребу — оне се могу дуго употребљавати без штете. Купус може да се употреби и споља: против болова услед реуматизма, болова у крстима (лумбаго), ишијаса и т. сл., жигова услед реуматизма нерава. *Употребљава се лист од купуса.* Тај лек за спољну употребу спрема се на овај начин:

Крупне жиле на купусном листу исеку се маказама, пошто се лист претходно добро опере. Затим се тај лист стави под неки валак, оклагију или боцу, и изглача се — да буде свуда раван, подједнак. Потом се покваси у 3%-ном раствору борне киселине (која се купи у апотеци) и ту кисне 2—3 часа. После тога се кожа на болесном месту тела мало затегне и лист прилепи на то место. Преко њега се метне нека памучна материја (фланел, платно) у неколико слојева, одозго завије и тако остави пола дана. Мења се два пута дневно. Овим се замењује загревајућа облога или широки пластир („фластер“).

15. КОНОПЛА

Против реуматизма примењује се чај од лишћа ове биљке, у дози 3—5 грама на 100 грама клучале воде. Пити 2—3 шоље дневно, топле.

16. ОРЛОВИ НОКТИ

Козја крв. — Има случајева где је реуматизам у вези са сифилисом и код истог човека постоје обе болести. У том случају за чишћење крви, и због сифилиса и због реуматизма, као и због кожних болести ако и њих има, употребљава се чај од сувог лишћа и коре ове биљке, у дози 20 грама на литар клучале воде, по 2—3 шоље дневно.

17. МЕШАВИНЕ КАО ЛЕК ПРОТИВ РЕУМАТИЗМА — тав. БАЛЗАМИ

Ови балзами нису чисто билни лекови, него мешавина биљних, животињских и хемијских састојака. Сматрао сам да мој рад не би био потпун кад бих изоставио ове комбинације које, иако нису чисто билне, нису без биља; и друго, оне су толико корисне и од општег значаја да их вреди популарисати.

Ту спада чувени балзам оподелдок, који се употребљава као лек за трлање споља, а садржи ове материје:

Сапуна од говећег лоја 30 грама

Амонијака у течности 10 „

Камфора 24 „

Уља од мајкине душице 2 „

Уља од рузмарина 6 „

90%-ног алкохола 250 „

За спремање лека поступак је следећи:

Треба исећи сапун на комаде и спустити у један дугуласти суд, у њ сипати алкохол и онда ставити да се на пари све истопи. Затим додати камфор у праху. Кад се све то раствори, додати обе врсте зејтина. У ту густу течност насути 10 грама истуцаног угљена од животињске кости и мућкати је док се не изгуби боја. Онда додати амонијак и одмах цедити, док је течност врућа, у бочице са широким грлићем. Балзам је готов.

18. КАМФОРНЕ МАСТИ

Иако није наша биљка, већ кинеска (с острва Формозе), ипак се зејтин из ове биљке може лако на-бавити; зато није наодмет дати упутство за справљање камфор-не масти.

Камфорна маст за трљање по британском пропису прави се састојака:

Камфора 100 грама

Уља од лавандуле 3 „

Амонијака 20 „

80°/о-ног алкохола 300 „

Насути н?1 длан колико може стати и тиме трлјати оболело место.

За камфорни алкохол („спиритус“):

Камфора у праху 100 грама

60%-ног алкохола 900 „

Оставити да се раствори. За камфорну „ракију“ употребљава се:

Камфора 100 грама

60%-ног алкохола 3900 „

(Француски -Coc1ex)

19. БАЛЗАМИ ОД ТЕРПЕНТИНА

Уљасто-смоласта маса названа терпентин, која се добија из приморског бора, употребљава се као лек и унутарњи и spolни. Терпентин улази у састав многих других лекова, пластира и масти.

Есенција од терпентина добија се на тај начин што се тер-вевтин пече (као ракија). Она улази у састав лекова за трла-а-ое места где се осећају болови од реуматизма.

Нпр. по рецепту:

Камфорног зејтина . . Есенције од терпентина .

Маст за трљање против болова:

100 грама 2

Есенције од терпентина . Камфорног зејтина . .

Есенције од рузмарина

40 грама 10

Смешати и тиме трљати оболело место.

ГОЈАЗНОСТ — ДИЈАБЕТИС

Претходно неколико речи о самој болести. Гојазност је та-кође једна од болести поремећаја исхране у организму. Услед чега долази тај поремећај? Наука је установила више узрока, и то: 1) поремећај у лучењу сокова извесних жлезда у орга-низму (штитне, хипофизе, јетре, полне жлезде итд.), а услед тог поремећаја масне ствари које се узимају у облику хране или са храном не прерађују се и не искоришћавају потпуно, него се издвајају као маст (или лој) под кожом и депонују око унутарњих органа и у њима; 2) уношење у организам већих ко-личина масти и масних хранљивих твари које нису потребне, "већ сувишне за тело, те их оно готово непрерађено одваја; 3) на-следне особине код људи који нагињу гојазности — они се гоје ма шта јели; 4) дуготрајно седење у току дана, мало кретања и избегавање сваког физичког рада воде такође гојазности.

Код нормалних, здравих људи лој (или маст) у телу треба да износи 1/20 тежине тела (нпр. на 60 килограма тежине до 3 килограма масти). Код Гојазних сало достиже много већу тежину, па чак иде до 1/2 целокупне тежине тела. Не можемо улазити овде у све детаље те болести, довољно је да кажемо да се човек који има округао подгушњак, који с малом висином (1,60—1,70 м) има 100 килограма или више — може сматрати као гојазан. Такви људи, мушкарци или жене, осећају тешкоће у раду срца, бубрега, крвних жила, почињу теже дисати. Они ако добро једу и пију, сувише оптерећују и јетру, умарају је, и она се брзо поремети. „Гојазан добија камен у жучној бешици и бубрезима" — каже проф. Лепер. Он не може брзо да свари, провари, или, како се то научно каже, са-гори ону количину масти коју прима, те још више отежа. То исто важи и за другу неподесну храну, коју не само што не може искористити него га она већим делом и трује. Због тога је први лек против гојазности: дисциплина и чвр-стина воле у погледу количине јела и пића и пажња у избору каквоће хране.

Колико треба да једе и троши гојазан човек зависи од сте-пена гојазности и других прилика. Главно је да умањи масти и шећерне материје (у које улазе пиринач, хлеб и брашнена јела— нпр. теста), и да храну не соли много. Воду треба пити пре јела. Остале дијететичке мере треба тражити у мојој књизи *0 дијети*, в у изводу на крају ове књиге. Што се тиче наших биљних ле-кова, ту се треба држати ових упутстава: Прво упутство. Пре свега, треба поболдиати крвоток в друге радње у трбуху; у том циљу помагати лучење јетре и љен рад. Због тога треба давати и могу се давати сви они лекови који помажу лучење жучи.

Дакле, сва

средства која су била по-мену́та кад смо говорили о лечењу болести јетре, о задржа-вању или недово́лном лучењу жучи, имају бити примењена н овде. Друго упутство. При осећању да је јетра преоптере-ћена, повећана, осетлива при пипању; или, мада је с те стране све у реду, ако се мерењем увића да гојазност расте — треба применити биљне лекове који јачају рад јетре. Тога ради при-менити лекове наведене и описане код слабости јетре. Јер јетра као орган који прерађује и распоређује исхрану за цео органи-за-м има потребе да буде подстицана на рад. (Видети редослед бил.ака код болести јетре.) Треће упутство. Речено је да за време јела не треба пнти воду. Најбоље је за време јела или одмах после јела пити чајеве који јачају стомак, помажу кретање црева и, што је главно, помажу истеривање гасова из црева, а то су слаби ча-јеви од: кима, анасона и нане. (Видети код болести стомака како се припремају, узимају и како делују.)

Ч е т в р т о у п у т с т в о. Треба помагати мокрење. Зато треба узимати оне билке и чајеве крји повећавају излучивање иокраће, да се задржавањем воде у телу, услед сланог јела и слабих бубрега не би отежавали дисање и крвоток гојазног бо-лесника. Те билке смо већ помињали код болести бубрега, па их не треба овде поново набрајати. Њима треба додати и лиму-налу (од лимуна).

Пето упутство. Кад се осете тешкоће са срцем и диса-њем — не треба примењивати никакве нарочите лекове, него ићи на чист ваздух, умањити храну, а од лекова узимати само чај од гороцвета (видети код срчаних болести) једно кратко време, 3—4 дана.

Шесто упутство. Гојазни луди воле да једу много и осећају глад кад им је стомак празан, те због тога и количина хране има за њих значаја. Да би утолили глад и напунити сто-мак, потребно је да се претходно заложе зеленом салатом и све-жпм поврћем (младом ротквом, купусом итд.), па потом могу јести кромпир, јабуку и бели хлеб, без масти и зејтина. Поврће садржи мало (умерено) калорија а више витамина.

Треба између оброка пити воду да би се боље испирали бу-брези и избегло да крв постане лепљивија него што треба.

Седмо упутство. Живот на чистом ваздуху, шетња без умарања, кретање, гимнастика, чак и масажа, учиниће да се смрша. Али у сваком случају то мршављење — да би се из-бегле нагле рћаве последице по срце и његов мишић, као и за целу расподелу материје у телу — не треба да буде веће од 150 до 200 грама дневно, тј. 1—1/2 килограма недељно.

Лечење гладовањем ради мршављења, како га практикују неки, нарочито жене, не треба да траје дуже од пет дана. Ма колико било умесно, оно ипак понеки пут може да повуче за собом тешке последице.

Да не бисмо болесника од гојазности оставили сасвим без лека, навешћемо овде мешавине које се препоручују у страној популарној медицини. То су:

1) Цвет од трна и раставића. Справља се чај, и пије по 2—3 шоље дневно. Може се мало зашећерити.

2) Цвета од трна 5 грама

Раставића 10 „

Рузмарина 10 „

Жалфије 5 „

Пелена' 3 „

Кључале воде 1000 „

Овај чај пити по 1—2 шоље дневно; а може се и све попити у току једног дана.

Као што се види, ово су сасвим невине мешавине биљака. Овако састављене оне могу ПОВОАНО утицати на стање у стомаку и бубрезима.

ШЕЋЕРНА БОЛЕСТ

Једна од најсложенијих болести у овој групи је шећерна болест. Она је права болест поремећаја крви у погледу искоришћавања у организам унете хране. Њен настанак и узроци који изазивају и дан-данас су за многе случајеве непознати и не-објашњиви, мада је та болест била позната одвајкада и мада шећер у мокраћи таквих болесника пронађен још пре 3000 година! Савремена медицинска наука доста је учинила да проучи ту болест и да омогући њено лечење, али они који се баве тиме нису увек задовољни. Разуме се да не може бити друкчије, јер, као и у многоне другом, нису сви људи једнаки и ток болести није исти код сваког оболелог човека.

Ако се шећерна болест појави код човека до 42—43. године, лакше се лечи, кажу Енглези, него ако се јави пре тог доба. Она се лечи, vele они, врло успешно ако се човек стара да је дечи. Али за децу је то врло тешка болест и не обећава ништа лобро.

Шећерна болест је у ствари скупљање непотребне количине гаећера у крви човековој и избацивање тог шећера с мокраћом. До овог поремећаја долази било услед прекомерног узимања шећера или хране која ствара шећер (махом брашнена јела и теста), било што су се пореметили прерада и преображај шећера у крви. Не на кратак, пролазан рок, него на дуго време, стално. Наука каже да узрок овом поремећају није само оби-лато уживање у шећеру и шећерастој храни и некретање, тј. вачин живота који захтева свакодневно дуготрајно седење, не-го и нервни потреси, дуготрајне тешке бригае, ослабели рад је-тре, која треба да прерађује и расподељује шећер у телу, слабо стање бубрега и Још неки нама им обо других жлезда у телу, а у првом реду гуштераче — пан-креаса. Овај последњи узрок данас се сматра у науци као нај-аажнији.

Права шећерна болест карактерише се повећаном количи-вои шећера у крви и, сразмерно томе, појавом шећера у мо-краћи. Кад се то констатује

код неког болесника, онда се мо-рамо одмах запитати услед чега је до тога дошло. Према одго-вору на то питање и предузима се лечење.

Ако је болест дошла услед претераног узимања шећера и хране која садржи шећер (која се у даљем преображају у телу претвара у шећер)— онда треба према томе подесити дијету.

Акр је болест имала за почетни узрок рђаво и тешко нерв-но стање, онда, поред дијете, треба приступити и лечењу нерава таквог болесника.

Ако је шећерној болести било узрок неко обољење јетре или жлезде — треба лечити најпре јетру или жлезду. Ако је гуштераца оболела — лечити њу, тј. њено неправилно лучење.

Као што се из овог види, смањивање шећера у крви и у мо-краћи код шећерне болести захтева разнолико и одговарајуће лечење. Треба, дакле, давати оне лекове који ће спречити да се гомила шећер у крви. На жалост, ми до данас немамо сигурних лекова којима бисмо могли излечити ово стање. Помоћи мо-жемо, али излечити сигурно — не! Хемијски лекови помажу, стишавају, умирују, умањују количину шећера, али њихово деловање није дуготрајно, још мање стално, заувек: док се узимају помажу, по престанку узимања лекова — пређашње стање се поврати. На многе добро делују јаче или слабије би-карбоносодне минералне воде (Врњци, Рогашка Слатина, Аран-ђеловац). Стога се та места морају посећивати бар једанпут у години! Боле два пута.

На жалост, и број билака које се могу с успехом примени-ти у лечењу шећерне болести није велик. Али с обзиром на њи-хову доступност свакоме и дуготрајност саме болести — сваки је дужан да их примени и испита на себи, контролишући про-ценат свога шећера како у мокраћи тако, по могућству, и у крви. Ја ћу навести само биљке чија је примена научно основа-на и од лекара препоручена, а не оне које саветују нестручна лица и популарна медицина.¹ Разуме се да и поред њихове примене основна дијета остаје у важности и о њој се мора стално водити рачуна.

У популарној медицини употребљава се ЛИСТ од медвеђег цвета, рибизле, ораха, маслачка, „соломоновог печата“, лука.

1. ОПИЈУМ И БЕЛАДОНА

Казали смо да многи људи добијају шећерну болест услед нервног потреса, умора, удара, моралног и физичког. Стога се може овде применити опијум као средство које смањује количину шећера. Али у мањој дози. Како, пак, опијум има јако де-ловање, треба му додати велебиље, којим се појачава његово протившећерно деловање. И тако би рецепт за пилуле од ова два лека био:

Згустка од опијума 0,05 грама Згустка од беладоне 0,03—0,05

”

И остало што треба за једну пилулу. Дају се по 2—3 пилу-**ле** дневно и препоручује се да се узимају 8—10 дана (проф. Ле-пер) **месечно** или двомесечно, према потреби.

Деловањем на нерве овим леком постигнути су изванредни резултати.

2. ОДО**Љ**ЕН

Други **лек** је валеријана. О њему ће бити говора код **лекова** против нервних болести. Она се обично даје с бромом, и та комбинација делује одиста добро. **Рецепт** би за тај лек био:

Тинктура валеријане старе 2 грама

Калцијум или натријум-бромата 10 „

Воде 300 „

По 3 дезертне (2 кафене) кашике дневно **после** јела, у **ма-**
АО воде, **у** току 10 дана. Узима се према потреби с дужим па-
узама.

3. СЕМЕ-ПРОТИВ (ГЛИСТА) —

Под овим називом познат је **лек** против глиста о **коме** смо говорили код болести црева и **лекова** за истерива**ње** глиста. То **је** назив за мешавину цвећа, гранчица, врхова, рода (семена)

тзв. глистогоног пелина, који **расте** крај Дона, Волге и у кирги-ским степама Русије. Но у трговини (апоте**кама**) зове се украт-ко „Семе-против“ или У том „семену-против“ главни састој**ак** је **лек** сантонин, **који** делује против шећерне болести (**као** што делује и против гли-ста). Зато и уводимо ову би**љку** у праксу и у врсту **лекова** про-тив шећерне болести.

Као што је тамо речено, против глиста се употреб**љава** чај, **у** дози од 10 грама на литар **кључале** воде, а за пра**шак** од тога „семена-против“ доза је 1—10 грама дневно. С овим пра**хом** мо-гу се правити чо**коладни** **колачићи**, бисквити (или наше гура-бије; доза 0,5 грама, пола грама у сва**кој** гурабији). Али за наше ци**љеве** та доза није потребна. Потребне су много мање дозе од десет грама на литар кључале воде, на пример 5 грама праха: 1000 грама воде или 1—1 *Уг* грам праха дневно у бисквитима.

Где се не може наћи, може се употребити већ изваћен лек из овог пелина, чист сантонин. Он се даје у дози од 0,10 до 0,15 (петнаест центиграма), по савету проф. Лепера. Али да би се тај лек могао давати и некодико дана (не више), треба га узимати у много маљој дози, највише пет до седам центиграма (0,05—0,07) дневно. Он осетно смањује шећер у крви. Зато га треба приме-нити код л>уди који не могу дуго издржати дијету или не могу да се уздрже од јела, па се добро засите, али се после тога осећају рђаво услед повећаног процента шећера у крви и мокраћи. Де-ловање лека је додуше пролазно, али је потребно да болесници за њега знају, да га у нужном моменту искористе. *Најбоље је узимати готове таблете у дози од по 0,025 грама, 3 пута дневно.*

4. УГАС

Поточарка, резаница. — Ова биљка расте само у малим по-тоцима и другим текућим водама у целој Европи. Много се гаји у Француској, нарочито поред великих градова. Има је и код нас, али се на њу мало обраћа пажња, иако даје одличну салату и одличан лек. Требало би да се код нас култивише што више.

У свим својим деловима ова биљка садржи једињења сум-пора, фосфора, калијум-оксалата, јода и гвожђа. Сматра се *датма*. својства да чисти, освежава, буди апетит, пречишћава крв, **тера** на мокрење, крепи, подстиче на рад поједине органе, лечи схорбут, болест која долази услед недостатка витамина из све-жег воћа и поврћа.

По тврђењу Константина Пола ова биљка је код дијабетича-ра (оболелих од шећерне болести) смањивала проценат шеће-ра. Кад је већ крвни очиститељ, она може бити и лек за поре-*V*. међену размену материја у телу. Уосталом, наведене њене осо-**бине** оправдавају њену примену и код других болести. На **при-мер**, проф. Леон Бине утврдио је да екстракт од угаса, убризган сацовима и мишевима експериментално, зауставља даљи развој рака — тумора.

Извесни париски апотекари справљају од ове биљке и јед-наких делова димњаче, водопије и обичне салате један сок који препоручују да се пије наште у дози од пола чаше.

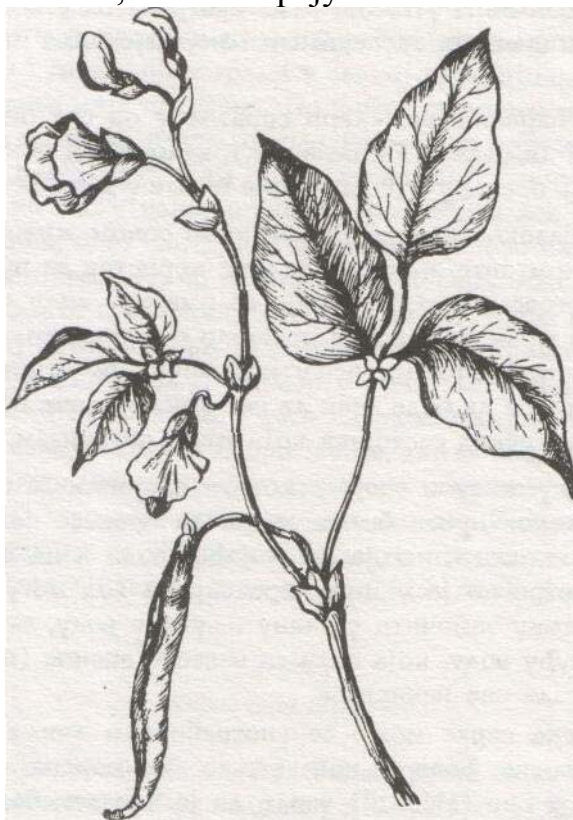
Доктор Залакас је спасавао оваквим соком животиње отро-ване никотином, што значи да је угас користан за пушаче. Али • приликом његове употребе морају се имати у виду извесне по јаве, како би се за неко време престало с примањем, а то су бо-лови у бешици и при мокрењу код неких болесника који га узимају. То треба да буде знак да се за неко време прекине или да у угасу има неких састојака који трују организам.

Исушени угас губи своје лековито својство. Зато се узима сиров. Али како сирова билка може да пренесе неку заразну болест, ако се сади и негује на стајаћој води и на **ћубревитом земљишту**, потребно је у циљу предохране (од могуће заразе) претходно **биљку** замочити у слану **кључалу** воду, затим је ста-вити под текућу воду, која пада са извесне висине (под чесму). **да** би се опрала сва нечисто**ћа**.

У лекарске сврхе може се употребити и дивља биљка из потока а и гајена. Бере се цела биљка, без корена, од маја до септембра. Др Еро (НегаиД) тврди да је као лек бола у цвету (активнија).

Сматрао сам да је потребно да о овој биљци говорим по-добрније, јер је мало лекова који делују против шећерне болести, па је потребно да се искористи све што се може.

Угас или француска салата бил>ка је текућих вода и потока. Жилава, краткопузећа, повећа билка мебу осталим обалским биљкама. Стаблика јој је многофана, уздиже се до 0,6 па и 1,5 метар висине. Лишће с дугачким дршкама, голо, без длака и маља. Доња пера на листу су мања, имају облик срца, крајња су облика јајастог или округлог и много су већа него дон»а. Цвеће је бело, на крају стабла или према којем листу.



5. ПАСУЉ

Код шећерне болести махуне од пасула могу да се употребе за справљање чаја (проф. Ба-хем).

Течан екстракт који се може добати из махуна показао се код опита на животињама као средство које умањује количину шећера у њиховој крви. Због тога се може дати и лудима. Дневна доза тог екстракта за човека износи 6—8 грама. Најбоље је давати га као чај у мешавини с босиљком (пишчев предлог), ради јачања организма. Млада, зелена боранија скувана у много воде и преливена маслом или зејтином спада у исту категорију и лека и хране. Видети даље о пасуљу у тачки 8 ове главе.

6. ЦРНИ ДУД

Поред тога што дудиње (род, плод) имају особину да иза-зивају столицу и што људима који имају тврду столицу могу да замене лети апотекарска средства за чишћење — од дуда имамо и ту корист што његово лишће може да послужи као средство за смањивање шећера у крви, тј. за борбу против шећерне болести. По причању старих лекара, његова кора може да убије пантљичару. Веровало се у то да лишће дудово ублажава бол зуба, а исто тако да раствара и камен и песак у телу.

У новије време, универзитети у Јашу (др Барт) и у Атини (др Емануел) потврдили су ово деловање дудовог лишћа на смањење шећера у крви код човека. Прво су то опазили код здравих луди, код којих се шећер смањивао иако су јели пре тога одређену количину јела са шећером.

Два часа после узетог чаја болесници су осећали малу не-лагодност, с јаким мокрењем и густом мокраћом, али без шећера у њој.

У његовом лишћу је на Вен манган, који има врло велику улогу у телу, а тако исто и танин и један састојак који може да се одржи на вишој температури. Како делује ово лишће, којим путем и којим састојком? То научници треба још да испитају, али већ сад се витамину Вг (Бег), којег има у њему, приписује

утицај на општи метаболизам и боље подношење угљених хидрата, као и танину, који утиче на бубреге. За нас је важно да је примена овог средства без икакве опасности и да ово лишће можемо са сигурношћу уврстити у групу лекова против шећерне болести (по Леклерку — *Pgezze Mesicale*). Могу рећи, без икаквих претенциозних мисли, да је после појаве моје књиге примена лишћа од црног дуда од стране дијабетичара била код нас, тако рећи, општа и врло благотворна. Резултати су били свуда повољни, што значи да тај толико распрострањени лек не треба напустити. Уместо чаја може се спремити течан екстракт и узимати 30—50 капи пре сваког оброка.

7. ОВАС

Исто такву примену може овде да има и наш овас. Е. Мајер каже од речи до речи ово: „Али још једна билка треба да буде описана овде због

своје велике улоге коју има у модерној тера-пији шећерне болести. Реч је о овсу. Из семена овса правимо и друге препарате. Они, као што је **ћ**ознато, имају велико зна-чење у тзв. данима кад се у случајевима шећерне болести с ацидозом (повећаном ацетонском киселином) лечење врши само овсом. Према извесним научним истраживањима може се прет-поставити да овас делује слично инсулину, познатом леку до-бијеном из жлезде гуштераче, којим се лечи шећерна болест."

Сасвим убедљиви докази ипак још не постоје. Али како у њему има витамина — мешати га треба с другим дозвољеним намирницама (на пример, с лешницима, орасима, хмељом итд.), и то у лаким и средњетешким случајевима шећерне болести (велико побољшање у општем току болести).

8. МЕШАВИНЕ

Као средство за „пречишћавање" могу да се примене:

Велика сиљевина (бедринац

Узимају се једнаке количине, по 2—3 грама, све се то кува у литру вина и даје по 1 кашика на сваки сат. По саставу ово је стомачно-бубрежни лек. За гашење жећи овакви болесници могу справити себи чај од траве од срца, стеже (траве од срдо-боље —)коју смо наводили код болести црева, пролива и дизентерије.

Тај чај „тера напоље покварене састојке, шkodљиве за те-ло". Осим тога, стишава болове код подагричара и чисти јетру.

Као чај, спремљен из корена, јако стеже (има у њему та-нина и гвожћа), па га треба узимати у мањој количини. У дру-гом случају, код *подагре*, која се врло често јавла упоредо са шећерном болести, а тако исто и код слабости јетре, што та-коће бива код шећерне болести, или је чак проузрокује, **корен** траве од срца треба кувати у пола воде и цола вина, или оста-вити да кисне у њима.

Ова биљка је јако хваљена као лек против слабости ткива, **дакле**, слабости организма који није у стању да троши и саго-рева шећер. Она подстиче његове снаге на рад.

Доза за чај: 10—20 грама корена на лнтар кључале воде.

За компликације с подагром и јетром добро је употребити:

Исецканог **корена од траве од срца**

(стеже) 70 грама

Вина порто (или слатког грчког, или далматинског) **500** „

Воде 500 „

Оставити да кисне 8 дана. Процедити и давати 60—120 грама дневно. Може и на два-три сата по 1 кашика.

' Дивљи анасон. Расте по планинама, врло је сродан врсти бедрин-ца, бедрине, бедринице, силевине (у рудничком крају), трави од пупка. Дуговечна је биљка, висине 0,1—1 метра. Лишће јој је перасто, цветови бели и ружичасти. Цвета у мају и јуну.

Некад је много била употребљавана и хвалена немачка протившећерна мешавина биљних екстракта, која је давана хиљадама болесника у Немачкој и у свету. Та мешавина била је састављена тако да је у једном кубном сантиметру било ових састојака:

—
—
—
—
—
—
—

Кад се тај састав преведе с латинског на наш језик, онда значи да у њему има:

- 1) кукурека, обичног нашег мартовског кукурека;
- 2) једне билке која расте у источноиндијској и малајској области до Кине и Новог Јужног Велса. Она се зове или. На Маврикију и Антилима сада се и гаји. То је дрво које има род величине маслинке или голубијег јајета и може да се једе, а семе задржи за дек;
- 3) наше росанице или вирка, билке која расте по брдима (др Сава Петровић) и која има особину да стеже црева, да сна-жи изнурене људе кад се у њој купају (Фридрих Хофман — др С. П.) — и зауставља крварење; она сужава узане крвне судове, згрушава беланчевину и тако ствара запушаче за прсле жилице које крваре;
- 4) згустка кининове коре;
- 5) згустка из крушине која помаже чишћење и која се може набавити у апотеци;
- 6) лека из коре екваторске билке кондуранга, која се та-коће може добити у апотеци; и
- 7) наше обичне кичице и згустка од ње. Дакле, од свих ових седам састојака четири су из наших домаћих билака; два, кина и кондуранго, могу се набавити

свуда у нашим апотекама, а само на екстракт јамболане треба чекати, јер га, можда, не држи свака аптека. Али професор Бахем каже: „Јамбул и (то јест течан екстракт из лишћа наше боровнице) често су били пробани код шећерне бо-лести. Онај први лек је без деловања, а овом другом може се приписати незнатно деловање." Према томе, састојак под 2) у горњој смеши може се без штете изоставити, и уместо њега узети наша планинска боров-ница и спремити згустак из њеног лишћа. Деловање побројаних биљака у нашој је књизи ДОВОАНО објашњено и не представља никакву тајну. Као мешавина оне се могу и данас свуда применити. Тако би могао сваки добити свој лек против шећерне болести кад би чак и избацио конду-ранго, па уместо њега узео пелин или згустак од пасулевих махуна. Начин употребе ове смеше, оригиналне или измењене (без јамбула а с боровницом), био би следећи: Узети 30—60 грама не одвише хладне воде. Додати јој кашичице екстракта (око 3—грама). То измешати.* Тако свеже правлену медицину, попити наше ујутру, увек бар на један час пре устајања, ма кад то устајање било. То исто чинити, спремити и попити лек, и увече пре одласка у постељу. Медицина се узима само у дане строге дијете, тј. у дане кад се не сме узимати никаква шећераста ни брашнена храна. Ко не подноси укус лека, нека попије после њега још неко-лико гутљаја не одвише хладне воде (собне температуре). За време првих десет недеља ваља узимати после сваког од три главна obroка помало, наврх ножа, соде бикарбоне с мало воде, а после тог времена само после ручка. Француски аутори такође помињу јамбул, што значи да он није неки редак лек и да се данас може набавити, а то доказује и овај одељак из књиге проф. Лепера* (Париз):

¹ Постоје и друге комбинације с јамбулом: с махуном од пасуља, лишћем од. боровнице и др. Ми такве комбинације нећемо правити, јер је лаику то тешко извести.

² *Лечење болести: јетре, унутрашњих жлезда и поремећаја исхране. Ачење и дијета код шећерне болести*, Масон, Париз, 1931. стр. 182.

„Говори се о јамбулу, екстракту плода или коре једног др-вета које расте у Јапану и у Кошиншини, а које припада фами-лији Гресер је проучавао деловање јамбула код ди-јабетеса (шећерне болести). Дижарден-Бомец и Вили су му обавезни за понеки добар резултат. Даје се по 2 до 4 грама праш-ка од јамбула дневно." Говори се и о добром деловању „грчког граха"

Дакле, пробајмо јамбул, јер он умањује шећер у крви и њиме се свет лечи. На овом примеру хтео сам показати да и остале мешавине које се препоручују као антидијабетички чајеви не садрже ни-какве састојке који би били нешто нарочито изван ових биљака. Наука засада не може ништа боље да пружи.

9. СВИНДА

Грчко семе, грчка детелина или грах, козји рог. — Спада у махунасте биљке. Лишће јој је врло хранљиво и употребљава се за гојење стоке. Као

пасуљево, тако и њено семе садржи неки зејтин који помаже чишћење, Има јак и тежак мирис. То се семе употребљава у мешавинама против шећерне болести. Од њега се може употребити добро истуцан или самлевен прах на-врх ножа.

Како се код дијабетичара често среће и туберкулоза, искуство најеминентнијих научника показало је да је свинда ефикасна „као агенс који подстиче и исправља код свих поремећаја у општој размени материја у теду": поправља апетит, зауставља мршављење, подиже снагу, повећава тежину! Делује исто као рибљи зејтин. Све ово објашњава се тиме што је ово семе богато лецитином, фосфором и стерином, чиме се хране ћелије и врши међућелијска размена. Утолико пре ову биљку треба применити код туберкулозних болесника недијабетичара. Може им се давати у компоту, или по 1 кашичица екстракта, или сирупа:



Свинда (Теофелла (описана египћанима))

Течног екстракта свинде Сирупа 75 грама а поморанџе.

Узимати по једну кашику, пре јела, двапут дневно.

10. РУТВИЦА

Пре него што завршимо овај одељак о шећерној болести, морамо се још мало дотаћи дијете. Калцијум, магнезијум, фосфор, корисни су за ове болеснике; нарочито су корисни манган, никал и кобалт. Храна у којој има највише мангана је овас, па

тек онда долазе пшеница и раж. Храна у којој има највише никла јесу јетра и гуштерача. Према томе — уколико је дозвољено јести хлеб — треба јести хлеб од овса, црну цигерицу и гуштерачу.

Арсен се налази у белом пасулу, али и у купусу, карфи-олу и репи. Значи да с времена ца време треба болесницима у дијети давати и храну која је иначе забрањена, али која би у том случају деловала као лековита бил>ка због минерала који се у њима налазе. Треба, значи, понегде и понекад у погледу дијете погледати и кроз прсте.

ДЕВЕТА ГРУПА

БОЛЕСТИ КРВИ Измена крвног састава по количини и каквоћн, и последице

- 1) Малокрвност, слабокрвност и недовољно стварање крви.
- 2) Болести жлезда (скрофулоза, туберкулоза, сифилис, ни-цине). Слабост костију.
- 3) Измена стања крви у току и после заразних болести, као и самотровање услед дугогодишњих грешака у јелу и пићу (пре-засићеност крви отровним састојцима).
- 4) Општа слабост сокова и ткива организма услед недовољног искоришћавања узете хране, одсуства потребних минерала и неопходних витамина у њој (уколико циркулишу у крви). Слабост унутарње секреције жлезда — хормона.

Овако се мора гледати на стање крви и човечји организам ако хоћемо да му истински помогнемо.

Јер ако се негде утврди, нпр., малокрвност, онда се мора мислити услед чега је она дошла. Да ли су она места у телу где се стварају крвна зрнца ослабила, болесна, или нема материја-ла од којег би се та крв поправила и обновила?Због чега су кости слабе?Ако постоје увећане жлезде на врату, под пазухом, у сла-бинама, онда се такође морамо запитати зашто су жлезде оте-чене, зашто гноје, зашто боле, зашто расту, итд. Ако постоји зараза, она се преноси крвљу и соковима организма. Зашто ор-ганизам није у стању да то савлада?Стање крви у току заразних бо-лести и посде тога, кад у телу постоје разни токсини (отрови) које су излучиде заразнеклице, било то клице грипа или трбушног тифуса, дифтерије нтд. — свеједно је — захтева што пре чишћење крви и њену обнову и освежење. Зашто крв није у стању да себе очисти?Веће количине мокраћне киселине и других штетних састо-јака, кад се наћу у крви, траже такоће чишћење крви — као што смо то видели код подагре и реуматизма и друггах пореме-ћаја размене

материја у телу. Али свега тога не би било, с изузетком овог последњег случаја, кад би организам имао на располагању — за изградњу крви, за борбу с инфекцијом, за обнову крви и ткива — довољно свих оних састојака, у првом реду минерала и витамина, који су му неопходни. На жалост, сваки организам, чак и кад му се пружи сви по-ребни састојци, нпр. минерали, било у ком облику, било у овој или оној врсти хране, нема снаге, нема средстава да те по-ребне састојке задржи у себи и да их корисно употреби: било то за кости или за крв, или за своје рашћење. Треба му, дакле, помоћи у његовој слабости. Којим сред-ствима? И нестручњаци знају да су организму потребни разни ми-нерали: креч, фосфор, сумпор, арсен, гвожђе, натријум, хлор, никал и др. и разне њихове соли. Значи да те састојке треба до-давати, према потреби, овом или оном организму. У пракси тако и бива. Гвожђе и арсен дају се малокрв-нима, слабокрвнима. Креч и фосфор свим жлездичавим, нерв-ним болесницима, изнуренима, људима слабих костију. Боле-сницима чија је крв заражена или садржи отрове дају се тзв. *очиститељи*. А *виталини*, дадас знају сви, дају се истр тако обавезно као што се цемент додаје песку и води да би се саградкла чврста зграда.

Наука је показала да није доволно само уносити нпр. креч и фосфор у организам, већ да њега треба тамо и задржати, а кад се неко време задржи, њега треба и учврстити. Пример за то је болест која се зове рахитис („енглеска болест“ или општа сла-бост костију код деце). Све може да се чини, али ако се креч у телу не задржи — нема од лечење и хране ништа. Ни хигијен-ским мерама, ни животињским ни биљним лековима неће се постићи ништа. Зато је потребно уз њих давати и лекове којиће помоћи њихово задржавање у телу и у крви (да не излуче вапоље кроз црева или кроз бубреге). Од лекова који најбоље могу да уреду ову расподелу ми-нерала и да их учврсте ради општег благостања организма, ра-чунајући ту и крв и сокове, јесу креч и фосфор узети сваки за-себно, тј. не у исте дане, ако им се дода лек од делића штитне жлезде, тзв. паратироидин (у дози 0,05—0,1 грама). Најбоља комбинација за кречни лек у случају недостатка минерала у телу је: калцијум-хлорид у сирупу од лимуна или од поморанце, у дози 2—4 грама дневно. На пример:

Давати по једну кашичицу 2—3 пута дневно. само у малој шоаи беле кафе или млека, пре или после јела (јер је лек опор). Може послужити као врло добро средство против крварења из плућа, носа, бубрега и др. — као замена за инјекције од истог лека.

Чист препарат фосфора даје се у облику фосфорне кисели-не само у раствору од 0,5:10 на 300 грама воде. Узима се 1 ка-ц'ика, .ава пута дневно; или још једноставније је узети га у об-лику риблег зејтица. који се лети држи на хладном месту или на леду (да се не поквари) иди у препаратима с другим вита-мнима.'

Према томе, побројаним биљним лековима, уколико они служе побољшању крвног састава и јачању организма уноше-њем минерала код деце и људи који су прележали тешке боле-сти, треба увек додавати калцијум с паратироидином ради за-државања у телу оних састојака који

су пре тога биди избаци-вани а неопходни су му.

„Нечиста крв" и ткиво у средовечних људи, и посл!е педe-сете године, не траже обично ни креч ни фосфор; њима су по-ребни само крвни очиститељи, купања и чист ваздух.

¹ При употреби ових лекова забрањени су содна вода и лекови са гвожђем, калцијумом и бизмутом.

Што се тиче витамина, може се рећи да се њихова примена као лекова овде меша и често подудара с дијетом, па ћемо се зато и њих дотаћи уколико нам буду потребни за што потпу-није излагање нашег предмета. Правилно лечење у првом реду зависи од наследства, затим од узајамне функције и развитака самих органа у телу, а тек по-том и недостатка појединих материјалних елемената који се мо-рају уносити у тело.

„Од биљака које се употребљавају за јело — њихово коре-ње садржи више минералних соли него остали делови.

Извесно лишће, нпр. лишће салате, спанаћа, угаса (фран-цуске салате), нарочито је богато кречним солима (једињењи-ма), и то више у јесен него у пролеће, Жуманце од јајета садр-жи највише фосфора и креча.

Брашно, жита, зрневље јако су богати фосфором, али доста сиромашни кречом. Кад се ољуште, губе већи део свога фосфо-ра; отуда рђаве последице код људи који се хране, нпр., ољу-штеним пиринчем, као и тешке последице код оних који се хра-не само хлебом и зрневљем, јер немају креча. Што се тиче хле-ба, он садржи довољне количине фосфора, а таин више него луксузно пециво. Најзад, од животињске хране — рибље месо садржи више фосфора него месо од говечета, тедета или свињ-ско" (Лепер).

Све је то потребно знати у лечењу слабих организама, да би се искористило.

Даље, налази се у многим биљкама:

1) *Витамин Л*: у зрневљу, у грашку, соји, салати, шарга-репи, бадбму, ораху, лишћу, корењу, у купусу, у јагодама, риби-злама, вишњама и црним трешњама.

2) *Витамин В (Бе)*: има га више врста; служи за исхрану костију и има га много у жуманцету од јаја и рибљем зејтину — дакле у животињској храни; затим у сочиву, грашку, пасу-љу, кромпиру, патлицану, лешнику, бадему, банани и у сваком воћу.

3) *Витамин С* (Це) налази се у готово свакој врсти воћа, у шпаргли, купусу, кељу, карфиолу, репи, першуну, белом луку, ротквици, у обичним гљивама, поморанци, лимуну, банани, смо-кви. Нарочито га има у паприци.

4) *Витамин О* (Де), услед чијег недостатка наступа рахитис. Мало је распрострањен у биљном свету. Има га само у гљивама и банани.

5) *Витамин Е*, услед чијег недостатка изостаје пород, налази се у француској салати, нашој салати, у грашку, банани и кикирикију. Остали витамини се још проучавају. У сваком случају, такозвана авитаминоза — недостатак витамина — сма-тра се данас као сигурна чињеница у одређивању разних болести и у начину њиховог лечења.

Код биљних фосфорних лекова, који су ушли у трговину као добри, а добијени су једино из зрневља биљака, да помене-мо фитин (швајцарски препарат). Он садржи и креча. Фитин се највећим делом вади из зрна грашка. Према томе, наш домаћи грашак могао би заменити тај швајцарски фитин, тј. грашак може дати болесном организму и фосфора и креча.

Међу средства која могу да помогну у отклањању нездравих појава у крви и у целокупној овој области долазе ове лековите биљке:

1. ЛИНЦУРА

Равен, срчаник. — Поред особина којима делује на стомак и крепи га, линцура посредно и непосредно помаже код мало-крвности, слабости, оронулости и у данима после прележаних болести.

Најповолније делује у свим тим случајевима вино од линцуре, које се спрема овако: 30 грама корена кисне у 1000 грама вина 10 дана. После тога времена узима се по 1—2 ликерске чашице пре ручка и пре вечере. Где нема вина, или се не може чекати, прави се расб од 3 грама корена на шољу хладне воде. То кисне само четири дала. Лако је спремити или купити и

тинктуру од корена линцуре и давати по 30—50 капи пре јела — 2 пута дневно у мало воде.

(Видети и код болести стомака.)

2. МОРАЧ

Дивља мирођија. — Једно од најбољих средстава које се може применити код ослабелих и малокрвних жена, нарочито дојилаца које немају млека, неоспорно је морач или дивља ми-рођија. Корен и плод најбоље је скупити у јесен.

Плод се даје у дози 1—4 грама дневно као прахак, и то после јела. Дневна доза подели се у делове.

Корен се даје као одвар (куван чај), у дози 40—80 грама ма литар воде. Даје се по једна шоља после јела.

(Видети и код болести стомака.)

2. ДИВЉИ КУПУС

Код отечених жлезда на врату и жлезда поред бронхија у прсима, како се то данас често констатује прегледом на ренд-гену (зрацима). и тако и објашњава родител»има да деца имају увећане жлезде (с неким флекулама итд.), добро делује алко-холни расб ове биљке. Даје се по 1—2—5 грама дневно (што зависи од узраста), тј. 20—100 капи на дан, после јела у мало воде.

(Види опширније о њему у оделку Хроничан бронхитис.)

4. КРАСУЉАК

Некад је хваљен као лек против запаљења марамице услед назеба и скрофулозе. С медицинског гледишта те две болести

могу да иду заједно. То што се каже „запаљење марамице услед назеба" — има смисла, али не мора да буде томе узрок само назеб. Врло је могуће да је постојала већ инфекција (зара-за отровним клицама) и да су се услед назеба знаци болести појачали и распрострли. Зато се и примена ове биљке може задржати.

Њено лишће узима се као салата. Или као чај, обично у дози 4—6 грама на шољу кључале воде. Може му се додавати по 1 кашичица сока од корена маслачка. Сок треба да је свеж и из пролетњег корена. Чај се може зашећерити и укусу његов поправити кашичицом ракије.

3. ДИМЊАЧА

Розопаст, руњавац, пара земска, росница. — Ова биљка би ла је позната још од старина као дек који, примењен код мало-крвности, даје добар изглед целом телу. Савремена медицина потврдила је њене особине и сматра је за средство које јача организам, прочишћава га; али у исто време може и да га сла-би и да узрокује последице сличне као при пуштању крви. Ова противречна појава објашњава се тиме што ова бил>ка делује двојако, и то: *Ако се употребљава 8—10 дана највише, онда она јача кре, број крвних зрнаца расте и јача, а ако се употреби дуже, онда се добија*

обратно деловање, тј. као да је болеснику пуштена крв.

Због таквог деловања овај лек треба узимати овде само у току 8—10 дана, и то у облику чаја, у дози 50 грама на литар кључале воде, по 2—3 шоље дневно. Или спремити од билке ал-кохолни расо и давати по 20 капи пре ручка и вечере. Лако је спремити сируп по овом рецепту:

Сока од димњаче] по

Чистог, светлог и процеженог шећера ј 150 грама

То кувати на тихој ватри док се не добије густина сока од слатка. Онда давати по 2—5 кашика дневно пре јела. Лек делује као и чиститељ крви. Сви делови билке садрже лековите са-стојке (соли, креча, натријума и калијума).

6. ШТАВЕЛА

Корен или лишће ових биљака могу се употребити као средство против малокрвности, било због минерала које садрже, би-АО због витамина. А оне садрже комбинацију фосфора с гво-жђем, које црпу из земље, претварајући гвожђе у органско је-дињење Сељачке чорбе, зељанице, пите, гибанице с месом, прازیлу-ком, луком или сиром, пиринчем итд. и мало соли, с којом се праве та јела на селу, врло би корисни били за слабе организме, нарочито за малокрвну градску децу која немају апетита јер им се често дају бомбоне, чоколаде и друге посластице, кобасичар-ски производи итд. у невреме, између оброка и пре јела.

7. ГРЧИЦА

Грчица се показала као врло добро средство у лечењу скор-бута (ржаве исхране, само бајатом храном, конзервама и др.)> труљења десни и испадања зуба (нпр. у војсци за време рата, или на мору на дугој пловидби) и других изнуравајућих стања.

„Ја сам могао да констатујем“, каже др Леклерк, „за време једне епидемије скорбута, која је беснела у Мирекуру године 1918. код немачких заробљеника, да су се под утицајем овога лека болови стишавали а гнојење око зуба престало и да су бо-лесници почели осећати да су у снази бољи и јачи.Преглед њихове крви показао је да се крв нагло поправља, док је пре лечења код њих број крвних зрнаца био уопште испод нормале.“

Саветује ,се узимање чаја, по 50 грама грчице на литар кл»у-чале воде. Пити по 2—3 шоље дневно, пре јела. Алкохолни расо. узимати такоће пре сваког obroка по 40 капи у мало воде. Најбол.е је спремити вино за које је професор Робен дао овај рецепт и упутство:

Грчице (цела биљка) . Црног вина 10 грама 10
клучалог

Попарити вином биљку и оставити да кисне пола часа. Узи-мати по 1—3 кашике пре јела.

С оваквим особинама она се сматра и као лек против гуша-вости као и против главобоље послв јела — која настајв услед самотровања храном или рћавог варења те хране у стомаку и цревима.

Код нас расте по барама око Бућрије, а цвета у априлу • мају.

Ово је водена биљка с пузећим кореном и многобројним концима који излазе из њега. Стабло јој је кратко и оно пузи или плива, с густим шибом од лишћа. Листови су изврнуто јајастии или дугуљасто-округли. Цветови бели, сполди боје меса, у подужем грозду на дугачкој цветној стаблиици. Круница звонаста (дубоко засечена), на унутрашњој странн Аепим уресом обрасла.

.ЗИМЗЕЛЕН

Поменут је на неколико места у овој књизи. Садржи тани-ва, пектина и горких материја које се растварају у води с ле-ковима који садрже гвожђа. Услед тога је добар'за малокрвне и дојиље које немају довољно млека.

Употребљава се одвар (куван чај), у дози 60 грама лишћа на литар воде. Чај се узима пре јела.

Сигурнији резултат се добија од лишћа у праху или од теч-ног згустка, у дози по 2—5 грама дневно, што се узима пр- '*-ла с водом.

ЗЕЛЕНИКА

Аишће овог жбуна (дрвцета) као одвар (куван чај) давало је добре резултате у дечењу малокрвности и скрофулозе.

У неким местима Алпа и Шварцберга у Немачкој испрже-но лишће употребљава се као замена за кафу, као што се код нас употребљава цикорија, тзв. „цигура", пржен и измлевен корен.

Уобичајена доза: 5—6 грама за шол»у чаја од 150 до 200 грама; пити на празан стомак.

10. БОРАЧ

Боратка, борок. брутнак. брутнатка. — Назив биљке је до-шао од „абу" — отац, и „раш" — што значи „зној" на сириј-ском језику, одакле је и дошла.

Испитана и позната као средство за знојење и боље мокрење; исто тако призната као средство за чишћење крви код скро-фулозе с кожним осипима и малом температуром. Уопште, при-менити се може свуда где треба бубреге и кожу подстакнути на рад (код отока). Даје се у облику чаја, у дози 15 грама цвета на шолу кљу-чале воде. Делотворнији је свеж сок од стаблџике и лишћа. Узи-мати 20—50 капи дневно, у води.

Биљка има усправно стабло, до 1/2 метра висине, незнатно гранато. Лишће и стабло опггри, длакави. Дснђе лишће изврнуто, јајасто-дугуљасто са скраћеним дршкама. Цветови имају дугу дршку, лепе су плаве боје, ретко беле, с јако развијеним прашницима у средини. Расте по пустим местима. Једногодишња биљка. Време цветања: Јун—јул.

Као замена овој. а у истом циљу, могу се применити ове бидеке:

11. ПАЧВДЕ ГНЕЗДО

12. ЛИСИЧЈИ РЕП

Чај од ових биљака може се заменити екстрактом сока од њих, који се због своје густине у том случају разблажује у 100 делова воде (по тежини сока) и узима кашичицама. Он даје боли напитака (Леклерк).

Три последње биљке припадају истој фамилији расту на сувом земљишту Европе и Мале Азије. Цветови лисичјег репа су у почетку црвени, затим добијају плаву боју. Газимо га свуда, а не знамо да је корисна биљка.

Против скрофулозе даје се корен од чичка. Он садржи у себи, између осталог, танина, сумпорних и фосфорних једињења (калијума), креча и магнезијума, и један зејтинасто-смола-сти састојак. Даје се, најлакше, као одвар корена, у дози 60 грама на 1000 грама воде и узима шољама ујутру и пред вече.

. ОРАХ

Против малокрвности и за бољи изглед лица (нпр. женама да се угоје) дају се пржени орашчићи, разуме се, млевени. То су чинили Турци и давали их место кафе под називом „паламут"

15. РАЗВОДНИК

Паскавица. — „У свим случајевима где је крв нечиста и са-Аржи разнолике штетне сокове, **ма** од каквих узрока то долази-ло (сифилис, реуматизам, подагра), и треба да се очисти — **ова** билзка неће оманути у свом деловању." Тако кажу стручни љу-ди, научници који су проучавали њено делбвање.

Употребљава се само њена ољуштена стабљика. Даје се као одвар, у дози 30 грама исецканог стабла на литар воде и пије се малим шолама.

Или се направи водени згустак и даје по 15 грама дневно. Врло се лако може спремити сируп по овом рецепту:

Ољуштене и исецкане стабл.ике развод-ника 100 грама
Кључале воде 1500 „

Потопити стабљике у воду и оставити да све кисне 6 часова. Процедити притискивањем, оставити процећевину да се стало-жи. Потом одлити течност и додати на сваких 100 грама течно-сти по 180 грама шећера. Учинити да све брзо проври. Давати по 50—100 грама дневно.

У апотекама се тражи под називом (стара *Српска фармакопеја*). Остали делови сматрају се отровним. Упо-треба овог лека, нарочито спремљеног како је напред препору-чено, само је продужење старе научне и популарне праксе.

Разводник је шиб висок до два метра. Цвета лубичастог. Стабљике су дрвене, лозасте, валкасте, гранате и држе се уз шибле. Лишће на дршке насаћено, тамнозелено, по ободу цело, на врху заострено. Кад су зреле, бобице су јајасте и црвене. Расте крај потока и по влажним шу-мама, а цвета од јуна до августа.

16. ШИМШИР

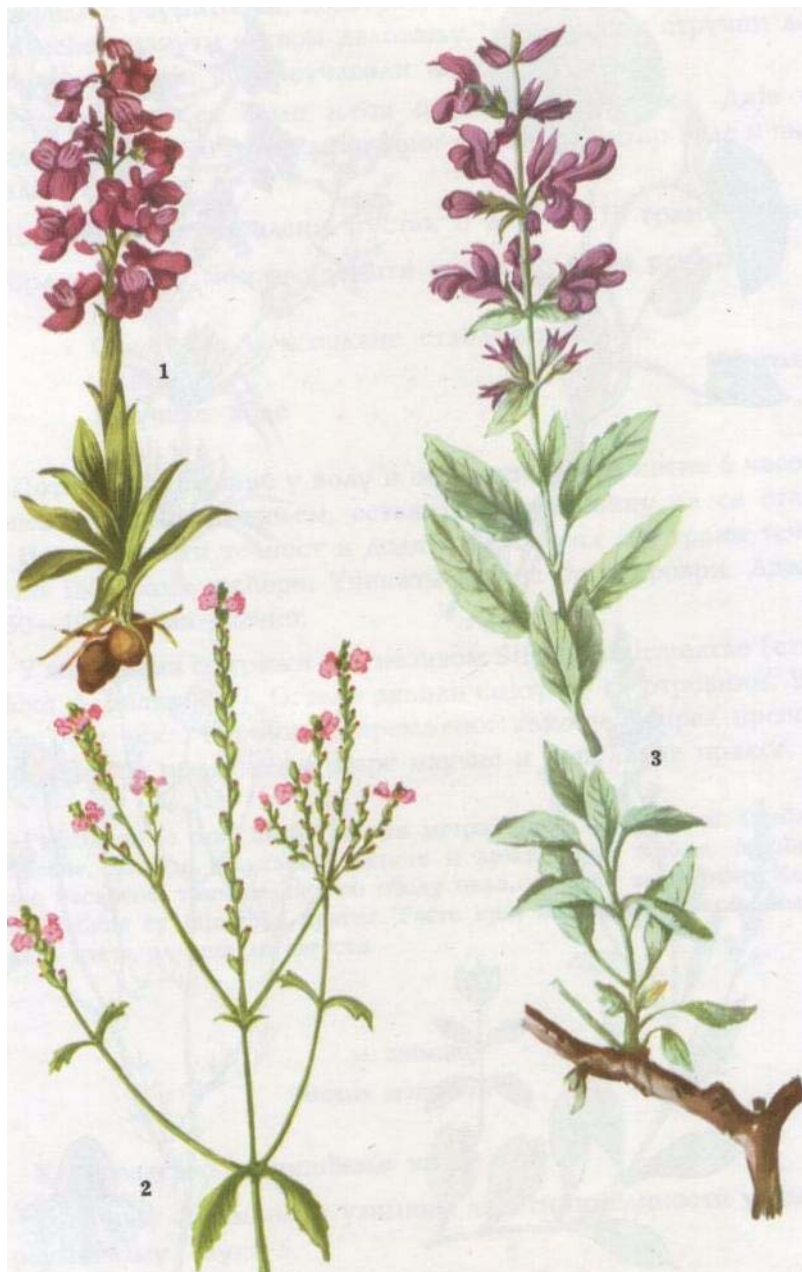
Као средство за чишћење крви.

О начину спремања и узимања видети појединости у одељку о реуматизму, тачка 5.

ТАБЛА 25.



1 — копитљак; 2 — жаворњак; 3 — трава од ушљама; 4 — бела рада ситна,
а — уздужни пресек цвасти. ТАБЛА 26



Семе — овас, без плевe и оАушген, употребА»ава се као чај (20 грама на литар кључале воде), који је пријатног укуса и снажи организам. Дobar је за децу, старе људе и прездравеле. Овсено брашно с маслом врло је добра храна за малокрвну и слабуњаву децу, јер у овсу има малих количина гвожђа. Тако-зване овсене пахулице биле су толико на гласу да су се прода-вале и у апотекама.

Чај од овсеног гриза сматра се као средство које тера и на мокрење и гаси жвџ. Стога се препоручује код песка у бубрези-ма, камена, и код подагре. Овсени гриз, Испржен као кафа и са-илевен у прах, кад се спрема као чај, делује благо на столицу.

18. ПШЕНИЦА И РАЖ

Клице Од проклијале пшенице и ражи могу да се употребе, кад се исуше, као добра храна за слабуњаве л»уде и децу.

Доза: једна велика кашика за одрасле, за децу кашичица у млеку, какау, компоту, куваном воћу Итд. Исклијали делови. садрже беланчевине, масти и шећера (проф. Бахем). У продаји се такав препарат зове *матерна*.

С мало труда може се то спремити врло лако уместо да се купују разни страни препарати.

Хемијска анализа показала је да у њој има 3—4% азотних материја, 0,3% масти, 6,7% шећерних материја (угАених хидрата), које се пењу до 9% у почетку цветања, затим садржи два фермента, један који хидролише (претвара у воде-но стање) и други који усирује млеко, прекувава беланчевине итд.; затим минерале: поташу, креч, магнезијум, фосфорну ки-селину и, најзад, гвожђа. Али. је најважније да у њој има вита-мина више врста: витамин А у највећој количини (налазимо га у рибљем зејтину, маслу, жуманцету и цигерици), витамин В (у бубреадма, сардини, квасцу, мекињама од пиринча, пасуљу), витамин С (у крављем млеку и мајчином млеку, димуну, помо-ранџи) и витамин Е (у меду, масти, поврћу итд.).

поморанце и, што је важно — ти витамини и после ку-вања од 20 минута не губе се нити уништавају..

Према томе, њена је примена најподеснија и најефикасни-ја онде где треба појачати рад организма, нпр. у време пуберте-та. Треба употребл»авати њене гранчице пре цветања док нису одрвенеле, и то као салату, или куване и спремл»ене као спанаћ. А може се ради дуже употребе спремити и сируп од дуго кува-ног одвара (до 20 мин.) и шећера, по општим правилима, и узи-мати као слатко.

20. ЈАСЕНАК

Рустен. — У медицини се употребљавао корен и звао. Кора од исушеног корена сматра се као лек који крепи и подстиче цео организам на рад. Употребљава се код мадокрвности, бледила и опште слабости.

Дозе су: 60 грама коре од^корена на литар воде; пије се ма-њим или већим шољама, 3 пута дневно.

Као што сам назив показује — ова бил>ка личи на јасен. Њено ста-бло је усправљено, једноставно и у средини врло лиснато. Лишће је ко-жасто, а цвеће бело и пррећано у гроздове. Свеже лишће кад се трл»а одаје мирис

лимуна. Код нас расте у околини Ниша.

21. РЕН

Често помињана биљка, у овом случају употребљава се као антискорбутно средство. Скорбут је болест која може настати увек кад се човек дуговремено храни једноликом, рђавом и сла-бом храном. Онда настаје као неко тровање организма. Тако бива често у рату с војницима, у заробљеничким логорима, с по-садом на лађама које плове дуго и далеко по морима, с риба-рима, као и код л>уди који дуго гладују, посте итд.

Код скорбута наступају промене у крви, а услед тога и обо-љење јетре и органа за варење. Десни отеку и израђаве се, појављују се плочасте ранице по телу и устима. Зуби се почињу клатити и најзад испадају.

Да би се томе злу стало на пут, треба, чим се та болест при-мети, променити исхрану и давати кисела јела, с поморанџом, Аимуном, реном, киселим зељем, киеељаком и другим поврћем.

Као лек рен се даје обично у виду сирупа или укуван у белом вину, пиву, сурутки или у води. Али треба и овде знати дозу: тако сок од корена рена у дози од 30 до 80 грама тера на повраћање. Према томе. та се доза не сме прећи, ма у чему С9 сок скувао или узимао. .Семе од рена скувано у води, чак и у мањој дози, од 15—20 грама, тера на повраћање и столицу. Ако се, пак, спреми сируп од рена и њему дода јодна тин-ктура у односу 15 грама тинктуре на 1000 грама сирупа од рена, тј. јодно-ренски сируп (*Coclex*), онда је овај лек врло добар као антискорбутно средство и узима се после јела.

22. ЛИМУН

Сок од лимуна употребљава се у количини 60—120 грама дневно као напитек, претходно разблажен водом или у каквом другом саставу. Алкохолни раскис се узима 2—15 грама дневно. Још једноставније је узимати два лимуна на литар клучале •оде за лимунаду.

Овај напитек врло је добар како овде тако и против гро-зничавих стања:

Сока од лимуна 60 грама

Ракије 10

Сирупа од кининове коре 40 „

Чаја (расбла) од јелових пупољака . . . 100

По једну кашику свака три сата.

23. ЗЕЧЈИ ТРН

Чај од корена ове наше билке може заменити друге напитеке који су уживали глас да као одвари чисте крв (одвар од сарса-аариле и цитманов одвар) и помажу мокрење, нарочито код сифилиса и уопште

сифилистичких обол>ења крвних судова, јетре с њеним увећањем или отоком, застојем крви у предциге-ричној области, тј. зајажавањем крви у крвним судовима који нду у јетру, и т. сл.

Рецепт и доза:

Корена од зечјег трна 20 грама

Плода од миро^ћије 5 „

Воде 1000

Кувати корен у води док се не укува до 3/4 литра. Онда попарити тиме плод од миро^ћије као чај и оставити да кисне 5 минута; зашећерити и све попити у току 24 часа.

Дужан сам напоменути да сва средства која се у популар-ној медицини примењују против мало^крвности, бледоће у доба детињства, слабости у доба пубертета и такозваног обнав^ла-ња и чишћења крви у доцније доба, а која овде нису споменута, **као** на пример: зова, коприва, хајдучка трава, кантарион, пелеи, бела рада, вења, раставић, цвеће од трна, итд. итд. — немајуарочитог деловања. Она сдуже ве^ћином као средства за апе-тит или мокреће, а могу се у разним мешавинама (по 1 или 2 грама од сваке) узимати за чај (пије се шол>ама, 1—2 дневно)Аи за вино (пију се чашицама). О томе смо говорили у првој тачкв претходне главе (о општим болестима организма).

Да би се постигао добар успех, ови чајеви или вина морају се узимати дуго, наште, пре јела или пре спавања (по једна шо^ља или чашица) — више недеља (четири). Може им се дода-вати мед.

У сваком случају, поред њих се морају узимати такви еле-кенти хране — биљни, минерални или жита — у којима има креча, фосфора, гвож^ћа и других минерала потребних за прав-^љење и јачање крви, односно обнављање и прочишћавање (ве-^ћином дијетом и сл.) — као што смо установили у почетку ове главе.

Поред поменутих да наведемо: лешнике, огроз*, жуте ри-б^нзле, вишње, грож^ће, крушке, ш^љиве, јагоде (некуване), бадем, брашно од кукуруза итд.

Смеше за пречишћавање крви:

- 1) Слатког корена . . Плода од морача .
Листа од матичњака

10 грама 2

По 1 велику кашику за чај (1—2 шоље ујутру уз доручак).

- 2) Листа од подбела Листа од купина .
Листа од јагода .

20 грама 4

Уз доручак по 1—2 шоље као чај.

. Расте по виногради^{ма}. Шиб је бодљикав. Мрко гро^же и јагоде нарочито су добре за пречишћавање крви.

- 3) Нане 10 грама

Листа од купина 20 „

Цвета од липе 20 „

Листа од боровнице ..[^] 20

За доручак 1—2 шоље као чај. За пролетње пречишћавање крви:

- 4) Листа од матичњака 10 грама

Нане 10

Благовања 10 „

Сена-лишћа 25 „

Цвета од црног слеза 10 „

Кичице 5 „

Невеновог листа 5 „

Детелине камењарке . 5 Очајнице 10 „

Вијошнице* 10 „

Ујутру или увече 1 кашичица на шол>у одвара (куваног чаца) за месец дана.

' У њој има шалнтре.

ДЕСЕТА ГРУПА

НЕРВНЕ БОЛЕСТИ

Болести нервног система — популарно речено, нервне бо-лести — обухватају велику област људских страдања. У садашње време оне су честе и распрострањене, јер су узроци болестима нервног система многобројни и различити, повезани и неповезани, с подлогом или без икакве подлоге. Поред тога, нервни систем је најосетљивији део нашег ткива: он најбрже и најсавршеније одговара на поремећај стања унутарњих и спољних, која га окружавају, и која су за њега пре тога била нормална. То нервно ткиво може бити пренадражено, неосетљиво; оно може бити болесно у свом саставу, или сасвим здраво, па ипак малаксало, тремо и неспособно да врши своју функцију. Нервни систем има три своја дела: главни — централни, средњи — спроводнички, и крајњи — површински: кожни, поткожни и органско-површински, као што су, нпр., најтањи крвни судови и њихови нерви. Сваки од ових делова може да оболи посебно и да изазове последице са нарочитим знацима и симптомима:

тако, нпр., болести мозга имају своје симптоме, болести продужног мозга и кичмене мождине имају своје, а болести периферијских, површинских нерава такође своје.

Ми овде не можемо да улазимо у преглед тих разних болести, јер за нашу сврху и за наше читаоце није толико важно установити порекло болести, колико упутити се у њихово лечење. Доволно је да кажемо да се све нервне болести деле, прво, на болести које имају неку подлогу у телу (тј. да им је узрок неки поремећај нервног или možданог ткива — ћелија — у центру, у средини или на површини тела); и друго, на болести

за које се не налази таква подлога, тј. анатомска; ткиво нерава изгледа здраво, а нервна болест ипак постоји. У првом случају постоји извесна поремећеност осетливости или кретања: човек не осећа бол, ни хладноћу или топлоту, ни мирис; поједини делови тела или удова паралисани су, грче се или мршаве, одузимају се више или мање, што зависи од степена поремећаја у ткиву у исходном месту. У другом случају човек је „нарочито“ нервозан; он је неурастеничан, повишена му је осетљивост, раздражљив је на сваку ситницу у раду и у животу; пренадражљив на спољне утиске (жести се, праска, има убрзану радњу срца), на које реагује несразмерно дедовању фактора који су утицали на њега. Или је слаб, има „слабе нерве“, и сва брига, непријатност и неуспех делују на њега јаче него на другог, јаког и нормалног, сталоженог, који није тако отрован.

Каква је задатак лекова овде? 1) Да стишавају, да по потреби и успавају нервно оболелог човека, као и да умане његов бод, грч или одузетост, ако постоје.

2) Да смање и умере последице које изазивају пренадражени нерви на једном месту или на једном делу тела (на површини тела иди, рецимо, у трбуху, у стомаку, пдужима, на врату итд.).

Дакле, успоставити нормалан ток, учинити да не буде више бола, да покрети, кретање и целокупна осетљивост буду уравнотежени, да, најзад, болесник не буде потиштен, са свима последицама које такво стање прате, већ да буде чио и за живот способнији, за окодину сношљивији — то је циљ лечења и лекова у овој области.

Само се по себи разуме да је и овде за обнову здравља и животне снаге нерава потребна одговарајућа дијета, која неће **л** надраживати него стишавати; као што је потребно и да у њој **ф** буде у довољној мери минерала и минералних соли (арсена, креча, фосфора, гвожђа) и витамина, без којих се слабост орга-низма уопште, и нерава напоје, никаквим лековима па ни биљ-ним, не може трајно уклонити. Лечење оваквих болесника физикалним мерама, водом, сун-цем, променом климе итд., не спада у наш задатак.

Морамо обратити пажњу читалаца и болесника још и на то да неки лекови који се примењују код нервних болести припадају јаким, отровним биљкама (велебиље, буника, татула и др.). Стога их они смеју узимати само у оном облику и у оној дози која је прописана у овој књизи.

С тим напоменама прелазимо на излагање о лечењу и **на** описивање лековитог биља.

1. ШЕВЕР

Шта је једноставније него узети парче шећера с водом? Али треба напоменути да је шећер производ шећерне репе или шећерне трске, дакле, опет **бил**ни лек. И као такав он делује код великих узбуђења — да се човек поврати од неког страха, па и стиша од муке и јада. У овом последњем случају, ако по-стоји у исто време и оболење јетре, или се бар болеснику тако чини („хоће жуч да му пукне“) — шећер је такође користан. Нервни срчани напади исто тако попуштају од шећера или шећерних напитака. Чак и код болова у некој грани нерва, или у нервном чвору (неуралгија). може се применити шећер с ка-фом 3—4 пута дневно. Тако се и у овом случају наука и пракса слажу и подударају.

2. ЈАГЛИКА

Јагорчевина. — Чај од корена или од цвета ове ране про-летње биљке поменут је код болести плућа и болести срца. Он овде делује као средство против нервне слабости и потиште-ности (депресије), и меланхолије.

3. ШИМШИРИКА

Шимширика, жути шипак, кисели трн. — Корен и кора жутог шипка садрже лековите састојке који делују поволно код нервозе, удружене с боловима у области жучне бешике и јетре (као холагог — помаже бољем лучењу жучи), тиме што уклања грчеве.

Како има често нервних болесника (нпр. инвалида) који претерују у узимању морфина, зато што, веле, не могу да издрже болове или страдају од несанице — ова биљка може да се употреби као антиморфинистичко средство.

Као горко средство за стомак и јетру прописује се чај од коре корена, у дози 20 грама на 500 грама кључале воде, по 2—3 шоље дневно. Најбоље резултате даје овај корен кад се помеша с кипа-рисом по овоме рецепту (Лекдерка):

Течног екстракта шимширике . . Течног екстракта од кипариса . . Гарусовог еликсира

Простог сирупа колико треба до .

По једну кашику на свака 2 или 3 сата.

2 грама 2 . .

4. ГРЧИЦА

Употребљава се цела биљка, против главобоље после јела (вероватно услед аутоинтоксикације нерава у глави) и нервозе стомака.

По мишљењу Јунгмана, деловање овог лека на органе за варење треба приписати повећању осетливости крајњих конаца симпатичког нерва и смањењу осетливости парасимпатичког нерва у истим органима.

Најбоље је справити од чаја, у дози 50 грама на литар воде. Пити по једну шољу пре оброка. Или справити вино по рецепту професора Робена:

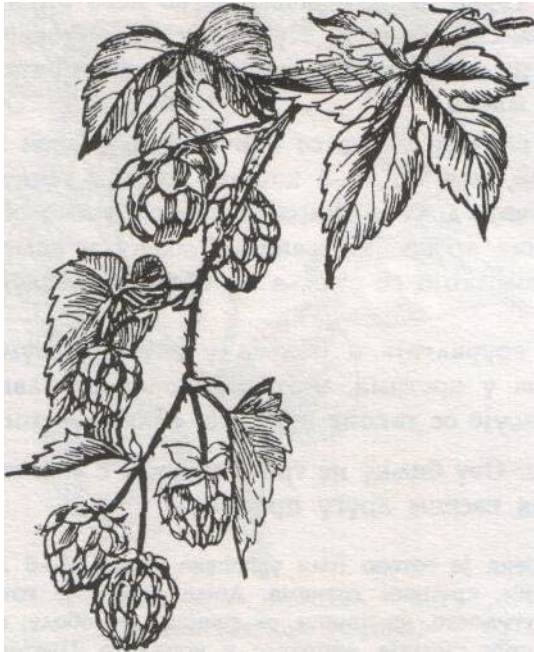
Грчице 10 грама

Кључале воде!..... 100 „

Попарити и оставити да кисне пола часа. Давати по 1—3 кашике пре сваког оброка.

5. ХМЕЉ

Лек лупулин је прах који се добија из женског цвета хмеља. Делује стишавајуће на полну сферу и органе кад су они из било каквих узрока (нпр. заразне олести) пренадражени.



Хмељ

Начин употребе и дозе: за чај узети 15 грама шишарки од хмеља на један литар воде. Течан екстракт се узима по 0,25—0,75. Лупулин као умирујуће средство 0,25—1 грам, у прашку и у обlandaма. Сув екстракт по 0,1—0,5 грама. Тинктуре по 2—4 грама дневно.

6. ДИВЉА ВРБЕНА

Спориш, спор, босотица, железник. — Примењује се као антинеуралгично средство против жигова, а нарочито против неуралгије нерва тригеминуса (чвора трограног нерва на лицу) и нервног бола у увету.

Др Ричи тврди да има јаче дејство него кинин код температуре, а јапански научник Кувазима констатовао је да позитивно делује на млитаву материцу (после порођаја) и подстиче боље лучење млека.

У првом случају узима се обично чај, у дози 30—50 грама на литар воде, или по 1—2 кашике дневно течног екстракта. У другом случају доктор Стард је препоручивао облог од истуцаних стаблика врбене, скуваних у млеку и помешаних с ланеним брашном, који се ставља на образ, близу увета и слепочнице.

Против неуралгије и болова у случају реуматизма, прострела, болова у крстима, мигрене (половине главе) и болова у глави прописује се такође врбена у облику облога.

Напомена: Ову билку не треба мешати с миришлавом врбе-ном, која има сасвим другу примену.

Дивља врбена је готово гола усправна билка, 3—6 дециметара високa, с дугачким, крупним гранама. Доње лишће је изврнуто јајасто-округло или дугуљасто, на дршци, са зупцима по ободу, или тројно-уре-зано. Горње лишће ситније, прирасло и копласто. Цветови врло ситни, бледоплаве боје, на лугачким, витким и танким класовима, који израстају из пазуха малих следећих листића. Расте по ивицама путева, меба и по пустарама. Време цветања: јул—септембар.

7. ЈОРГОВАН

љилјак. — Против реуматизма уопште, па дакле, и против реуматичног обољења нерава напосе, у Русији се спремала једна маст с јоргованом на овај начин:



Свеже цвеће јоргована стави се у једну вазу или лонац, залије се зејтином и остави да кисне на сунцу 15 дана. Тиме се после мажу,

трљају или спремају облоге за оболела места (као „реумазаном“).

8. БРЕСКВА

Употребљава се чај од бресквиног цвета, у дози 30 грама на пола литра воде или млека; или сируп: 6 грама прозрачног сока од цвећа на 94 грама простог сирупа даће лек који кад се даје по 1—2 кашике пре спавања делује не само на столицу него и умирује, успокојава нерве код деце. Тиме се ти мали болесници и лече од лекова који се данас прекомерно и њима Аају.

9. ЗОВА

Сок од црних зрна зове (бобица), у дози 20—30 грама дневно, лек је против неуралгије и бола ма где се јавио.

10. ЖАЛФИЈА

Примењује се против духовне малаксалости и нервне истрошености као средство које успоставља снагу, крепи и подстиче на рад.

Примењује се као чај или вино по овом рецепту:

Листа од жалфије 80 грама

Вина грчког или нашег слатког далматинског 1000

Оставити да кисне осам дана, затим давати по 1—3 кашике дневно после јела. Опис жалфије видети код грудних болести.

II. ВИДАЦ

Видова трава, очаница. — Тинктура од ове билке, у дози 20—30 капи алкохолног раскиса (расола), јако је хваљена у Америци као лек против главобоље и болова у увету. Вода извлачи и њене активне састојке. Чај се припрема овако: пуна кашичица листа у шољи кључале воде кисне пола часа. Пије се хладан, 1—2 шолје дневно.

Ова лековита трава („видац“, „видовита трава“) мала је граната билка, врло разнолика по величини, изгледу и облику листа и боје цвета, итд. Најчешће достиже висину 1—1,5 дециметар. Стабло је голо, или слабо длакаво. Лишће тупо, класови с ретким цветовима на врху. Расте по аи-вадама, у низинама као и на планинама. Време цветања: јул—август.

12. МЕЧЈА ШАПА

Коњски ким. — Ова билка била је раније употребљавана као средство које убија „црве у мозгу“ и за справљање неке врсте пива против болести слезине и „сушења нерава“. Данас се примењује с великим успехом код људи код којих је насту пила полна слабост било услед нервозе или услед премора и истрошености.

Употребљава се као течан екстракт, у дози 1—2 грама днев-но. Или као алкохолни расб, у дози 20—30 капи двапут дневно.

Мечја шапа је груба биљка, дво- или вишегодишња, с мало грубих, кратких длака. Стабло јој је браздасто. Лишће је перасто, са широким урезима, зупчасто. Доње има више делова, а горње све мање и ситније. Ките цвећа су велике, са око 20 зракастих дршки. СПОАНИ цветови су већи •него унутарњи. Расте као жбун и коров по ливадама, иејаама, поред пу-тева. Време цветања: јул—август.

13. САСА

Саса, по мишљењу Шаптера, увршћује се у ред оних биља-ка које су у стању да смање надражљивост и повећану осетљивост нерава који излазе из појединих чворова дуж кичменог стуба (изнутра), дакле, умањује осетливост и делује као хипно-тичко средство, а може и да успори срце које брзо ради, не мењајући притисак у крвним жилама.

Због тога је и употреба сасе оправдана у свим оним случајевима где треба да се умире нерви и да се етиша. бол. И зато се прописује против нервозе која стоји у вези с прекомерним

надражајем симпатичког нерва (унутрашњег трбушног), про-тив грчева, нарочито оних у малом трбуху и у полним органима, против неуралгије, мигрена, несталности и неједнакости у раду срца и крвних судова нервозних стомачних болесника.

Ова биљка најбоље делује ако се од ње спреми алкохола-тура. Алкохолатура се прописује у дози од 20 до 50 капи дневно.

14. ОДОЉЕН

Мацина трава, валеријана. — „Valege" значи бити у добром здрављу. Корен, део ове биљке који се употребљава у медицини, сматра се као средство против грчева, као лек који стишава и умирује нерве.

Најновији радови, основани на научној примени сока од свежег одољена, показали су да његово деловање зависи од састојака којих има у себи (борнеол), као и других састојака, својствених само тој биљци, који делују на плућно-симпатички нерв (овај нерв шаље своје гране у срце) и успоравају његов рад, услед чега и срце успорава свој рад, а исто тако и на нерв-не центре у мозгу (Леклерк).

Тиме се објашњава деловање валеријане на оболеле нерве, хистерију, слабе живце уопште и у свим случајевима повећане психичке и чулне преосетљивости, праћене или непраћене грче-витим стањем, лаким поремећајима у стању срца и крвних судова.

Она је уопште користан помоћник у лечењу бромом, како тамо где има ВИДАИВОГ и стварног узрока тако и тамо где нема ничега видливог (епилепсија и стања без анатомске подлоге).

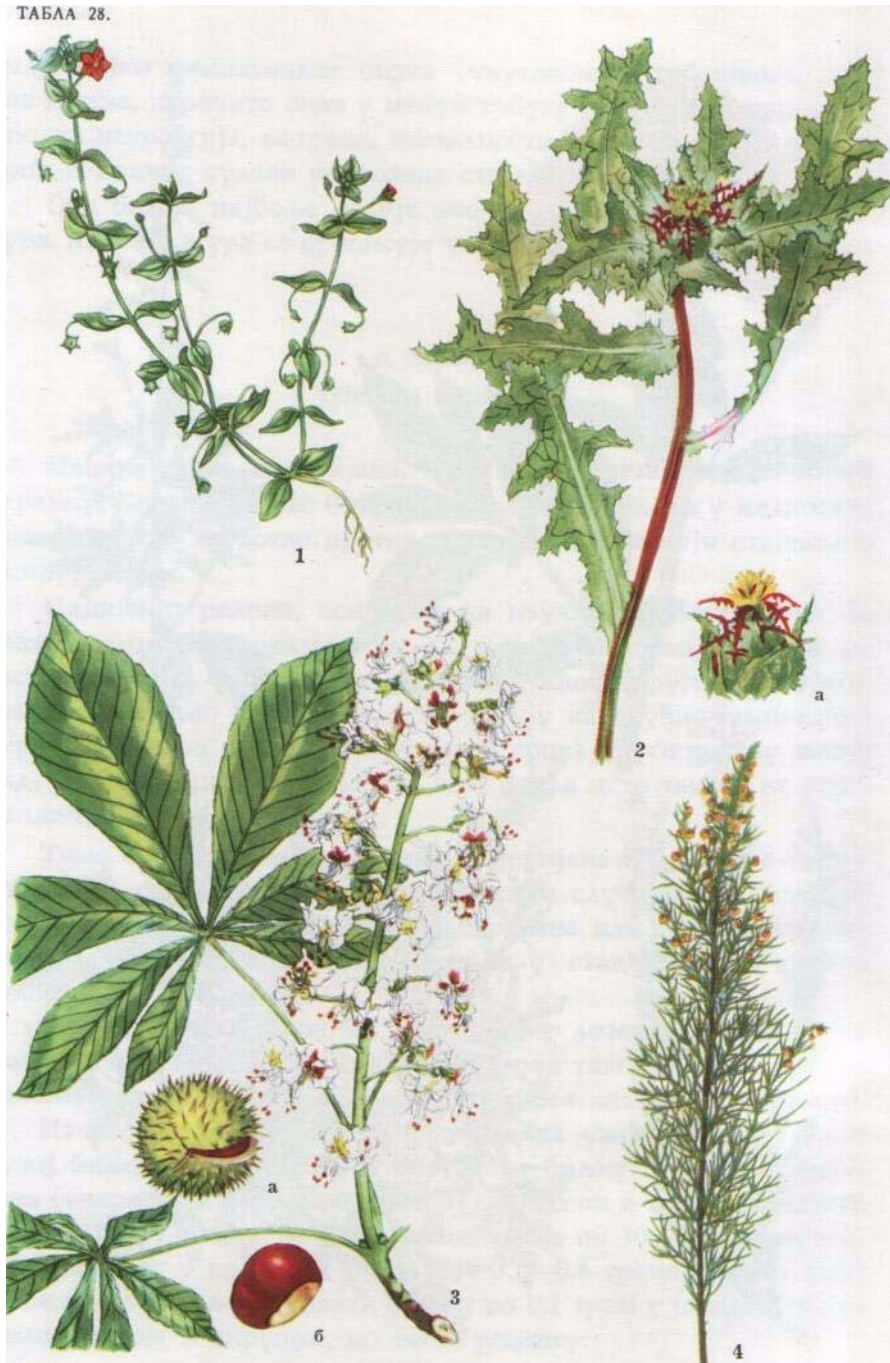
Из овог следе и извесна правила за узимање валеријане. Сувој биљци треба увек претпоставити билку која је стабилно-сана (учвршћена и једнака у својој садржини и количини лека). Мек екстракт давати по 1—3 грама, течан по 10—15 грама, исушен екстракт у прашку (т1гал1) по 0,2—0,6 грама дневно. Овај последњи лек боље је давати у дози по 0,1 грам у смеси с алко-холом, водом и сирупом, по овом рецепту:

ТАБЛА 27.



1 — божур (Работа оЦ1стаИз); 2 — комоника (АгНтша уи1^аг15);
 3 — жутилица (Сепша 1тс1огш); 4 — вилино сито (СагИпа асаиИз).

ТАБЛА 28.



1 — видовчица; 2 — осат, а — цваст; 3 — ДИВАИ кестен), а — ПАОА. б — семе; 4 божје дрвце..... 2 грама

Алкохол 90% 18

Смешати и давати по 1 **кашичицу**, три пута дневно. Ова **количина** **довољна** је за шест дана (18—20 **кашичица**). Као **лек** **дротив** **нервозе** може се лако спремити и овај **облик**:

Чаја од корена одолена **120 грама**

(3 грама корена:120 грама воде) Воде од матичњака **10 „**

По 1 **кашика** на сваки сат до деловања.

Ако се нема ништа друго него само сув **корен** валеријане, **онда** се препоручује не чај од њега него квашење у води, по **10** грама на једну чашу хладне воде. То треба да **кисне** 12 **ча-сова** и може се давати на 2 часа по 1 **кашика**.

Може се употребити и алкохолатура **корена** валеријане, по 2—10 грама, или хидролат, по 20—40 грама за 24 часа.

*Као чај сама валеријана прави се и даје у дози 15—30 грама **корена** у литру воде. Такозвана „нервна мешавина“ састоји се од 30 грама корена валеријане, 30 грама **лишћа** нане и 40 грама грчице¹. За чај се узима по једна **кашика** **•ге** **смеше** на шољу воде.*

Примењују се и друге комбинације с **прашком** или **екстрак-том** од валеријане, такозвани валеријанати: с амонијаком, **цин-ком**, **гвожђем**, **кофеином**, **кинином**. То су већ апотекарски **про-изводи**. Али најбољи су лекови од свежег **корена**.

Валеријана се гаји, а може успевати и кад се посеје по **голом** **пољу**, као што се то ради **код** Капошвара у **Мађарској** (Роле и Буре). Дакле, то се исто може чинити и **код** нас у Вој-водини. Кидање валеријаниних цветова помаже већем расту **асног** **корена**.

Билка расте на сваком **земљишту** ако је оно влажно и по-**лусунчано**. Ипак, изгледа да су оне **биљке** које расту на висини

Сама валеријана је **биљка** која **достиге** висину од 80 центиметара до метар и по. Стабло јој је **округло**, с **коленима**. Лишће је тамније него стабло, расте наспрамно, с многим **сегментима**, **зарезано**, **зупчасто**. Цве-тови ситни, бели, бледоружичасти, понекад **плави** или жућкасти, у **кити** на **крају** **голих** **грана**; **мириса** **пријатног**. Корен са **жилама**, споља **ора-хове** **боје**, изнутра **беличаст**, укуса **опорог** и **горког**, без **мириса** кад је **свеж**, али у току **сушења** добија неки **мирис** **врло** **јак**, **непријатан**, **смрд-АИВ**, **налик** на **мирис** **мачје** **мокраће** (Роле и Буре). Она расте поред **потока** у **сеновитим** **местима** и **хладовини**. Стока једе њено стабло и лишће. Има је више **врста**.

15. МЛАБА

Млаћик, кокочица. — Из ове биљке добија се лек за уми-рење нерава. Ево шта каже о њој проф. Бахем (Бон):

„У новије доба признат је као средство за умирење нерава лек који је добијен из биљке рода млаће, Кокочице. Чак се тај лек убризгава у месо и под кожу код дрхтања руку и других болести које су праћене дрхтањем и млатарањем, као што то бива код хореје, итд.

Она се показала од вредности и у унутрашњој употреби, у облику екстракта од ове биљке, у дози од 0,1 грам — два пута дневно. Споредна њена деловања, као осећај умора, пролив, немају великог значаја, јер су пролазна. Изгледа да резултат оваквог доброг деловања бива независно од деловања на оно место одакле почиње дрхтање или неволно млатарање, значи, деловање је опште."

Морам признати да сам био мало изненађен кад сам то прочитао у књизи проф. Бахема (*0 лековима*). Погледам народ-ни назив биљке из које се добија тај лек, потражим код др Саве Петровића шта се о њој писало, и наћем да се она зове млаћак, или млаћа; да постоје три врсте ове билке, које су се некад у мелицини употребљавале под разним називима. Сад се лек од те бвљке крије под називом булбокапнин.

Али ма како се он звао, главно је то да је шупл>а млаћа или кокочица лек, и то врло добар лек за уми-рење живаца. Некадашња медицина у овој билци још је једном оправдана. И то на овој тако обичној и тако распрострањеној билци коју мрже свако да види и наће чим изаће рано у шуму, јер она цвета рано у пролеће.

Ова билка раоте по шумама и ливадама средње и јужне Европе, и код нас на Балкану, у Португалу, па и на Кавказу. Одликује се од врло сродних јој билака, сестара, тиме што има корен који је велик и крто-ласт и изнутра шупаљ, и који добија облик звона уколико је старији. Обрастао је жилицама по целој површини. Из корена избија по неколико стабљика, које имају по два листа. Билка је пепеласти и мека. Цвета у априлу и мају. Цветови су пурпурни, бели или шарени. Поређани су на врху стабла у исправљен грозд, који по цветању израшћује. „Лишће је на лршке насаћено и двапут је троперасто, с 'режњима зупчастим и на дршчи-це насајзеним. Немачки се ова биљка зове шупл>а шевина мамуза, што значи да увек има облик мамузе, напред отворен, на два копља, којн и даје Ауску с два капка кад се распада. Семенке су црне и имају кресту."

У корену има скроба, каже француски научник Гатен. Наша сеоска деца радо једу ове кромпириће у пролеће кад их наћу у шумарцима.

Прах од овог корена употребљаван је као средство за истеривање гдиста и дезинфекцију црева (антисептичан је — убија разне микробе), а тако исто и против крњења зуба.

Кад се доведе у везу ово последње деловање корена с оним што је утврдила наука, издази да раније није бидо примећено баш главно деловање биљке, већ само споредно.

Ова билка употребљава се као исушен корен у дози која не изазива ни пролив ни умор, тј. исто тако као што се спрема н одољен — валериј"анин корен. Треба наквасити 10 грама ису-шена корена у чаши хладне воде и оставити све да кисне 12 ча-сова. Затим оцедити и давати на два часа по 1 кашику. Овоме се може додавати бром (1—2 грама). Или направити алкохо-латуру и давати од ње по 2—3 грама (50—80 капи) дневно; може у зашећереној води.

16. МАТИЧЊАК

Матичњача пчелиња, љековити матичњак, милодул, мато-чина, пчелоперка, челињак, челњак, пчелиња метра, меденка, метвица пчелиња, медени лист, ројевник, дубравник. — Матич-њак углавном садржи једно уље (есенцију) у коме има два састојка: цитрал и цитронелал.

Стари арапски лекари и њихови наследници у науци хва-лили су ову билку због следећих њених својстава: а) што весе-ли срце; б) што лечи ноћна лупања срца; в) што је у стању да крепи дух човечји (Авицена) и г) што може да гони туробне мисли кад спопадне човека.

Чувени проф. париског универзитета Трусо употребљавао је матичњак против главоболе код нежних и нервозних људи, против пролазних замагљивања свести, зујања у ушима, честих несвестица услед прекомерног интелектуалног рада. Други науч-ници, као Делиу и Савињак, препоручивали су је као специфич-ну бил-ку чије је деловање против надражености и нервних грчева основано на својству да подстичу организам на рад и на отпор.

Од матичњака се спрема један алкохолат, такозвана про-чишћена вода од мелисе кармелићана као и један еликсир Ова вода фабрикује се још од 1611. године и остала је до данас један од најпопуларнијих лекова у најширим народним слоје-вима на Западу, у свима случајевима кад има нешто да се уми-ри, да се стиша: код болова у стомаку, падања у несвест, нерв-них напада итд. Узима се по неколико капи на парчету шећера у случају слабости или грчева у стомаку. Код срчаног грча (ангине пекторис) даје се у мешавини с валеријаном, кимом, мајкином душицом, и др. — као средство против самог стезања и грча. Код ангине пекторис постиже се тиме евентуално по-бољшање срчаног нервног сплета као и олакшање у напону услед деловања кима или других „гасогонаца" у цревима и трбуху. Због својих добрих особина улази она и у многе дру-ге мешавине, од којих ћемо навести најобичнију, с наном (30 грама), грчицом (25 грама), валеријаном (15 грама) — и овог

је она у стању да подстиче органе на рад, савремена наука при-ступила је њеном испитивању и нашла и утврдила да она делује само умирујуће, али да не подстиче енергију.

Препоручује се као чај, у дози 5:100. Иди као есенција у облику ул.ано-шећерног раствора (1:20 шећера) по 5—20 грама. (Хидролат је „раствор" у коме има есенције, али који је до-бијен „печењем" — дестилацијом потопљене и -раскисле вра-нилове траве, као што се пече ракија; дакле, хидролат је нека врста патоке.) Хидролат се добија и на тај начин што се воде-на пара пропушта кроз слој билке из које желимо да извадимо лек и иара се после хлађењем претвара у хидролат тога лека. Овај хидролат може се прописати као чист или с другим противнервним средствима, на пример у овој смеси:

Хидролата вранилове траве 50 грама

Хидролата валеријане 25 „

Хидролата салате 25 „

Давати по 1—3 кашике овог мешовитог лека увече пре спа-вања немирним, лако узбудљивим лицима која пате од несанице. Изучавања проф. Кожола и његових ученика показала су да есенција вранилове траве повећава тонус и раздражљивост пара-симпатика а смањује тонус вазомотора симпатика, те повећава дејство ацетилхолина, који шири крвне судове и регулише рад срца. Делује и на рад — кретање црева.

И овај лек је много бољи, каже Леклерк, него сви они, често опасни лекови, који се дају у ту сврху из хемијске индустрије и који трују или ошамућују (као веронал, луминал, сул-фонал итд.), па и јаке дозе брома у разним комбинацијама (писац). У апотекама тражи се .

Вранилова трава има кратак, пузећи корен који тера једногодишње право стабло, 3—6 дециметра високо. Лишће с дршкама, јајасто или јаја-сто-копасто, слабо зупчато. Цветови су јарко црвени, ретко бели, у округлим китама, главицама, на трима дршкама. Расте по сувим брдима, сунчаним шумама, по јарковима, нарочито на кречном тлу. Време цветања: јул—август.

19. ЦРНА КОПРИВА

Против хистерије и хипохондрије (пренадражености и уту-чености), грчева у једњаку, недржања мокраће и код болесница хоје показују јако нервозно стање услед престанка менструације, код нервозних уображеника и манијака (од страха) с јаким лупањем срца — црна коприва има своје лековито деловање. Исто тако код великог кашља. Јако смрди. Зато је једини облик у коме се може пити и који најбоље делује — алкохола-гура црне коприве.

Доза: 1—2 кашичице дневно против нервозе код одраслих.

Деци давати до 20 капи дневно.

20. СРДАЧИЦА

У лекарству се употребљава као и црна коприва, у истом облику и у истој дози, нарочито за нервозну децу: према узрасту, 5—20 капи дневно у облику алкохолатуре. И немачки назив — опрема, обуздавање и т. сл. срца) показује да она може управлати срчаном радњом.

21. СИТНА БЕЛА РАДА

Титрица, прстенак, царев цвет, жабља трава, ромунка, ка-момила. — Највеће услуге ова бицка може учинити у лечењу нервних болова на лицу (неуралгија), и то код људи малокрв-них, више него код пунокрвних, подагричара. Нарочито се показала добра против болова у лицу и у потилку код жена пре наступа менструације. Добро је узимати је у облику густог и јаког напитка — чаја. За интелектуалце који су преморени и имају наступе болова као најбољи показао се прах, у дози 2 грама и више дневно, узет с водом. Исто се тако добар резултат постигао овом биљком код главобоље и болова на врату и дуж кичме у току грипа. Лек од беле раде добар је стога што стишава брзо болове, и што од њега нема рђавих последица као што то бива после узимања хемијских лекова: антипирина, пирамидона, кодеина, алонала, верамона, итд., који, истина, ублажују бол, али у исто време задржавају мокрење, те на тај начин омогућују дуже за-државање штетних и отровних једињења и материја у орга-низму и крви.

Што се тиче дозе — ту морамо учинити неке примедбе и дати поуке, наиме: не вреди давати танак, слаб чај који је једва обојен; нити треба давати чај од беле раде после јела уместо кафе — то противречи здравом смислу, каже Леклерк — јер он није за то. Чај од беле раде треба давати густ и јак, и то изван оброка. Да бисмо такав чај добили, треба узимати 2 кашике цвета на шољу клучале воде (200 грама). Попарити га и оста-вити да чај стоји читав час. Затим процедити под притиском и пити изван и између оброка. Може се зашећерити. Али како се овај напиток, због свога укуса, тешко гута, препоручује се и други облик лека: истрљани прах са шећером, 3—5 грама тога праха дневно. Пример за рецепт:

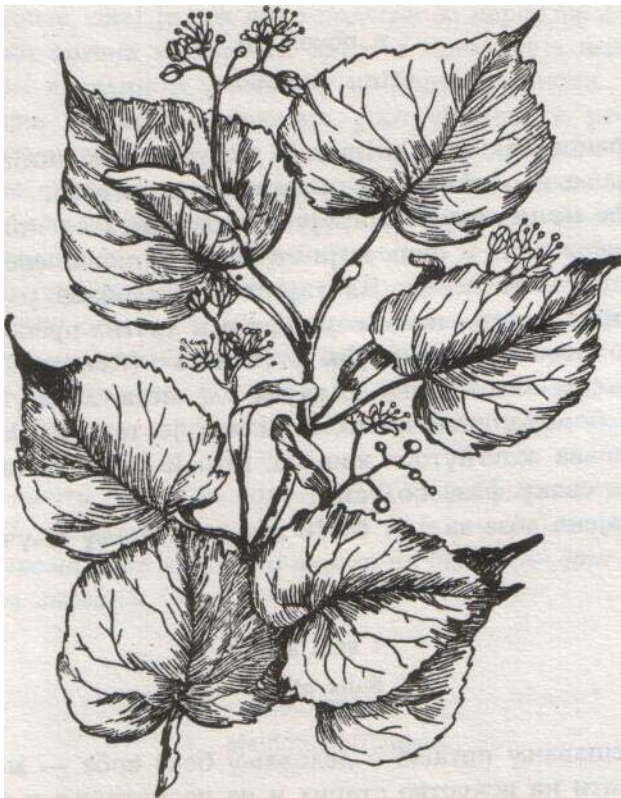
Свеж прах од беле раде или титрице, истрљан са шећером (колико треба, 2+2 грама, 3+1 грам)=4 грама (дневно).

Поделити у шест прашкова и узети у току 24 часа. Стручљаци веле да уколико је нелогично узимати чај од беле раде после Јела — утолико је оправдано давати га као сред-ство за буђење апетита пре јела, нарочито дуготрајним грудним болесницима, код којих треба победити упорно одсуство апетита (др Алимат — Монпелје). Овим искуством лекара нека се такви болесници и користе.

22. ЛИПА

Цвет липе садржи летећег зејтина, један фермент (ензим), као и соли мангана које нису без стварног утицаја у примени.

Цвет липе, ако ништа друго, остаје позитивно помоћно средство код свих стања где су нерви затегнути, истрошени или узбуђени услед прекомерног рада, брига, седења и претераног уживања. Осим тога, чај од липе делује као сановњак", „снотворац", тј.



Липа као успављујуће средство кад се узима пре одласка у постељу, јер олабави затегнуте нерве. Поред тога што утиче на нормал-ни састав крви (чини крв више течном — мање лепљивом за зидове крвних судова), она смањује артериосклерозу и повећа-ни крвни притисак код гојазних и пунокрвних људи. У таквим случајевима треба је давати „лаке руке“. Треба узети:

Течног екстракта од липе 50 грама

Хидролата од липе 450 „

Сирупа од пет корена 500 „

Пити 2—3 мале чаше дневно.

23. ПОМОРАНЦА

Поморанца даје цвет — два најпопуларнија средства за стишавање и олабљавање презатегнутих нерава.

„Лишће њено делује умирујуће, услед чега се може приме-нити код нервозних и оних који страдају од повишене узбудљи-вости симпатичког нерва. На тај начин ослобађа од узимања разних веронала, гарденала, сомнифена и других препарата који делују као отрови изазивајући утученост“ (Леклерк).

Најбоље је задовољити се чајем од листа, додајући му хи-дролат од поморанџина цвета, који делује такође олабољавају-ће, тј. стишава затегнутост живаца, што је подесно за све слу-чајеве и за сваку фазу болести.

Уобичајена доза за чај: 6—10 грама на шољу клучале воде.

24. БЕЛА ВРБА

При решавању питања о деловању беле врбе — морамо се овде ослонити на искуство старих и на посматрања и резултате млаћих, савремених лекара. Јер су

стари увидели да она делује углавном умирујуће на нерве, нарочито на полне органе. Чак је примењивана и као средство за боље спавање у облику клистира (клизме). А њено својство да смањује полне прохтеве, тј. да делује против полне узбудљивости, онде где је она сувишна и штетна по опште здравље — потврђено је од таквих научника--практичара као што је Леклерк. Примењујући ресе беле врбе, нарочито код жена, он је постигао добар успех. Бела врба се показала добра и код поремећаја у менструацији тиме што је умањивала болове којима је био извор у јајницима или мате-рици, и што је потпуно стишавала услед тога растројене нерве. Делујући у том правцу, она умирује и полну надражљивост код онаниста, који су пре тога пробали сва призната средства.

Најзад, врба се показала добра и код несанице неурастени-чара. Уопште, овај је лек врло подесан за нервозне људе и стога што крепи органе за варење. Зато се примењује и од болести с повећаном киселином у стомаку на нервnoj основи. Против нервних надражаја употребљава се реса од беле врбе у виду течног згустка у дози: 1—2 кашичице увече пре спавања, а трећу кашичицу узети после једног часа ако прве две не помогну, тј. ако нервно стање, болови у малом трбуху, полно узбуђење, несаница, немир и страх — не престану.

Како није сваком могуће да спреми згустак од ресе беле врбе, између осталог и због пролазности сезоне за њу, може се у истом циљу применити прах од коре врбе с грана којима има више од три године, у количини 2—3 грама дневно, пре јела. Или, још боље — направити вино од такве коре, по овом упутству: Наквасити 50 грама коре у 1000 грама вина. Оставити то да кисне 12 часова, и давати да се пије по једна винска чаша (80—90 грама) пре вечере; а ако то не делује — још једна таква наша пре спавања.

25. КОКОТАЦ

26. ЛАЗАРКИЊА

27. МАТОЧИКА

Ове три биљке садрже у себи исти лек и због тога, мада су по роду различите, делују подједнако.

Још у старо доба кокотац се употребљавао за лечење болести очних капака. Па и данас није наодмет прописивати тај лек као чај, у дози 20 грама на 100 грама воде, за испирање очних капака, код гнојења и запаљења слузокоже очних капака. Томе ни очни лекари не би требали да сеprotиве (због танина у њему).

Што се тиче лазаркиње или првенца, она служи и данас у Алзасу за справљање вина, такозваног мајског напитка. А причају да јс иолски краљ Станислав пио свако јутро по једну шољу чаја од ње и захвалујући томе одржавао своју снагу. Помињали смо ове биљке код болести бубрега, где оне делују на повећање мокраће и врше дезинфекцију мокраћних путева. Овде се наводе због другог

њиховог деловања. Тако су на-учници Буркло, Ерисеј, Герен и Горис показали да се у току сушења или у току дал>их промена биљака (врење) у њима ства-ра главни лек, кумарин, који и делује као стишавајуће, убла-жујуће и успављујуће средство, утичући на мозак и на узрујане нерве спроводника, али без утицаја на далеке површинске нерве. Чај од цвета кокоца може се применити као средство про-тив згрушавања крви код флебита и тромбофлебита, опасности од емболије и после дуге 'примене антибиотика (пеницилин, стрептомицин, ауреомицин), тамо где су већ проузроковали из-весне нелагодности — у том случају може се употребити 4—6 грама дневно тинктуре од кокоца. Према томе, ове билке, свака засебно или заједно, могу се прописати, с надом на успех, оним нервним болесницима који су врло осетливи, тј. шkode им противнервна и успављујућа средства.

Прописују се у облику чаја, у дози 5 на 100 (10:200), који пријатно мирише. Овај чај може се дати деци која не спавају добро, затим старијим људима, старцима и оним болесницима код којих је узрок болести сувишни надражај великог симпатичког нерва.

Чај треба узимати после јела, јер он помаже и варење.

28. БОЖУР

Штир црвени, тратор. — Божур расте као дивл>а и као гајена баштенска биљка и цвеће.

Као тинктура (сува биљка наквашена у алкохолу) у дози 5—15 капи дневно може се употребљавати против епилепсије, као што се то чинило у старо доба. Против епилепсије приме-њује се и корен божура претворен у прах (као прашак од белог крина,). За прашак би рецепт био: корен од божура и корен комонике, по 25 грама, ситно истуцати и по мешати, давати на врху ножа 3 пута дневно (Е. Мајер). Може се узимати и:

Тинктуре од божура 15 грама

Тинктуре од анасона 5 „

По 20 капи у води, ујутру и увече.

Делује умирујуће код ове болести и гороцвет та њега је први увео у лечење епилепсије чувени проф. Бехтерев (Русија).

29. ИВАЊСКО ЦВЕДЕ

Броћика. — Биљка с миришљавим цвећем. Употребљава се као и божур код епилепсије, а може дати

Аобре резултате и код слабијих напада хистерије.

Некад се давала за смиривање болова код рака — споља и на уста.

Ова биљка има дрвенасто стабло, често пузава. Цела је биљка без длака, или само слабо маљаво на ивицама лишћа. Стабло је при дну јако гранато, лежи ниско, а после се усправља и достиже до 3 дециметра ви-сине, завршавајући се многобројним, малим, жутим цветовима. Цвеће мирише јако на мед. Лишће је ситно, танко, уско, дугачко, с оштрим вр-ховима, с једном жилком, по 6—8—12

листова у колену, на ивици узвијено. Род мали, гладак, го. Цела биљка при сушењу поцрни. Расте по полским пустарама, брдима, ливадама. Време цветања: јул—септембар.

30. ПОТПЛОТУША

Мацина метвица, мачја трава, мачје зеље. — Леклерк каже да је с успехом примењивао ову биљку против упорног штуцања. Употребљава се као чај у дози: 3:100 грама клучале воде. Потплотуша се примењује и као благо миришљиво и кармина-тивно (тера гасове) средство код надувености стомака и трбу-ха. Мачке је једу врло радо због њеног деловања. Отуда и њен назив. Садржи етарска уља; може се корисно применити у ле-чењу нервних болести, јер делује ПОВОАНО на нервни систем. Најбоље делује у мешавини с наном, матичњаком и добричав-ком (самобајком) у подједнаким деловима; за справљање чаја узети по једну кашику на шолу клучале воде.

Стабло ове биљке је високо, достиже 0,6—1,3 метра висине. Лишће је јајасто до срцасто, на врху оштро, с доае стране сиво, маљаво. Цвѣће је у густим китама из пазуха колена на цветној грани. Круница цвета је бела или црвенкаста. Доња усна с јарко црвеним тачкама. Род гладак и го. Расте поред ограда, поред села. Време цветања: јул—август.

31. МЕНЕГЛЕД

Скрж, свињско корење, циклама, колутка. — Корен ове билке једу свиње и зечеви и ништа им не бива, док је за човека отрован. Али алкоходатура скржа или цикламе може с успе-хом да се примени против нервног зујања у ушима, у дози 10—15 капи дневно, датих у два "или три маха у мало воде.

Не зна се како она ту делује, којим путем и начином, али је њено деловање доказано у пракси. Овом леку треба прибећн увек — пре свих других средстава, и после свих која не помог-ну. Лекари не смеју заборавити на њега.

Скрж, цикламу, описали смо код лечења срчаних болести и артериосклерозе, зато нека читалац потражи тамо појединости о овој биљци.

32.ЛОКВАЊ

Водени божур, барска ружа, лотус. — Сви писци помињу да је ова билзка била у пређашња времена употребљавана за стншавање сувише надражливе полне сфере, како код мушка-раца тако и код жена. Зато су у средњем веку ову биљку много употребљавали калућери, да им небрачно стање не пада сувише тешко. Чак су постојали и стихови:

„Водена ружа — пријател» влажних места, Разарач је радости, а отров за л.убав.”(по Леклерку),

Савремени критички дух лекара сасвим је одбацио ову биљ ку у запећак, тврдећи да су све те приче о њој чиста бајка. Па ипак, нашло се научника, као што је био, нпр. де Рошфор, који су је задржали као лек у списку лекова, а нарочито као средство које може, као ниједно друго, да умири „пламен жудње за љубављу”, у таквим појавама као што су пријапизам, сатири-зам, нимфоманија, тј. стална надражљивост. и похотљивост му-шкараца и жена,- која је штетна за изнурене организме.

Зато уместо других, јакних средстава — као што су велеби-ље (беладона), буника, разна једињења брома итд. — може се узимати чај од цвета доквања, а још боље је узимати сируп на-правл.ен од тога чаја, у току 15 дана.

Држећи. се строго научног упутства — ми саветујемо да се испроба овај дек у облику сирупа, који се спрема из цвета лок-вања на обичан начин, а узима по 100 грама дневно као благо успављујуће средство и лек против нездраве несанице која на стаје услед наведених разлога. Осим тога што је антиконвул-зивно средство, подстиче на рад срце и органе за дисање.

Одвајкада је корен ове биљке важио као дековито средство. А који се од нас савремених декара усудио да га препоручи сзојим болесницима? — Тражи се као.

Ова билка може бити различита по величини цвета, облику рода, ширини и боји плодника.Лишће ове биљке је дубоко зарезано, срцасто, с једноставним, не зупчастим ободом, чак до 28 центиметара у пречнику, с другим, споредним, малим копластим листовима. Лепи бели цветови су без мириса; онн пливају по површини воде. Плод већином лоптаст, меснат, не пуца, са-држи много семена. Расте по барама и језерима и сасвим тихим водама. Време цветања: лето.

33. ДИВЉА САЛАТА

Дивља салата служи овде као замена опијума. Кад се она у авану истуца, добија се течност која, кад испари толико да добије изглед згустка, представл>а прави сок биљке, лактука-ријум, и садржи неколико састојака.

Добре стране дивље салате биле су познате још код старих Грка питагорејаца. Она се тада звала „билком евнуха”, зато што делује стишавајуће на полну сферу човекову. Чувеном грчком лекару Диоскориду сок од дивље салате служио је као лек да умери полни нагон оних који тај нагон злоупотребљавају, а другим лекарима да омогуће сан онима који прездрављују од те-шке болести и исцрпени су. Римски лекар Галијен, у старости, протав несанице узимао је дивљу салату. И други лекари твр-дили су да семе од салате „одузима човеку вољу, љубав и успав-

љује га". А Левин Лемнијус говорио је да онај који једе често и доста дивље салате губи волњу.

На основу научних испитивања (Обержијера) дошло се до резултата да густ сок од дивље салате, тзв. лактукаријум, може заменити опијум. Дакле, *можв да се употреби свуда гдв је опијум опасан* и где његова примена може имати рђавих последица услед јачег прилива крви у мозак, нпр. код свих оних који имају повећан крвни притисак и склерозу, јер опијум има ту особину да повлачи за собом такво стање (повећање притиска).

Зато је преимућство сока од дивље салате пред опијумом у томе што може стишати нервне надражаје а да претходно не иза-зове узбуђење, као што то чини опијум, који у прво време изазива узбуђење и надраживање, па тек у другој фази свога деловања умирује. Он не делује штетно на органе за варење, на крвоток, нити на поремећај нерава који управљају крвним судовима.

Њиме се постижу добри резултати код несносних полуција, против надражаја за време заразе мушкарца капавцем и т. сл.

О примени и добрим странама његова деловања код деце (кашаљ, несаница итд.) говорили смо у одељку о великом кашљу.

Ако пак салата и сок од салате не помажу — најко-рисније је код несносних полних надражаја у болести поручити ове пилуле (код апотекара):

За једну пилулу. Узимати по 2—6 пилула увече пре спавања. Много је боље него узимати бром, камфор итд.

Из згустка дивље салате вади се тај лактукаријум који упра-во делује као лек. А сиров лактукаријум даје се по 0,1—1 грам дневно. Или се даје његов водено-алкохолни згустак у дози 0,05—0,30 грама.

34. „ЦВЕТ СТРАСТИ"

Ова је биљка пореклом из топлих предела Америке, али успева и у Француској, па према томе може се гајити и код нас. Ако је још нико не гаји — треба да буде пренета и у нашу земљу, јер је сигурно да би у јужном делу наше државе, нарочито испод Демир-капије, а тако исто и на обали Јадрана, мо-гла лако успевати. А треба је гајити код нас из два врло важна разлога: прво, што је она, како ће се видети даље, врло лекови-та, и друго, што увозимо у великој мери француски лек паси-флорин који је направлен од те биљке. Пасифлорин, који се код нас пре рата прописивао и трошио у врло великим количинама, имао је овај састав: 1) пасифлора, 2) кора од врбе и 3) цвет од глога и шећер.

„Цвеће страсти" има ублажујуће деловање на нерве. Добар резултат постигнут је још 1867. г., а потврђен је и доцније, јер се овај лек показао као добар против несанице хистеричних и неурастеничара, као и код алкохоличара. Ако несаница долази услед каквих болова — овај лек може и оманути, али ако она долази услед можданог пренадражаја — „цвеће страсти" се може сматрати као изврстан лек.

Проф. Ренон хвалио је овај лек за случајеве страха од рата. Најзад Леклерк, на чије се тврђење и ослањамо у овом излагању, доказао је његову

успешну примену „код нервоза уље престанка менструације код ена, где је извор тим нервни - ремећајима симпатички нерв", а тако исто га је с успехом иско-ришћавао и против несанице прездравелих од грипа, што се че-сто јавља.

Ова биљка има особину да изазива сан који се не разликује од нормалног сна, тј. не повлачи никакву нервну малаксалост ни мучење у осећајима нити у мислима: не ошамућује, не опи-ја. „Болесници се после сна осећају исто тако расположени као у моменту кад су легли да спавају, тј. очували су своју ве-дрину, способност да расућују, да говоре и делају." А то значи да овај лек има велико преимућство над свим хемијским леко-вима који се у ту сврху употребљавају.

Пасифлора се обично узима у облику тинктуре и течног екстракта. Али Леклерк препоручује алкохолатуру од свеже биљке која је набрана у мају, у доба цветања, у дози 30—50 капи увече пре спавања.

35. ЗВЕЗДАН

Рожаста детелина. — Грешком неке сељанке која је боло-вала од запаљења очних капака и којој је Леклерк саветовао да кваси и исћнра капке чајем од звездана (рожасте детелине) — открито је деловање ове биљке на нервозу: сељанка, која је патила од несанице и нервозе, излечила се од тога после 8 да-на, али не и од конјунктивитиса. Показало се да је ова биљка у свему слична пасифлори. Од ње се справља чај: 1 кашика су-вих цветова на шољу кључале водб. Пије се 3—4 пута дневно.

Деловање лекова на чији опис сад прелазимо врло је сло-жено; њих у већини случајева треба употребљавати само према упутству и под надзором лекара. Ти су лекови истовремено и отровци ако се узимају у непрописној, јачој улози. Ипак се без њих не може, као што је то случај с велебиљем (беладоном), буником и др. Зато ћемо овде за употребу у народу говорити само о биљкама које се могу искористити (у онаком облику и у рноликој мери колико се то по нашем мишљењу може допустити) а да се не осете, а још мање догоде, зле последице попу-ларне медицине. Ослањамо се у том погледу на ауторитете који су поуздани, поверења достојни и прворазредни. Пут деловања ових лекова иде преко центара у мозгу и преко нерава, о чему је већ говорено у уводу у ову главу.

36. ВЕЛЕБИЉЕ

Велико биље, големо биље, лудача, луда трава, вучја тре-шња, пасја јагода. — Овај лек може да се примени против неуралгије и болова у стомаку, грчевитог стезања у чмару, у мокраћном каналу, у материчном врату и рукаву.

Исто се тако, у законом одређеној дози, може дати: у случају повећане киселине у стомаку и трбушних болова уопште, код, горушице, ране у стомаку, дванаестопалачном цреву, код болести јетре, затвора и грчева у

трбуху, недржања мокраће, знојења туберкулозних, нервозне астме (сипње) итд. Мале до-зе помажу и рад срца.

Облици у којима се може узети беладона јесу:

1) Прашак од лишћа у дози 0,15 до 0,2 грама, тј. дневно највише пети део грама: 1/25 и 1/30 део мале кафеене кашичице.

2) Алкохолна тинктура, разблажена десет пута водом (де-стилисаном или прокуваном). Једаћ њен грам садржи 57 капи (око 0,004 грама атропина). и у овом облику даје се најчешће по пола до 2 грама дневно. Тако нпр., код дечјег великог кашља (с грчевима у бронхијама и душнику) треба почети с малим дозама, свака 2—3 часа, и то: 1/2 капи (кане се једна кап тинк-туре у шољицу воде и онда се пола воде проспе, а пола попије) за децу до једне године. Једна кап се даје деци после једне го-дине, и за сваку годину даље (2, 3, 4, 5, 6, 7 капи) до 8 година. Осмогодишњем-детету даје се по 8 капи.

3) За спољну употребу може се узети одвар, у дози: 1 грам лишћа беладоне на 5 литара воде (0,2 грама на литар) — за облоге.

Као лекар не сматрам да се друге врсте лекова могу пра-вити код куће. нпр. масти, пилуле итд. То треба поручивати у апотеци.

Велебиље (беладона) има дугогодишњи корен. Стабло достиже ви-сину 1,3 метра, личи на коров, зење, расте усправно, има много грана; голо је или слабо мањаво. Лишће је заострено на врху, прилично круп-но, јајасто, без зубаца, с кратком дршком, нагнутом наниже. Цветови су усамлени, на кратким дршкама, у лозничастом пазуху стабљика и ли-шћа; чашица — звонастог облика. Цветна круница плаво-ораховаста, с пет кратких зубаца. Плод — бобице, прилично велике, округле, сјајне в црне, налик на ситне трешње. Расте по пошумљеним брдима, пустим камењарима. Отровна је бил>ка.

37. БУНИКА

Бун, трава од зуба, зубњача, буника црна, зобник, воја. свињски боб, коњски зуб. — У лекарству је позната трава и ли-шће од бунике. „У њој има отровног састојка који се зове хио-сциамин, деловање му је врло слично деловању велебиља (бе-ладоне), али ипак није тако отровно. И она, као и беладона, шири зеницу, само се за то захтева већа доза. Успорава пулс као и беладона, суши уста и гушу. Али се разликује од беладоне тиме што мање дражи мозак, што више изазива сан, што не изазива луди смех и вољу за покретима и што не делује на оне мишиће који затварају чмар и бешику."

Даје се у истим приликама као и велебиље: за стишавање болова, нарочито у неуралгијама, реуматизму живаца, запаљењима и реуматизму. Даје се, даље, против нервозних стања, наг рочито против хистериче, хипохондрије (болесне снуждености), еклампсије (дрхтавице и грчења породилја). Ова билка давана је и против падавице, лудила и бунцања од пијанства.

Даје се против несанице уместо опијума, нарочито кад же-АИМО да се

избегне затвор услед примања опијума. Употребљава се као добар лек против кашља, ма какав му узрок био. А да-ван је и против одлива крви, нарочито против пљувања крви.

„Због деловања на зеницу буника је давана против болести очију као и беладона" (др Сава Петровић). Али је треба упо-требити само онда кад је оболела рожњача, кад има на њој ра-ница или повреда и кад постоји бојазан да ће се појавити запа-њене ока унутра. Кад су болесни само очни капци, а унутра је око здраво, употреба ових лекова — како велебиља тако и бу-нике — сасвим је неумесна (писац).

Што се тиче савремене научне употребе бунике, она се по-ред примене у лечењу наведених болести може с успехом при-менити још и против дрхтавица, тровања, на пример, живом и њеним једињењима, сублиматом итд., затим код познате Пар-кинсонове болести (ипак ретке), која се изражава: а) у неволу ном нервном дрхтању удова и кривљењу лица (те појаве за време сна престају), б) у извесној укочености мишића, услед чега болесниково држање добија нарочити изглед: кад иде он се нарочито нагиње напред, корача ситно, подскакујући, као да га неко подбада, и в) у парализи — последњој фази, кад услед болова, грчева и других мука болесник сасвим ослаби.

Па и старији људи који имају дрхтавицу због својих годи-на могу бар за извесно време, или с времена на време, да кори-сте овај лек. Он умирује стомачни нерв, те зато може бити ко-ристан и од помоћи против грчева у једњаку у стомаку, цре-вима, бешици. Регулише чак и срчане ударе.

Како буника није отровна у толикој мери као велебиље (беладона), њене дозе при употреби нешто су јаче.

Најбоље је употребљавати њену тинктуру, разблажену 10 пута дестилисаном водом, у дози; 1—4 грама за 24 часа (20—80 капи).

Од ње се праве чувене пилуле меглен које су до-бар лек против грчева. Састоје се од екстракта бунике и вале-ријане и оксида цинка (по 0,05 грама у свакој пилули). Али Ле-клерк саветуде да се уместо оксида цинка за њихово справљање узима екстракт лактукаријума, који се добија, као што смо ра-није говорили, из сока истуцане дивље салате.

Запалено суво лишће служило је за инхалирање при кашљу и нападима астме.

То је јака, длакава, обично једногодишња или двогодишња биљка, тешка непријатна мириса. Расте усправно, у лето, достиже висину од 6 дециметара. Стабло се на врху јако грана. Лишће је прилично велико, седи на стабљиви, горње лишће обухвата стабло, око којег је урасло, ја-јасто је и неправилно перасто. Цветови имају кратке дршке, доњи у пазуху појединачни, горњи у класу. Род — чаура с много семења унутра. Цвета у јуну и јулу. Спада међу отровне биљке.

38. ТАТУА

Биволчићи, смрадац, пасја јабука, кужњак. — Огровна је бил»ка, отровнија

од беладоне. Одувек је важила као „подла биљка“; њоме су се служиле „вештице“ да „омађијају“, тј. да збуне и помуте мозак; њоме су се служиле добре и рђаве жене у источњачким харемима да својим добрим или рђавим мужевима помуте мозак и онда њихову ошамућеност искористе за добро или за зло; њоме су се служили разбојници и други пре-ступници, дајући је у пићу својим жртвама да би их опљачкали. Тако је та биљка стекла рђав глас. Али доцније и у новије време она је добила своју праву примену у лечењу. Тако је Сторк утврдио да она може добро да делује онде где је ум поремећен, тј. да поврати првобитно душевно стање које је било поремећено — баш тиме што поремећује нормално стање. Затим, да може помоћи код грчења и епилепсије. Заар ју је применио код болова услед камена у бубрежној бешици и одсуства мокрења;

Фера ју је употребио против хистеричне главобоље; Глумредер против дрхтавице и психозе правих алкохоличара Чувени Труссо и Карион били су убеђени у њено одлично деловање код болова и жигова (неуралгија), а нарочито болова на лицу. Најзад су је Моро и Тур употребљавали у случајевима лу-дила, рачунајући на то да помоћу стварања вештачког стања, кад болесник пати од халуцинација (све му се нешто привиђа), може да му се помогне и да се излечи.

Да не бисмо плашили болеснике и читаоце и тако онемогућили примену овог лека, нећемо набрајати случајеве кад он наноси штете, већ само кад помаже. Разуме се да ће овде бити назначене и тачне дозе.

Тако, од њега дисање постаје дубље, пуније. Најзад, он је у стању да изазове полни прохтев с физичким могућностима код мушкараца и жудњу за мушкарцем код жена,

Како изазива јака психичка узбуђења и немир, татула се може узимати само с великом пажњом и опрезношћу, наиме:

половина дозе одређене за велебиље,

Дозе: прашак од лишћа узима се у дози 0,05 до 0,15 грама;

што значи: један грам татулина лишћа треба поделити на 20 делова, или на 15, на 10, а најмање (односно на највећу дозу) на 7 делова. Од тако малих доза давати се сме по 2 прашка (1/20 или 1/10 грама) дневно највише. То се може и у народу употре-бавати с опрезношћу!

Алкохолни екстракт од семена татулина узима се у још мањој дози: један грам се дели на сто делова, а најмање на два-десет и пет (0,01—0,04). А то је већ за праксу у народу неизводљиво. У апотеци се то може учинити.

Али је употребљива тинктура од лишћа, од које се даје по 5—30 капи дневно, према узрасту и јачини болесника. Алкохо-латура се даје по 10—40 капи дневно.

Против астме (сипње) пуши се лишће увијено као цигаре-та; или се то лишће пуши у лули помешано са дуваном или са жалфијом. У овим случајевима доза лишћа која се сме попу-шити за време једног напада сипње не сме-износити више од 1,5 грама (грам и по).

Може се спремити и тзв. противастматичка хартија на овај начин. Чиста

хартија за цеђење лекова (купи се у апотеци) поква-си се у 50 грама јаког одвара од татуле, коме треба додати 6 гра-ма шалитре Затим се то извади и осуши и поново накваси тинктуром од омана (великог корена) у'којој има грам и по (1,5 грам) уља од лавандуле. Тај се лист затим исуши и њиме се болесник у наступу сипње (астме) кади.

Врло је отровна. Употребљава ее само под наведеним усло-вима и у означеним дозама.

Лишће се бере пре него што цвет потпуно увене. Треба га сушити у танким пластовима, на леси, у просторијама где има струјања ваздуха.

Татула је крупна, гола или слабо длакава летња биљка, позната го-тово свакоме. Стабло јој је високо до 6 дециметара, с гранама које се одвајају кашикасто. Лишће има дршку, велико је, јајасто-округлог обли-ка, с неправилним, ћошкастим и оштрим зупцима или деловима (пери-ма). Цветови су појединачни, на кратким дршкама у пазуху грана или на врху грана. Чашица је трбушасто-цеваста, опада кад цвет прецвета и оставља само једну кратку ивицу испод чауре. Круница, с пет зубаца, има белу боју, а у топлим пределима црвенкасту. Плодна чаура је округ-ла, обрасла је меким боцама и садржи много семена. Расте свуда дивље. Време цветања: јул—август.

39. ПОМОВНИЦА

Црна помоћница, мрачњак. — „Разликује се од разводни-ка, паскавице тиме што јој је цвеће бело, што је бобица црна, што је стабло зеласто, с четвртастим гра-нама и лишћем, обично зупчастим и ћошкастим, реће целим" (др Сава Петровић).

Садржи у себи материју соланин, којом и делује. Стари ле-кари употребљавали су ову биљку кад пече у стомаку (Диоско-рид), код честих полуција мушкараца (Хипократ); у средњем веку употребљавана је за опијање болесника пре операције, као што се сад служимо хлороформом и етером, најзад, од н>е су правл>ене облоге код болести јетре и подагре.

Важно је истаћи да. овај лек има својства велебила и бунике. Он опија нервне центре у мозгу, и крајња влакна нерава на кожи, и то како оних нерава који управљају покретима тако и оних који служе за примање утисака, осећајних. Денос му је признао особину да у стомаку делује као кокаин, као хлороформна вода и као бром (калцијумово и стронцијумово једињење брома). Затим су Леви Франкел и Јустер објавили да ова} лек може учинити добре услуге у лечењу кожних болести, нпр тиме што умањује масноћу с перутом на глави, као и код лечења свраба с прављењем чешујица (на месту свраба) и окоравања код других кожних болести (псоријаза), свраба око чмара — на нервној основи.

Ова биљка слабија је од претходних, сушење је чини тако-бе слабијом, тако да је најбоље од ње правити одмах алкохола-туру. Најбоље делује у облику исцеђеног сока од биљке у пу-ном развиту, мада је то време кратко. Овај сок се узима по-мало у току дана, од укупне количине од 30

грама дневно, у случају напада и болова у жучној бешици.

Алкохолатура се даје у дози 5—10 грама- дневно (две ка-шичице највише). То је добар лек за грчеве у стомаку, цревима и жучној бешици. Добро је да се даје и у случају великог кашља, у дози по 10 капи једногодишњем, па до 20 капи двогодишњем детету итд. (дневно).

Споља се употребљава као и одвар од лишћа татуле про-тив свраба женских полних органа, шулева, као и против спољних запаљења, реуматизма и убоја.

Помоћница је једногодишња бил>ка, усправна, с гранама, достиже висину до 3 дециметра; гола је или слабо длакава, лишће је на дршкама јајастог облика, с грубо ћошкастим зуодима по ивици. Цветови су сит-ни, бели, у малим гроздовима, на кратким дршкама које расту изван пазуха. Бобице су мале, округле, најчешће су црне, ређе зелене, жуте или црвене. То је један од најраспрострањенијих корова. Цвета у јулу и октобру. Иначе је ова биљка отровна.

НОЋНО МОКРЕЊЕ КОД ДЕЦЕ

Ако у нервне болеста урачунамо и ноћно мокрење у постељи код деце, која по својим годинама већ не треба да то чине онда за лечење можемо применити ову комбинацију:

Хајдучке траве

Цвета планинске арнике

Овај специјалитет даје се према годинама, али је за одра-слију децу доза: једна кашика на шољу чаја. -Попарити и у 6 чагсова увече топло попити. Може се давати и лишће од медвеђег грожђа, као чај (видети начин употребе код болести мо-краћних органа). Али ја сам најбољи резултат добијао дајући уз биљне лекове прашкове антипирина у одговарајућој дози, два пута дневно, после ручка и пре спавања. Болесник не сме лежати на лећима (па му се стога на лева привеже неки пред-мет који боде, нпр. четка. Задњи део тела мора мало издићи).

Може се покушати лечење и тинктуром од беладоне, у за-висности од узраста детета.

Поред изложених постоје и други лекови за нервне болести, али су они јако отровни. Зато и не настојимо толико да их свако примењује. Ипак их овде помињемо; прво, да би се знало да су ти лекови отровни и да их нико не прима кад му их нуде нестручни људи; друго, да би у погледу биљака наше излагање било потпуције; и треће, да би их могли искористити стручни ле-кари у случајевима поменутих даље — код сваке биљке.

1. ЈЕДИЋ

Ова биљка као лек употребљава се у тако мал'им дозама да се у популарној домаћој медицини тешко може њима послужити. Зато је само лекар позван да га употреби, и у том случају постиже се добар резултат. За лекаре је потребно да знају да једић делује надражујуће, а затим паралишући центре мозга и продужног мозга, осећајне нерве, секреторне нерве, нерве за кретање, нервни симпатички систем и мишиће — као што то чини и стрихнин.

Примењује се против запаљења и бола — али само у почетку болести афригире (ангина, ларингитис, акутни бронхитис), као и неуралгија, ишијас, жигови са стране, севање у очима.

Најбоље је прописивати га у облику екстракта у дози од 0,01 до 0,05 грама; у облику тинктуре у дози 0,2-5 грама, тј. највише 10 капи. Као пример: по 5 капи на шећеру у случају напада, жигова и јаких болова. „Али ове дозе (нарочито последња) треба да буду разделене у два примања, јер јаке дозе овога лека изазивају много неугодности, а и мало делују" (Леклерк).

Као противотров, у случају какве грешке, треба изазвати повраћање; за то служи јодни калијум у раствору један грам на литар воде; за чишћење дати ману с медом, и то само једну кашику.

2. КУКУТА

Цволика, трубељика, смрдика. — Кукута својим лековитим састојком кукутином или кониином делује на крајње нерве и на њихова влакна, паралишући њихову функцију. Према томе, она се може употребити у лечењу нервних поремећаја: грчева, нервних покрета, Паркинсонове болести, мишићних грчева.

Она има утицаја на грудно-стомачни нерв и његове гране и због тога може да се употреби против грчења органа за дисање, да утиша кашаљ, код великог кашља, хроничног бронхитиса и сип.ње (астме). Корисна је њена употреба и код стомачних болести: да би се утишали болови услед хроничних обољења стомака, црева, бешике. Леклерк препоручује њену примену код повећане киселине у стомаку. Болесници после тога осећају да се грчеви и болови који се јављају уз варење стишавају. А Рамон и Партирије утврдили су клинички и рендгенолошки да овај лек може да стиша грчеве у излазном делу стомака (пилорусу), а и да лечи поремећаје варења у стомаку, какви бивају код особа које болују од жучне бешике, слепог црева, женских болести и запаљења.

Најзад, умирујуће деловање на полне органе чини од њега лек који је добар против надражености у случају заразе кад се не располаже антибиотцима: пеницилином и др. Болесницима који болују од неког злог тумора (израштаја.) који се не може оперисати може се саветовати да међу на њ пла-стире од кукуте. Јер ако није у стању да заустави раст ницине (тумора), може бар у извесној мери да ублажи болове и да је скупи и на изглед умањи, нпр. код рака материце, стомака итд. Што се тиче облика у коме треба употребити кукутку, све зависи од циља који се жели постићи. За унутарњу употребу најбоље је применити тинктуру од листа или плодова, у дози: 10—30 капи дневно. Дobar је облик в алкохолатура; врло је активна и препоручује се у дози 5—20 капи дневно. Многобројни су облици њене спол.не употребе. Тако нпр.: код хладних гнојника, код отока жлезда, код ницина, рака. Нај-једноставнија је маса од свежег лишћа за прављење облога који имају јако ублажујуће деловање. Како ово лишће не може да се има увек свеже, замењује се улем од кукуте или помадом^ спремљеном по овом рецепту

Екстракта од кукуте Сала, лоја, масти

Или се то прави на брзу руку, кад нужда захтева, на тај;

и начин што се на кожу од гемзе — дивокпзе (у алписким крајевима) или на кожу од питоме козе (у нашим крајевима) или, најзад, на воштану крпу намаже екстракт од кукуте у количи-ни 2—4 грама и помада од камфора у количини 5—8 грама в тиме облаже оболело место.

Кукута се разликује од сличних биљака, дивљег селена, це-лера и першуна тиме што има гадан мирис и дубоко зарезана (не трострука) пера, чији су комади дубоко зупчasti и оштри на врху као трн.

Лишће за лек треба брати пре цветања билке. Треба га исушити одмах на умереној топлоти. Апотекари треба одмах да га претворе у прах и наспу у стаклени суд, добро запуше и ста-ве на тамно место.

Кукута је висок, усправан, гранат једногодишњи и двогодишњи ко-ров, од 1 до 1,6 метара висине. Обично је го; при трлању смрдлива бил.

жа. Стабло нежно пругасто, при дну црвено обојено. Аишбе велико и троструко перасто. Лисне дршке округле, шупље. Пера лишћа дубоко урезана, са зупчастим, оштрим иглама. Цветне ките налазе се на амреластом врху. с 10—15 грана (шипакa). Цветни листићи су бели. Род си-тан, јајаст.

3. ЧЕМЕРИКА

Чемер, чемерина, горска, бела чемерика. — Употребљава се корен. Не бих помињао ову билку кад се она не би могла ко-рисно употребити у неким случајевима које ћу поменути даље. Цветови ове биљке су беличасти или зеленкасти. Корен је ду-говечан, дебео. Расте по брдима, а цвета у јулу.

Било је у историји доба кад је ова биљка била много употре-бљавана, као што је било доба кад је била и забрањена. То је до-лазило услед тога што се није знало како да се употреби, јер је у већој дози јак отров. На крају крајева, после свих опита који су чињени с њом — испало је да се она може употребити у овим случајевима: I Споља:

1) Као средство које опија нерве и ублажује бо-лове код оболелих зглобова и реуматизма.

2) Као средство које се меће на област срца, споља, код убрзане срчане радње, јаког лупања срца.

3) Кад треба да се утишају болови код болних избијања бубулица (зона) на кожи.

4) Ради стишавања болова код подагре (гихта). II Као унутрање средство: Против дрхтања и дрхтавица у случајевима кад се може мислити да им је узрок негде на по-аршини и да долази услед поремећаја живаца. Тако нпр., у малим дозама може се дати код Базедове бо-лести, која се манифестује овим главним симптомима: убрзаним срчаним радом, знацима увећане штитне жлезде (испод гуше) и избуљеношћу очних јабучица — услед сталног надражаја конаца симпатичког нерва. Затим се може давати против хореје (тзв. игре св. Вита) — децје дрхтавице, неволних покрета и млатарања, која престају за време сна, као и против лупања срца које стоји у вези с рђавим варењем у стомаку. Најзад, ова



Чемерика

се биљка показала корисном у лечењу колере, где је могла да заустави повраћање, пролив и грчеве (Линтињак).

Корен чемерике употребљава се у облику прашка и екстракта, али ту су дозе тако мале да нису за ширу употребу у народу, јер се прашак може дати само по два стота, до један десети део грама дневно (0,02—0,1 грама), а то је тешко измерити. Али зато се може спремити тинктура, нпр. за Базедову болест, и давати 20—60 капи дневно (Леклерк)

Тако исто за локалну, спољну употребу може да се спреми помада по овом рецепту:

Тинкту̀ре од чемери́ке Ланоли́на Сала (свињске масти) .

Њоме се мажу у танким слојевима места где се осећа бол,отровна је биљка.

Чемерика је висока биљка, са стаблом обраслим лишћем као зелем. Доње лишће је много веће. Стабло достиже висину до 0,6—1 метра. Цвеће је у грозду на врху стабла. Боја цветова је беличаста или жутозелена. Цветни листићи су дужи него цветне дршке; чауре с много семена. Ра-сте по влажним планинским ливадама и високим равним местима. Време цветања: јуни—август.

4. КАРАНФИЛ

Ову главу о лечењу болести нервног система завршавамо једном миришљавом, лепом и нежном биљком какав је наш дивљи или неговани каранфил.

У случајевима кад нерви сужавају крвне судове, те се по-јављује бледило, као што то бива на рукама или ногама, па и на лицу у неких болесника, те су им удови час плави, час бле-ди; или се осећају по њима неки жмарци, или се болесници жале да им често трну руке или ноге, било ноћу било дању — ту се могу као благо средство употребити листићи од цвета ка-ранфила. Каранфил овде делује као антиспазмотично — благо олабавајуће средство, против напетости и укочености нерава.

За примену најбоље је спремити сируп од цветних латица каранфила на овај начин: Педесет грама цветних латица остави се да киснв 6 часова у 150 грама кључалв воде. Затим св то процеди и од тога чаја с ликером или шећером направи сируп, по општим правилима (100:180 шећера).Сируп се узима кашикама, у напетим нервним стањима и пренадражајима, узбуђењима, бригама, страху, а нарочито код нервозе старијих људи који имају повећани крвни притисак и склерозу артерија крвних судова на површинском делу тела.

Каранфил не захтева ни опис ни слику.

ЈЕДАНАЕСТА ГРУПА

ЖЕНСКЕ БОЛЕСТИ

Често. су женске болести локалне болести, а понекад су то болести уопште целог организма. На пример: крварење може бити проузроковано ранама, повредама ткива у полним органима жене или каквим новим израштајима, а може се десити да на самом органу нема ништа, па ипак. да наступи крварење услед извесних поремећаја у организму, или услед узимања не-ких лекова итд. Или се може десити обрнути случај: да преста-нак правилне функције женских полних органа наступи услед опште слабости организма, нпр. малокрвности или слабог рада унутрашњих жлезда (јајника, штитне и подмождане жлезде), или услед гојазности, нервозе, премора, чак и страха.

Женски организам подвргнут је сталним упливима и сопственога ткива и целокупне природе која га окружава: при једним условима он се развија и функционише нормално, при другим спорије, при трећим убрзаније. Раса и крв, земља и клима,

друштвена средина, наследство, рад или дембелисање, начин и врста исхране — све то утиче од самог почетка на развој женског организма и игра велику улогу. Затим, женски је организам често изложен зарази и од те заразе проистичу и најтеже последице и болести. Те заразе могу остати локалне, а могу се далеко распростраити. Из тих разлога морамо, према приликама и узроцима, час лечити цео женски организам, час само локалну болест, тј. давати опште лекове кад је узрок општи, помагати да он преодолити, нпр. малокрваост и крварење; или да га лечимо од запаљења, заразе, поремећаја, месечне периоде, болова, грчева итд. кад је оболео главни орган жене — *материца*.

Материца је стожер здравља и болести сваког одраслог женског бића — па зато и правилан рад њен чини основу среће сваке жене. Да би жена осигурала себи здравље, мора у првом реду обезбедити правилну циркулацију крви у својој полној области, редовну функцију својих органа и помрћу чистоће и опште хигијене сачувати се од заразе. То су иначе разумљиве ствари па о њима не треба да говоримо.

Биљни лекови које у свом излагању набрајамо издвојени су од осталих и као општи и као специјални лекови, подесни за наведене случајеве, тј. неки су помињани и раније код других болести, па овде поново наведени, а неки се помињу сад први пут као нека врста биљних специјалитета у лечењу женских болести.

ИСПИРАЊА

Бели корен, велики корен. — Употребљава се за испирање код белог прања. Спрема се исто тако као што се спрема чај:

50 грама корена на литар воде. Пре употребе процедити.

2. КРУПНА И СИТНА БЕЛА РАДА

Сасвим иста примена. Топло испирање чајем од беле раде немачки научници препоручују као најјевтиније и најблаже средство, уместо других разних хемијских препарата који пеку, нагризају слузокожу женских полних органа. Боље је, штавише, вршити испирање овим леком који благо делује неголи чистом водом која „струже“ слузокожу у честом испирању. Често се у бањама у истом циљу примењују минералне воде (Врњци, Аранбеловац), али је и ту потребна мера. Треба је подгревати до топлоте тела. у количини до 1/2 литра.

3. ОРАХ

У овој области примењује се и лишће од ораха. Оно садржи танина и као одвар (кувани чај), у дози 25—55 грама на литар воде, може се у популарној медицини употребити за испирање женског рукава (тзв. вагинитиса) против белог прања.

4. ХРАСТ

Кора од храста као лек за спољну употребу примењује се против белог прања, заразе гонорејом итд. У ту сврху узима се одвар, у дози 100 грама коре на литар воде.

Неоспорно добре резултате дао је овај лек (у овом облику, одвару, и у истој дози) код крварења из материце старијих жена, а услед запаљења материце и тумора (дивљих израштаја) на материци. Као смеша може се употребити кора од храста и орахово лишће у исту сврху.

5. СРЧЕЊАК

Срченица. — Овај назив је дат биљци због тога што помаже код болова у „срцу“, тј. у стомаку и у трбуху, јер народ у многим местима стомак назива „срцем“, а болест црева срдо-бољом. Сматра се за једну од прворазредних биљака.

И заиста, корен ове биљке садржи танина, галне киселине и скроба. Он нема мириса, али има укус стипсе, опор је, јако стеже. скупла. Зато је то у народу најбоље средство у случаје-вима кад треба да се постигне такво деловање. Оно може да замени потпуно ратанију, биљку која се увози из тропских крајева.

Од срченице се добија врло црвен одвар, који се употребљава споља, у дози 30—60 грама на литар воде.

Унутарњу употребу против дизентерије узима се 5 грама на литар воде.

Боље је биљку квасити и раскиснути у хладној води и его кувати од ње чај, јер при кувању настаје нерастворлив талог.

Врућ одвар, колико може да се поднесе, употребљава се за заустављање крварења, за превијање рана. За заживљавање рана служи и прах од корена. Стога је врло користан и подесан код свих рана на полним органима. Нарочито је делотворна примена овог корена за испирање задњег црева у лечењу дизентерије и пролива, о чему смо већ говорили, а од веће је важности испирање њиме код белог прања. Њиме се, дакле, могу заменити многи фабрикати. Треба га само спремити. Роле и Буре кажу да француски сељаци у планинама употребљавају срчењак као салату. Срчењак се множи помоћу семена, у сенци, на узораном тлу, у јесен, одмах чим семе узри. А може се пресаћивати и помоћу коренових жилица. Корен се бере у

новембру и децембру, пере се, чисти од лусака и брзр суши. Уколико је старије корење губи од своје лековите саће

ПОТОЧЊАК

Код акутног запаљења женског рукава (тзв. вагинитиса), код свраба женског органа споља — као стежуће средство и као лек који умирује нерве — примењује се ова биљка у облику чаја за испирање споља или у облику прашка и тинктуре као локално средство, на месту свраба или запаљења.

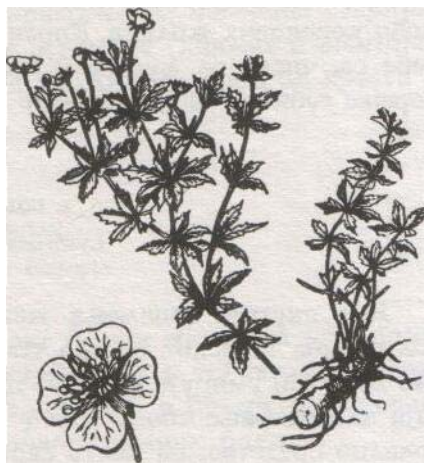
Многи научници (Дифур, Гужоје, Ломоније, Дирије и Делије) потврдили су њено јако и сигурно деловање код крварења из материце као лека који брзо стеже и убија чак и бациле (код дизентерије). Чај се спрема од цветних врхова, у односу 30—40 грама на 1000 грама воде. То може и да се пије, па да не штоди (по 300 — 500 грама дневно). У истим случајевима где се примењује и срченица.

Сви делови ове биљке садрже слузаве материје, танина, гвожђа и оригиналан, њој својствен састојак — салицерин, којим она најбоље и делује.

Пузећи корен тера једно усправно стабло 0,6—1 метра висине, које се слабо грана, голо је или меким длакама обрасло. Лишће је наспрамно или по три обухватају стабло својим основцима, имају облик срцасто-копљаст и немају зубаца. Цветови су јарко црвени, у густим коленима;

образују један леп клас с врхом који је при дну више или мање обрастао лишћем. Чашница је с много ребара и зубаца. Крунични листићи су дугуласти. Расте поред обала, по влажним и блатњавим местима. Јако варира у дужини листића што покривају цвет, у броју цветова, длакавости итд. Време цветања: јул—септембар.

7. ТРАВА ОД СРДОБОЉЕ



Трава од срдоболџе

Корен траве од срца као јак одвар, у дози 100 грама на литар воде, може се с успехом применити и код белог прања слабуњавих девојака, а нарочито код белог прања жена које су пре тога имале унутарње запаљење материце.

Ова биљка садржи много танина (17%) и може да стеже слузокожу; зато је и тако корисна.

Сродне јој биљке: 1) Стежа и 2) че-лашица. Употребљава се тј. цвет или лишће. У истој дози и облику против белог прања употребљавале су се ове три врсте биљака истог рода и пре више деценија (др С. Петровић).

Све ове сродне врсте расту по влажним травним местима Мале Азије и Европе.

КРВАРЕЊА

Против крварења имамо више биљака; једне су јаче, друге слабије, али све корисне. Може се рећи да ниједно стање не изазива такву потребу за леком као крварење из материце код жена. Ту не треба одлагати или развлачити лечење. Жена која изгуби много крви може остати богаљ за цео живот, ако не плати онда главом. Зато треба увек имати на уму ове ствари:

Жена код које траје менструација преко пет дана — ризикује да омалокрви и ослаби за дуже време.

Жена која има менструацију чешће него једанпут у току 3!4 до 4 недеље — болесна је: она има неки катар у материци, или неко запаљење, услед остатка ткива после порођаја, и томе слично.

Жена која после 49. своје године има крварење — треба да се лечи и пита стручне лекаре за савет, пошто се свестрано прегледа. Млада жена до 45 година која изненада добије крварење — мора лећи у постељу и одмах предузети лечење по овим упут-ствима или послати по лекара. Жена која не добије своју периоду на време, а није у другом стању — мора се такође лечити по трећем делу упутства у овој глави.

I. ШИМШИРИКА

Жути шипак, жутика. — Расте у околини Ниша. Садржи један састојак — бврберин, који има својство да зауставља крв код крварења из материце. Ова биљка може потпуно заменити страну канадску билку која се у ту сврху употребљава. Чак је њено деловање боље ако се узме заједно с кипарисом.

Може се употребљавати као течан екстракт, добивен испаравањем чаја од корена или од коре, у дози по 2—3 грама дневно. Ако га, што је врло вероватно, нема свако под руком, онда лек треба потражити у апотеци, где ће се спремити по овом рецепту:

Течног екстракта од шимширике . Течног
екстракта од кипариса . . Гарусовог еликсира
.....Сирупа од шећера кодико треба до

Давати болесници по једну кашику на свака 2 часа. Ако се има биљка, може се брзо спремити и употребити и прост јак чај од коре, у дози 20 грама на 500 грама кључале воде; пити по 2—3 шоље дневно. То делује на стомак и нерве, па може деловати и на крвне судове кад се затворе и не пропуштају више крв.

Али ако није свакоме под руком шимширика, под руком му је свуда и у свако доба друга корисна биљка за ту сврху, која има мало чудновато и интересно име.

2. РУСОМАЧА

Хоћу-нећу, тарчужак, торбичица, тобочица. — Ова биљка поред других састојака садржи и танина у доста јакој мери. Њено деловање као лека који утиче на усиравање крви, па услед тога и на обустављање крварења из унутрашњих органа (нпр. из стомака при повраћању), и код крварења из материце, где се понаша као фактор који стипсира, потврдили су многи ранији и савремени лекари, као што су др Ланж, Л'Ермит, Радемахер, Ханом и др.



Русомача.

По мивдлењу др Ханома — деловање тарчушка основано је на промени састава крви, каква наступа при његовом узимању. Сматра се да код честог крварења у крви недостаје нешто (фибрина), услед чега се крв лакше цеди. Због тога жене добијају менструацију чешће него што треба, и кад је добију — она траје опет дуже него што треба. Другим речима, човек лакше квари и лакше му се појављују модрице кад се негде удари.

Научници (Васицки, Леклерк) тврде да ова билџка заиста доводи у ред месечно прање, а међутим не доводи ни до какве неправилности ни запаљења, ни локалног ни на растојању.

На основу ових посматрања, она се може применити како у почетној тако и у завршној фази менструације, кад је прате сувишна и нередовна крварења. А тако се исто може применити код оболелих материца или носилаца тумора (фиброма).

„Утицај овог лека оснива се, изгледа, у деловању на центре који регулишу сужавање и ширење крвних судова, сходно оном деловању које има канадска билџка, али је ово нео-спорно мање грубо.“¹

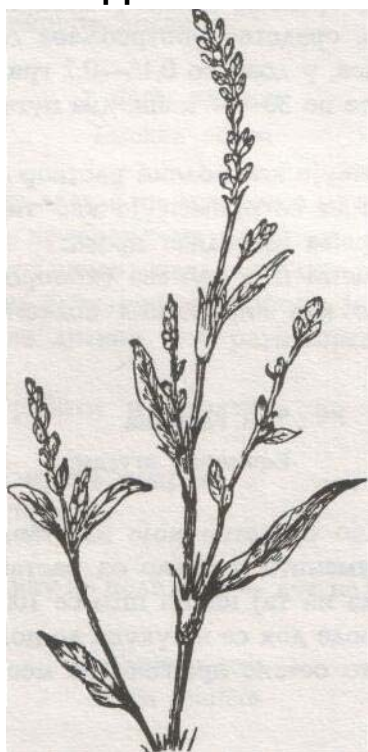
Леклерк прописује течан екстракт од русомаче у дози 2 кашичице дневно. Давати у току десет дана пре очекиване мен-струације, да би се умањила њена количина. Код крварења из материце давати, према приликама, до 6 кашичица за 24 часа. На селу се може спремити вино од ове биљке, и то на овај начин: 180 грама свеже биљке, ситно исечене, оставља се да кисне 8 дана у 1000 грама белог вина. Од тога се вина даје сваки сат по 1 кашика — после јела. Од ње се може направити и пекмез на тај начин што се у једном авану туца један део лишћа с три дела шећера (1:3) док се не добије једноставна каша, од које се даје по 40—60 грама дневно с миришљавом водом од поморанџина цвета (може се купити у апотеци). Колико се ова биљка цени, а има је свуда под ногама, види се и по томе што су Немци из ње припремили екстракт који су продавали као патентовано средство под именом, стиптурал и стиптизат (Биргера). Сасвим сродне су јој сестре „торбичаре“: које делују исто тако.

Хоћу-нећу једногодишаа је биљчица, има вретенаст корен, доста дубоко урастао. Приземно лишће чини један широки убор (розету). Само лишће је перасто урезано, са широким, јајасто-облим или троугластим врховима, ретко без залистака. Стабло расте усправно, 1—3 дециметра

По мишљењу Васицког деловање ове биљке основано је на једном ситном паразиту, ситној гљиви, која расте на њој и која ствара таква једињења каква су у главници од ражи, такође лека за заустављање крви.

високо, каткад грубо и длакаво, покривено с неколико дугуљастих или копљастих, облик или зупчаних листића, који обухватају стабљику из-дуженим ушеницима. Љушчице расту на једном дугачком, ретком грозду. Оне су троугласте, широка им је страна на врху, ивице су им обле, а ка основи сужене, дакле, изокренуто срцастог облика. По 10—12 зрнаца у свакој лушчици. Расте свуда као најраспрострањенији коров. Цвета преко целе године.

3. ВОДЕНА ПАПРИКА



Водена паприка

4.КИПАРИС

У кипарису има толико лековитих састојака да је у старо доба примењиван за лечење многих болести. Али су и најновија посматрања оправдала његову примену и потврдила да је лековит. Он има својства да врло добро стеже крвне судове (жиле) и у том погледу је једнак, па и надмашује деловање стране биљке виргинске хамамеле која се досада у школској медицини употреблавала.

Због тих својих особина кипарис може да се употреби:

- 1) против нередовне менструације,
- 2) против крварења из материце, било да му је узрок неко запаљење, било да долази услед насталог склерозног или мишићно-везивног преображаја ткива у материци.

Као унутрашње средство употребљава се екстракт од ши-шарки и од кипариса, у дози по 0,15—0,2 грама. Течан екстракт или тинктура дају се по 30—60 капи, два пута дневно, пре ручка и вечере.

Споља се примењује као водени раствор екстракта у односу 5:100 грама воде; или се примењује као тинктура за клистир (клизму) код крварења из задњег црева.

О његовој примени код шулева (хемороида) и проширења вена видети декове код хируршких болести.

5. РАСТАВИЋ

Коњореп. — Као средство које зауставља крварење може се за испирање применити и одвар од раставића.

Одвар се спрема на тај начин што се 100 грама суве биљке кува у 1000 грама воде док се не укува до половине, или се кува 1/2 часа и онда што остане примени на месту крварења.

6. КОПРИВА

Сок од коприве има јако деловање као лек који сужава крвне судове. Због тога се с успехом и примењује код крварења из материце, било да је то крварење услед локалних узрока (запаљења). или општих (малокрвност, наклоност ка лакшем крварењу итд.).

Најподесније је применити сок од свеже биљке, у дози 100—125 грама. Течан екстракт даје се по 2—4 кашичице. Као сируп од коприве спрема се лек по овом рецепту:

Листа од крупне коприве 250 грама

Кључале воде 1500 „

Оставити да кисне 12 часова. Процедити и додати два пута више шећера него што је тежина процеђене течности. Давати по 200—300 грама сирупа дневно.

7. МРТВА КОПРИВА

И мртва коприва делује на крвоток у материци. Према томе, она је подесна код крварења из материце, а тако исто и код белог прања, код крварења услед локалне артеријалне склерозе материце. У овим случајевима најбоље је давати алкохолни расб, по 5—20 грама дневно, а у размацима, на пола сата по 30 капи.

Може се употребити и тинктура по овом Флореновом рецепту:

Тинктуре мртве коприве 100 грама

Простог сирупа 50 „

Воде 25

Давати по 1 кашику на пола часа — док не престане крварење.

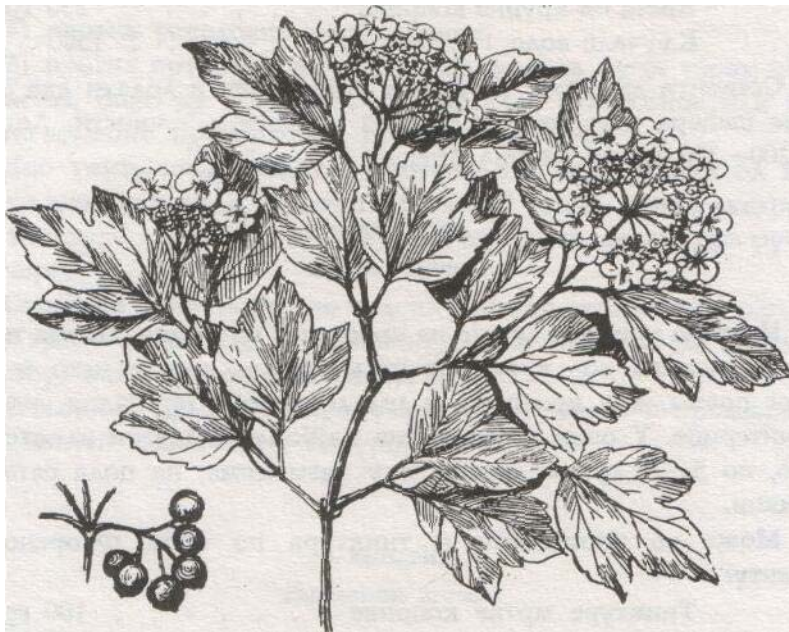
8. ВИНОВА ЛОЗА

У доба кад престаје менструација, и после тога времена, као средство против крварења може се применити и лишће винове лозе (црвен лист од лозе која даје црно грозђе). Најбоље је чај спремљен по овом рецепту:

Црвеног листа од винове лозе 50 грама Цветних врхова (цвасти) од димњаче ... 25 „ Вранилове траве 25 „

Од ове мешавине узима се по једна кашика на шоњу кључале воде. Треба да стоји 10 минута.

Ради спречавања могућног побачаја и честих побачаја „из навике“, могу се применити и ова средства: имела



Картоп

жалфија, кора од картопа. Ово последње средство против грчева примењују аме-рички практичари под именом Сгатр ВаА. У исту сврху служи и ражна главница, која се без рецепта не може давати. За имелу, која се даје дуже времена, и за жалфи-ју треба видети у одељку болести стомака. Картоп, који треба да прекида грчеве и стезања материце и на тај начин да обу-стави побачај (Клајвехтер), употребл>ава се као чај: пуна ка-шичице свеже коре од корена, исецкане најпре у ситне делове, прелије се шољом клучале воде, па се остави да 1/2 часа кисне, и пије пуним гутлајима 1—2 шоље дневно.

БИЉНИ ЛЕКОВИ

Који утичу на уредну и правилну менструацију и ублажавање болова

Како потпуно одсуство или само изостанак, или стално за-доцњавање месечне периоде код жена.има разних узрока, може се рећи слободно да биљке које се примењују у овим случајевима могу дати резултат који се жели само онда ако се упоредо с њима примењују и друга средства:

дијетална, климатска, хигијенска, физичка и психичка. То јест, мора се приступити лечењу боле-сника у првом реду од малокрвности, нервозе, душевног потре-са, страха и других сличних стања, или недостатка у општем развоју тела (закржлалости, жлездичавости, слабих костију и ткива итд.), као и исцрплености после прележаних болести. Тек после свега овога можемо се надати да ће ова средства постићи циљ.

У случају неправилне периоде и периоде с боловима услед локалних и општих компликација, најбољи савет који можемо дати девојкама и женама је: лежање у постељи.

Девојке и младе жеије најбоље ће се сачувати од болова и излишних компликација ако се у доба развоја, дакле у доба од 12 па до 18 и 20 година, правилно развијају физички, правилно хране и правилно живе. Ту треба разумети живот и рад на свежем ваздуху, гимнастику, узимање посебне хране с калцијумом, фосфором, гвожђем и другим минералима и витаминима, без алкохола, шећерла и посластица, и правилан ноћни одмор, без дугог седења, играња итд.

Кад се појаве неуредности и болови при менструацији, било пре или за време њеног трајања, онда је најбоље лежати, бар у току прва три дана, узимати за то време чајеве који чисте и црева и крв и подвргнути се дијети од свежје хране која не трује.

А пре наступа болова, па и много раније за време очекивања менструације, узимати један од ових лекова које наводимо у даљем излагању. Ти лекови могу да се узимају или по један или као смеша, како где потреба захтева, Популарна медицина често нагиње смешама, али ми смо дужни да истакнемо дач есто један лек који је испитан, и у погледу дозе измерен, боље делује него смеше које примењују нестручни људи. Зато нека се болесници држе и овде, као и у другим стварима, упутства која им дајемо. Тако ће имати чврсту основу за своје делање, јер ће знати да иза тога стоје ауторитети, без којих би се изгубило свако сигурно тло под ногама, тј. не бисмо знали шта сигурно ваља а шта не.

1. КОМОНИКА

Трномет. — Некада се сматрало да ова биљка може изазвати месечно прање, па и побачај. Међутим, утврђено је да је она у стању само да има неко деловање на изостанак менструације малокрвних девојака и жена. Али и у том случају обичан чај од ње остаје без дејства. Зато је боље употребити водени екстракт и узимати га у пилулама, у дози од 0,6 до 2 грама дневно. Препоручујемо да се спреми у апотеци, ако неко није вешт да сам спреми екстракт и да га у тако малој дози увала помоћу брашна у пилуле.

Од ове смеше узима се по 4 грама на један литар **к**лучале **в**оде и спрема чај. Чај се даје по 2—3 шоље дневно. *Венв дозе су забрањене.*

Сок ове **биљке** реагује на киселину.

„И садањи **лекари**“, писао је др Сава Петровић, „дају ову **биљку** да помогну да се застала женска периода појави и дасе материца после порођаја **боље** очисти.“ Само што он, као ни стари, није **указао** на нај**бољи** облик у ком треба да се **узима** нити на дозу.

Ми ту потребу попуњавамо.

Трномет има **корен** **дебео**, дрвенаст, кратак. Стабло је зељасто, **гранато**, усправно, дрвенасто, 1—1,6 метара висине. Лишће перасто, **зарезано**, с **копљастим**, махом **урезаним** и зупчастим врховима, с доње стране **бело** и рунасто, **меко**. с горње наго и тамнозелено. Цветне главице јаја-стог облика, с мало **длакавим** **покривачем**, дуж грана образују при крају грозд. Свака главица има 12—20 двополних (мање **женских**) цветова с **јајастим**, руновитим омотачем. Круница је глатка, с дугачком **жлездичавом** **цеви**. Цвета од јула до септембра. Расте по њивама и крај друмова, **Биљка**, **лишће** и **етаблика** горки су и **миришави**. Корен није горак.

2. ЖАБЉА ТРАВА

Употребљава се **само** део **билке** који се налази у **земљи**. Он помаже кад се заустави месечно прање услед **назеба** или дуго после порођаја: да се **обнови**, да постане уредно.

Даље он помаже да нестану болови који претходе, прате или настају за периодом.

Уопште, може да изазове појављивање менструације' **код** разних случајева одсутности или њене неуредности. Делује код малокрвних, код нервно-реуматичних, код бодесница с **равним** стањем у цревима и с болесном јетром, **код** **којих** ово месечно прање, било због неуредности или непотпуности, даје повода за приливе **крви** и **запалења**, за болове у малом трбуху и у **крстима**. Према томе, кад је овај **лек** истински у **стању** да **обнови** месечно прање — он у исто време делује и против болова.

Употребљава се водени екстракт, по 0,5—2 грама дневно, или течан **екстракт**, по 1—3 грама дневно, рачунајући да 40 капи теже један грам.

Свака **кашика** садржи по 0,4 грама **течног** **екстракта**. Према горњој дози може се, дакле, употребити 4—5—6 **кашика** дневно. Ови екстракти не треба да буду старији од три месеца.

Ако не може да се спреми екстракт, онда је најбоље да се употреби следећа мешавина др Е. Мајера: листа ораховог и **жаб-л**е траве по 20 грама, корена од стеже 10 грама, измешано. Узима се једна **кашика** на **шолу** **клучале** **воде**. Попарен чај држи се и до 10 минута изнад слабог пламена. Процеди се и полако гутљајима пије.

Корен ове **биљке** је **гранат** и **једногодишњи**. **Билка** достиже висину до 3 дециметра. Стабло је усправно, **гранато** и **меко**, **глатко** и **паучливо**. Доњи листови су на дршку **насађени**, **горњи** су при дну **раширени** и **обухватају**

стаблику. Лишће је пласнато, доста дебело и перасто, подељено на једнаке, кратке, ћошкасте и зупчасте режњеве. Све је цвеће цвасто. Цветне главице су наслагане у гроњасте гроздове. Омотач је цилиндричан. Спољни омотач је састављен од 6 до 8, чак до 10 дистића, који су један уз други приљубљени, на врху црни и четири пута краћи од листића правог омотача. Плод је нешто длакав. То је обична биљка, расте свуда по Европи. Цвета преко целе године. Омилена је птичја храна.

НЕВЕН

Жутељ, невеново цвеће. — И у ранија времена цвет не-вена употребљавао се против болести трбушних органа (оте-чене слезине, оболеде јетре, материце, као и против барске грознице, скрофуда, хлорозе и хистерије), али све је то било нешто неодређено. У новије доба утврђено је да је невенов сок, а тако исто и цвет, у стању да изазове менструацију, као и да убдажи болове и укудико све оне тегобе које долазе с нере-довном менструацијом.

Лек се даје на недељу дана унапред, тј. пре него што на-ступи менструација. Тада она додази на време и уредно.

Цвет од невена тера на знојење, и то чај од цвета у дози 5:100.

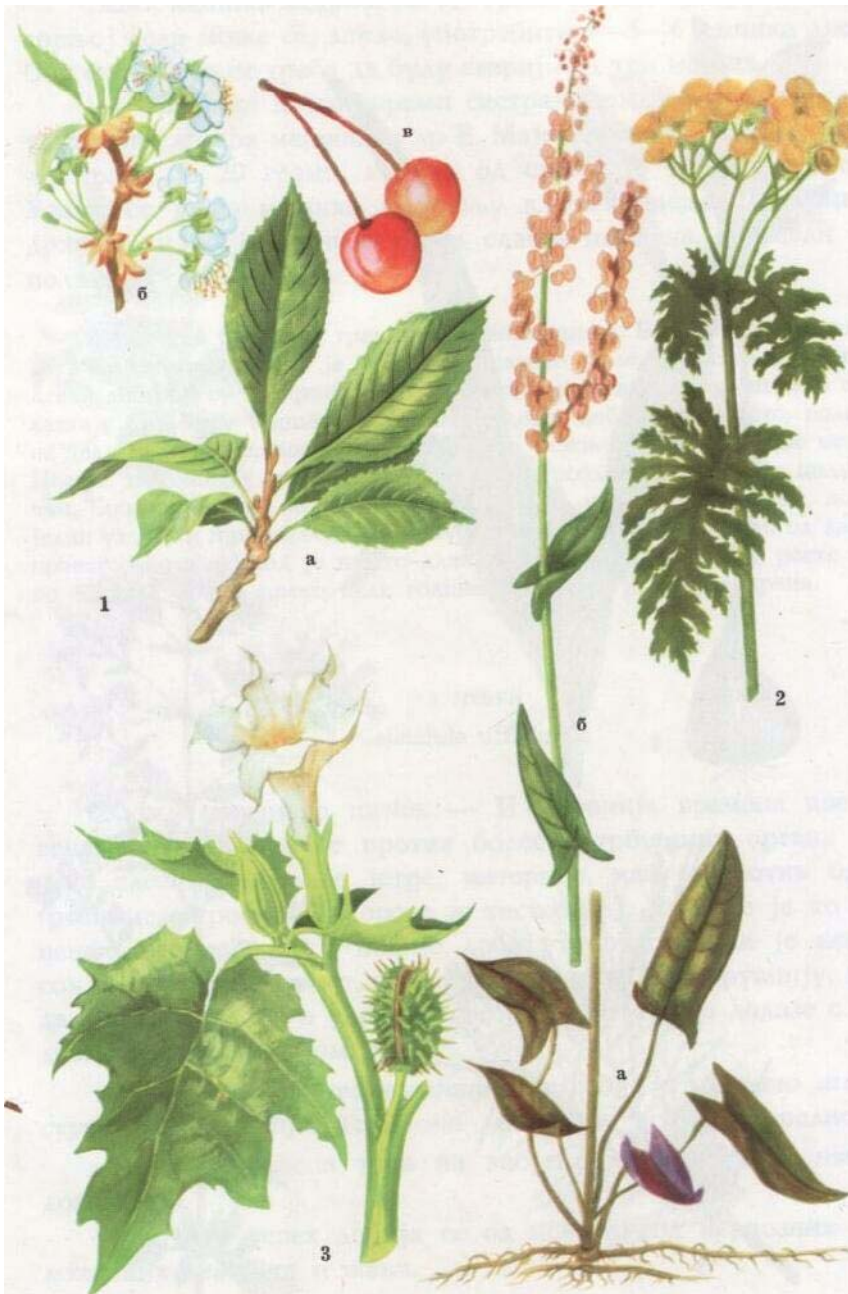
Нарочити успех добија се од невена код нервозних и ма-локрвних девојака и жена.

ТАБЛА 29.



1 — *мразовац* а — плод (чаура) са лишћем;

2 — *зечја лобода*; 3 — *бор*, 4 — *вранилова трава*
ТАБЛА 30.



1 — трешња, а — гранчица, б — цветови, в — плодови; 2 — повратич; 3 — татула; 4 — кисељак, а — приземни део биљке, б — горњи део билке у цвету.

За добијање уредне менструације треба прописивати тинктуру у дози 2—4 грама дневно, како је напред речено. Или спремити екстракт и давати по 0,3—0,5 грама. Узима се билка без корена (стаблика и цвет).

Има људи који не познају невен и не знају за њега.

То је наше народно цвеће, баштенско, виноградско. Корен му је једногодишњи, вретенаст, с више жила. Стабло је усправно, гранато, изобразљано и рапаво, ситно жбунасто. Лишће му је лоптичasto, затубасто,

аело иаи с раздалеки зупцима и нешто мало меснато. Доње је сужено у хрнлату дршку; средње је изврнуто јајасто и обухвата стабло, а горае је Аутул.асто или копл.асто и „шиљато”. Цветне главице су наранџасто-апте, крупне и усамлене на врху дугачких петелака. Омотач је сложен од узаних, зелених, лепљивих и маљавих листића. Цвеће је у средини колута цевасто, по ободу језичасто, у два до три реда наслагано. Мирише јако н отужно, а укуса је нешто опорог, док је лишће без особитог укуса. Садржи нарочито етарско уље и своју особиту материју. Цвета од Јуна до септембра.

4. СЕДЕФ

Седефчић, рутвица, петопрстица. — Још код народа старијих него што су били Римлани била је позната а употребљавана ова биљка за изазивање менструације па и побачаја. Њено деловање основано је на томе што изазива прилив крви у материцу и цео мали трбух. Према томе, веома је штетна ако се употреби у великој мери, а може бити од користи ако се употреби у малим дозама. У том случају помаже ток мен-струације, а тако исто може помоћи и наступ, долазак мен-струације, кад је она непотпуна, недовољна, јер изазива само умерен приток крви ка материци и органима с којима је у вези.

Због тих њених нарочитих особина постоје и правила за њену употребу. Та су правила следећа:

1. Лек од ње треба давати тек при првим знацима појаве менструације.

2. Лек треба давати само у овим дозама:

а) Чај у дози 1 грам лишћа на литар клучале воде; пити по две шоље дневно.

б) Прах од лишћа у пилулама по 0,05 грама, тј. од пола грама направити 10 пилула (од грама 20), и давати само по 5—10 пилула дневно.



Сидеф

в) Есенцију од ње давати по 2—6 капи дневно у неком чају или зашећереној води. Тако се може добити најбољи резултат у сваком погледу.

Ова биљка као лек улази и у састав ароматичног сирћета • У корист својих болесника морам да наведем што се пи-сало о сидефу досада, да би се избегле рђаве последице које он може да изазове.

„Сидеф спада међу лекове за раздраживање и довољно је љут да може да изазове црвенило на кожи кад дуже на њој стоји изгњечен. Кад се поједе у малој количини — производи надражај стомака, који се брзо преноси на цело тело; у већој дози може да изазове и успаљење органа за варење.

Од најстаријих времена сидеф је употребљаван и у лечењу болести материце при којима престане или се смањи мен-струација.

Наше жене добро познају ову последњу особину сидефа в често га безмерно употребљавају као абортивно средство; но многа је због тога можда и главом платила" (др С. Пет-ровић).

Надам се да ће се оне убудуће држати само напред одређених доза, и употребити само у прописаном случају.

Код срчаних болести, специјално нервног срчаног бола (код млађих) ова биљка се примењује у мешавини с кимом и аи матичњаком или мајкином душицом у једнаким деловима, као чај. Као средство за отклањање тешкоће у stomачној области, као и ради терања гасова, уколико не изазива на-Дражај у стомаку, примењује се иста мешавина.

Што се тиче самог седефа, то је билка од 4 до 6 дециметра висока, јаког мириса. Доњи део стабла је каткад дрвен, гранат, с многим усправљеним стабљикама. Лишће је насађено на дршке, два или трипут перасто исечено на изврнуто јајасте или дугуљасте кришке. Цвеће је поре-Бано у кратке гроздове неједнаких држака, а на петељкама које су ма-АО дуже од плода. Цвета крупним жутим цветовима у јуну и јулу, Раст по брдима, стенама, а гаји се и по баштама.

5. ШАФРАН

Сављица. — Жигови цвета шафрана садрже главни лек којим он дедује. Утицај ове билке на материцу био је познат давно и у Грчкој и у Италији, где се она употребљавала да олакша по-рођај и да уреди менструацију.

То деловање билке, специјално на женске органе и мате-рицу, показало се истинским. Она је нарочито за препоруку код тешке менструације с боловима. Ту делује двојачко:

1) као средство које крепи, појачава мишићну снагу мате-рице, њено стезање — контрактивност;

2) као стишавајуће средство, уклањајући грчеве и ублажавајући болове у крстима проузроковане грчевима. Она, свакако, изазива прилив крви ка мозгу, услед чега се осећа извесна опијеност, налик на ону какву изазива опијум. Најзгоднији облик за његову примену је чај, у дози по 3 грама на 200 грама кључале воде; треба пити по 2—3 шоље дневно.

Затим долази тинктура, у дози по 2—5 грама дневно, и то по 10—20 капи свака два часа. Може се спремити и овај на-питак за добијање периоде:

Шафрана 2 грама

Воде 150

Воде од цимета 40 „

Сирупа од шафрана 40 „

Прелити шафран водом и оставити да кисне. Потом додати воде од цимета и сирупа од шафрана. Давати кашикама и као сируп који се примењује у циљу да утиша болове код деце којој ничу зуби. Утрљава се у десни детета. Може се применити и као прашак:

Праха од шафрана 0,25 грама

Праха од крупне беле раде 0,5 „

Узимати 2—6 прашака дневно, с водом.

Најзад, од њега се прави, и понегде помињани у нашој књизи, Гарусов еликсир који служи као средство за побољшање мириса лекова.

Шафран има корен лукаст, сполне љуске са жилицама, више **или** мање мрежастим, ретко кожасте. Лишће узано, линеарно и дугачко. Цве-тови већином израстају између листова, с дугачком цеви и звонасто раширеном круном од шест једнаких листића. Цветови имају боју љубичасту, жућкасту или ружичасту. Порекло **му** је с Истока, гаји се у Средњој Европи. И на Истоку се употребљава као лек против грчева и за ја-чање, као зачин и чак као додатак напицима за увесељавање.

Цвета у септембру и октобру. Брати га не треба пре 20. септембра. Цвеће треба брати рано ујутру док су цветови затворени, не дању, кад су отворени. У популарној медицини у Француској народ обично узима 8—10 кончића од тучка или врхове тучкова (женски део) за шољу чаја и то пије: по једну или две дневно (Роле и Буре).

6. ПОВРАТИЧ

Вратич, уманика. — Чај од цвета ове биљке, у дози 4—5 грама на 100 грама кључале воде, а прах у дози 2—4 грама дневно у пекмезу или у неком соку — може се применити код задржавања менструације и болова уз њу.

7. ПЕРШУН

Петрожел., петрусин. — **Плод** од першуна садржи уља и разних састојака (апиола, терпена ртд.) који су били цењени као лек против бесплодности и одсуства менструације и који се и данас цене у медицини.

Познато је да ова биљка утиче на повећање мокраће, али осим тога има и друга лековита својства. Путем свога састојка апцола она делује на крвне судове, изазива њихово јачање пу-њење и надражује мишиће кроз које ти судови пролазе, а на-рочито надражује мншићна влакна мокраћне бешике, црева и материце. Због тога-сок из ове билке има примену код болести полних органа, нарочито код нередовне менструације.

И многи су научници запазили и утврдили да ова **билка** одиста помаже у погледу уређивања месечног прања, а тако исто чини да ишчезну болови који га прате. По тврђењу румунског лекара Теодореску (наводи Леклерк), деловање першуна може се простирати и на трудну материцу,

код које бивају стезања без болова услед неосетљивости њених нерава под утицајем лека датог у облику одвара од плодова, у дози 30 грама на 250 грама воде. Како чај од першуна садржи слабе дозе оних састојака који су управо лековити — прешло се на сок од биле. Овај, ако се узме у дози од 100 до 150 грама дневно, може у извесној мери заменити најактивнији његов састојак (апиол). Последњи, пак, може се спремити у апотеци у желатинским капсулама и прописивати у дози од 0,2 до 0,4 грама дневно.

Осим ових набројаних биљака могу се с успехом применити с извесним циљем и следеће, нама већ познате биљке:

8. ЈАГЛИКА

Јагорчевина. — Употређава се против мигрене, болова у једној половини главе и лица и против несвестице код младих девојака које немају уредну менструацију. Справља се чај од корена, у дози 4—6 грама на шољу кључале воде; пити три шоље дневно.

9. ПЕЛЕН

Пелен. — Служи као доста добар лек у одсуству прања код жена које имају млитаву материцу.

Применује се као чај (попарена, не кувана биљка). Као тинктура у дози 20—30 капи пре јела. Као вино спрема се овако:

Сувог лишћа пелена 30 грама

Алкохола од 60% 60 „

Белог зина 1000 „.

Треба оставити да пелен кисне у алкохолу 24 часа, онда налити у вино и оставити да све кисне још 10 дана. Оцедити, процедити и од тога употребљавати дневно не више од три кашике — пре јела; значи по 1—2 кашичице у мало воде или, још боље, у пиву, пре јела.

У најмању руку овим се поправља опште стање: организам се боље храни и крепи и појављује се менструација.

10. ПРОСИНАЦ

Бажанка, штир, шипањ. — Овде се примењује само свежа биљка, јер не делује кад се исуши.

Њена употреба је тако рећи нарочита, специјална, наиме, за клистирање код затвора жена које су већ изгубиле своје месечно прање и код жена дојиља којима треба да престане млеко. Од ње се употребљава сок, у дози 30—100 грама за једну клизму (клистир), са или без шећера. Ако се употребљава шећер, да га буде, растопљеног, три пута више (1:3).

11. ХАЈДУЧКА ТРАВА

Примењује се овде као средство за изазивање менструације, против грчева у материци и завијања у малом трбуху и у сто-маку код нервозних жена. Највише се саветује чај, у дози 5:100 — против грчева. Или као тинктура, по 20—30 капи, три пута дневно, за изазивање менструације.

12. БЕЛА РАДА

Ову биљку, у облику тинктуре, признали су енглески научници Џипс и Браун као најактивнији лек за уређивање и обнављање менструације, као и за уређивање њене количине.

ДВАНАЕСТА ГРУПА

КОЖНЕ БОЛЕСТИ

Време је да се унесе извесна светлост у народно лечење, а још више да се уведе ред. Узети лук, зелен или кисео лист купуса, или какав други лист, прилепити то на кожу и чекати да кожна болест прође — сувише је проста терапија (лечење) коју народ стално примењује. То долази услед упрошће-ног гледања на кожну болест, јер се мисли да је болест онде где се види, где је избио осип, бубуљица, чир, руса, лишај итд. Али ствари нису тако једноставне. Наука је показала да кожна болест у већини случајева избија тек онда кад се извршио поре-мећај у стомаку, у цревима, у нервном систему, у крви или у соковима организма (у жлездама); то јест: кожна болест је само знак, само симптом неке унутарње болести, тешке или лаке. Али ипак, унутрашњих болести које почињу и свршавају се на кожи, има врло мало; оне тад зависе од локалне заразе, инфекције неким бацилима (још ређе животињцама), које загаде или само горње слојеве коже или прођу и дубле и изазову чиреве и гнојнике, а у изузетним случајевима црвени ветар (који значи запаљење поткожног ткива).

Дакле, кожные болести су од великог значаја за лечење:

ако су далеког, унутарњег порекла, оне захтевају опште лечење, а ако су

локалног, оне га захтевају још више, јер *остављајућм* кожу *нелеченом* излажемо *је нечистоћи*, *гнојењу* и *мо-гућим* *гежги* *бо-лестима*. Колико је било људи који су платили и главом што су незнатне кожне бодести остављали без лечења и живели нехигијенски и недијетално!

Зато се и овде *мора* узимати у обзир *ошпте* стање оболелог организма и поо е то а *локално* стање на *кожи*.

У том смислу врло је важно водити рачуна о томе *какво* је стање унутарњих органа: стомака, црева, јетре, а понајвише крви. као и о томе шта човек једе и пије, како живи, како се носи;

Друго, *лекови* се могу примењивати неразборито, како то чини народ. У већини случајева и *биљне* и животињске *лекове* Он примењује према ономе шта *ко каже*. Није чудо што „ле-кара“ има највише на свету. Но сви ти „лекари“, или, боље рећи, добронамерни *људи*, не могу да знају оно што нису учи-ли. Оно народно: „Не питај ученога него паћенога“ сасвим је погрешно начело, јер и добронамерни паћеник тешко да може *запамтити* *неку* сложену ствар и још теже може да је преда другоме без измене или извитоперавања; према томе, његови савети биће ипак *слабији* од савета ученога и *научника*. *Па* и науч.никове масти и прашкови, ако се и стално *примењују*, често не дају очекиване резултате. Узрок је томе наше непозна-вање *далеких* крвних промена, као и примена лекова (арсеника, јода, живе) који мало могу помоћи без темељног чишћења тела и обнове целокупне циркулације крви и сокова.

Зато смо у овом раду и узели на себе одговорни задатак да из света *биљака* одаберемо за примену *код* *кожних* болести, поред оних које смо досада помињали и које ћемо и сад наве-сти, и оне које се примењују само *код* *кожних* болести, дајући, што је врло важно, дозе у којима се *биљке* могу употребљавати. То смо сматрали за најважнију ствар, *јер се биљке и у лечењу кожних болести употребљавају и споља и изнутра; иста биљка која јв сполја лковита молсе, ако се унесе у организм, да отрује човека*. И обрнуто, она која изнутра чисти органе и крв од штетних и отровних састојака — *сполја употребљена* може да не значи ништа.

С тим кратким напоменама прелазимо на *даље* излагање о *биљкама* у лечењу *кожних* болести:

1. ЧИЧАК

Репушина, лепак, репув. — У корену ове *биљке*, кад се употреби *свеж* у *пролеће* (или кад се пропусти кроз *алкохолну* пару, па онда осуши на сувом, топлом ваздуху и чува на сувом месту да се поново не овлажи и не трули *има* састојака: *инулина*, *нерастворливе* гуме, *уља*, *танина*, *ка-лијум-фосфата*, *калцијума*, *магнезијума* и *зејтинасто* *лепљиве* материје. Ти састојци делују врло *повољно* у *лечењу* *кожних* чирева. Они пресеку болест: болови престају и *гаојни* *чепчић* *наиће* брже из чира. И други се чиреви више не појављују. Ове резултате утврдило је више научника.

Овај **корен**, дакле, може да се употреби свуда где је кожа тако **рећи** порозна, те кроз знојне жлездице, поред длака или кроз епидерму и поре пропушта лако заразне клице **које** **иза-зивају** потом из дубине **веће** или **мање** чиреве. Ту на првом **месту** треба рачунати, осим оних **који** се занимају нечистим пословима и занатима, обрадом **коже**, и оболеле од **шећерне** болести, код **којих** се често чиреви **јављају** као знак те болести, о чему **треба такође** водити рачуна. Корен од чичка употребљава се **као** одвар, у дози 60 грама свежа корена на литар воде. **Како** је сув корен без деловања, треба из свежег **корена** извући мек згустак (екстракт), чувати **га** и давати **по** 1—2 грама дневно.

Свежа средина корена од чичка или густ одвар од њега могу **дати** стварне **користи** при локалној употреби код кожных бо-леста, **као** што су: перутања по лицу, руса, лишаји с корама (**крастама**) или гнојним листићима („фирцигер“), бубуљице и **моасилъ** („екцем“).

3. РАЗВОДНИК

Пасквица. — Неки савремени лекари препоручују ову биљку као поуздано средство против разних **кожных** болести, па и оних **које** стоје у вези са сифилисом.

Од ове биљке прописује се одвар, у дози 30 грама на литар воде. Или се од ње спрема водени згустак и даје по 1—5 грама дневно. Или се од ње спрема сируп по овом рецепту:

Ољуштене и исецкане стаблике

разводника 100 грама

Кључале воде 1500 „

После 6 часова кишељења у води треба овај чај процедити под притиском, оставити да се процеђена течност сталожу, одлити је и додати по 180 грама шећера на сваких 100 грама течности. Затим ставити на јаку ватру да све брзо проври и одмах процедити поново. Од добијеног сирупа узимати по 50 —100 грама дневно.

3. ПОДБЕЛ

Помињана биљка **код** плућних болести. Овде се сматра као одлично средство у лечењу болести коже **које** стоје у вези са скрофулозом, малокрвношћу и општом слабошћу организма и плућним појавама: **кашљем**, сипњом итд. Зато се у Енглеској пуши његово лишће, а у Француској меша с дуваном у односу 20:100, што није **рђаво** за сипљиве **луде**.

Лек се спрема **као** **напитак** од куваног листа подбела, који у неким крајевима зову и „кћи пре мајке“, стога што цвет **из-никне** из **земље** пре лишћа.

Доза: 10 грама цвета на литар воде као чај; пити 2—3 шоље дневно. •

Кувано лишће или сок од лишћа дају се против скрофуло-зе у дози 20:1000 грама.

Цвет и лист подбела употребљавају се споља **као** **припарци** (топле облоге) за **сазревање** гнојника на кожи.

Цвет подбела има **јак** али пријатан мирис; **укуса** је благог, **ароматичног**. Цвеће

треба сушити брзо и с пажњом, у сенци, или у пећници (шпорету) итд. Лишће се суши на сунцу и чува суво.

Појединости о овој билци видети код бронхитаса и мешавина за плућа.

4. ДАН И НОЋ

Ликино око, дивља маћеха, божји цвет, милованка, љубица тробојна, сиротица. — У овој биљци је нађено средство које се употребљава у лечењу реуматизма (тзв. метилсалициликум) и болести коже. Раније се ова биљка употребљавала и код си-филиса, кад људи нису умели одвајати једно од другог. У последње време вредност ове билчице је поново призната и утврђено је њено деловање код болести коже с корама на њој, код лишаја (екцем) и дечјих краста по лицу, русе (глупо назване „фирцигер“), па и код сталиог сребрнастог лишаја на лакту (псоријазе).

У сваком случају ова билка може донети користи код кожных болести које долазе као последица (чији су оне знак) нарушене опште размене материја у телу, тзв. нервно-подагрич-не дијатезе. О тим смо узроцима говорили и у оделку о подагри и у почетку ове главе.

Ова биљка прецоручује се као чај, у дози: 60 грама свежег или сушеног цвета на литар кључале воде; пити 2—3 шоље дневно.

Исто тако може се употребити екстракт, од кога се прави овакав сируп:

Воденог екстракта цвећа даниноћ ... 3 грама Простог сирупа 150 „

Давати по 2—4 кашике дневно.

Сируп се прави на овај начин: 70 грама биљке кисне у јед-ном литру воде 6 часова; то се затим процеди и онда се у тај чај, који се најпре загреје да буде врућ, сипа 1800 грама шеће-ра. Доза је 2—4 кашике дневно. У већој дози ова биљка тера на чишћење, чак и на повраћање.

Ово је врло разнолика биљка, али се лако познаје по гранатој стабљиви, по великом споредном лишћу налик листовима који имају нејед-наке и дубоко исечене делове, од којих је крајњи највећи, најлоптастији, тупо заокругљен. Билка је нага или слабо малава. Лишће има дршке. Цвеће је плаво, беличасто или жућкасто, или састављено из свих тих боја. Најнижи доњи лист је најшири, при основи жут. Расте по брдским ливадама, падинама, пустој или обраћеној земљи.. Цвета од раног пролећа до јесени. Мада свако познаје ову биљку, ипак је треба разликовати од других сродних јој врста које имају и други лист (већином срцаст) и Аругу боју цвета (само у две боје).

5. БЕЛОНОГА

Сапун-чичак, пенушавац, сапун-трава, сапуника, сапуњача. — Ова биљка добила је назив због тога што свуда у њој, а нарочито у њеном корену, има један састојак (сапонин) који се раствара у води и има својство да се пенуша

као сапун (заро). Наше домаћице знају тај и употребљавају та при' прању рубља, наквасивши иситњен корен у води. Али баш та вода у којој се кисилило лишће или исецкан корен — није за човека; она је помало отровна и може проузроковати непријатне последице као што су: дрхтање удова, јако ширење зеница, сушење уста с одузимањем језика итд. Напротив, ако се лишће ове биљке одмах прелије, попари, у дози 20—30 грама, литром кључале воде, може да се употребљи као средство за чишћење крви (крвни очиститељ). Расквашен чај или одвар корена не треба примењивати. Узима се по две шоље попареног чаја од лишћа сапун-траве.

Сматра се да у организму овај лек сапуњави (прави емулзију) масне састојке и тако изнутра прочишћава тело.

Зато се употребљава код застарелих кожных болести с којима које се љуште итд., с отоцима жлезда и скрофулама. По-

ред тога он се примењује и код реуматизма и цодагре као средство које тера на знојење.

Може се применити и као сируп за испирање крви у подједнаким деловима с биљком даниноћ.

Стари арапски лекари лечили су овом биљком лепру — губу, зле ране по телу, и сличне красте.

Најбоље је применити је у облику воденог екстракта у дози по 1—2 грама дневно, а у смеси са сирупом по овом рецепту:

Воденог екстракта сапун--траве 10 грама

Простог сирупа 990 „

Смешати и давати по 50 до 100 грама дневно. Садањи наш препарат „тимотусан" садржи мајкину души-цу, сапун-траву и липов цвет.

Лишће сапуњаче бере се тек од друге године (дивље или неговане биљке) у јулу и августу, кад су листови дошли до пуног развитка, тј. кад је биљка спремна да цвета. Коси се или жње цела билка, одмах се носи кући, ту кида лишће. Треба да се суши у просторији у којој има струјања ваздуха.

Сапуњача је нага биљка с пузећим кореном; при врху има више крутих, лишћем обраслих, усправних стабљика и достиже до 3/4 метра висине. Лишће је наспрамно, глатко, зелено, јајасто или дугуљасто, с 2—5 дугих уздужних конаца (ребара), у основици сужених, с дугачком дршком. Цветови су велики и лепи, бледоцрвени или готово бели, у густим гроздовима или китама на крају стабљике, праћени малим, копља-стим заштитним листићима. Чашица цеваста, без пераја. Крунични листови су обрнуто срцасти с два оштра зупца на дну. Расте по бреговима, поред ограда. Време цветања: јул и август.

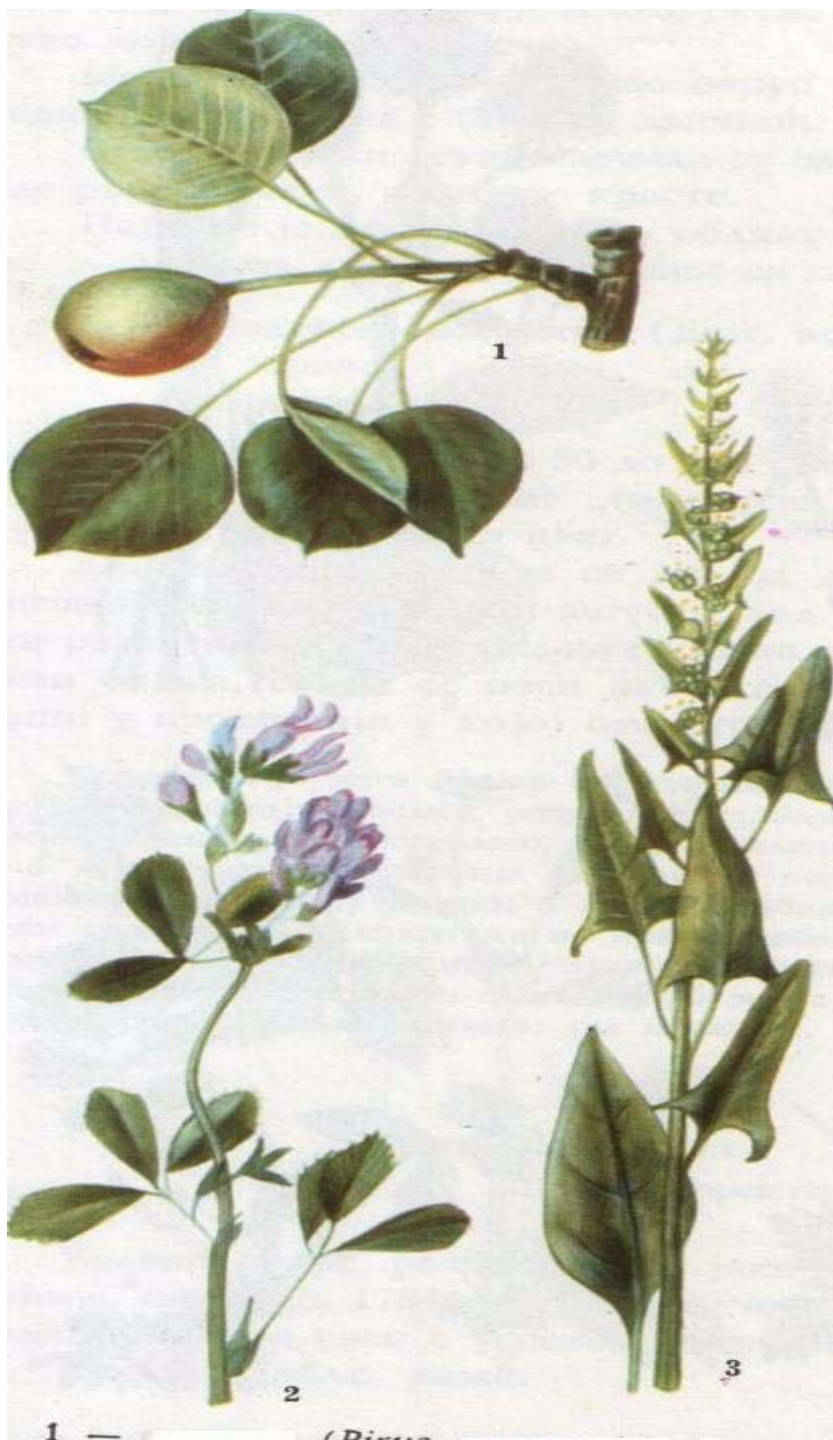
6. БРЕСТ

Болести коже, разне врсте и јако упорне, биле су лечене и раније, почев од 1784. године, другим слојем брестове коре. Те године Бано је увео с успехом такво лечење у медицину.

Леклерк, даље, каже:



1 — потплотуша; 2 — чичак; 3 • **жива** трава; 4 — зечја стопа, а — горњи део биљке у цвету, б — цвет, в — плод



1 — крушка (; 2 — луцерка (; 3 — спанаћ; 4 — мишинац



Брест

ко од читалаца жели да жоново испроба њено деловање, века се послужи само рецептом што нам је оставио Лизон и који гласи: узимајте 128 грама средње брестове коре, и то од стабла или гране од једне или две године; кувајте је у два литра воде лок се све не укува за половину (дакле до једног литра). И кад то одстоји, дајте болеснику по 250 грама те течности ујутру и увече."

„Не бих", вели он, „ни говорио о бресту да нисам натрапао на једног „Ескулапа" у дрвеним ципелама, тј. надрилекара, да лечи успешно, по свом искуству, застареле кожне болести, про-лајући неки чај и неку маст коју је тобож он сам измислио. Кад сам то ближе разгледао, видео сам да је тај његов напитак само јак чај од брестове коре, а маст исто тако, коју је он до-бијао мешајући туцану брестову кору с машћу од јазавца на тихој ватри (а зли језици су говорили да му неки оближњи ка-сапин лиферује ту маст од јазавца)."

У ствари, то је било познато лечење, много употребљавано 1784. године, када га је измислио др Ванаи, који је могао тиме ла излечи најразличитије и упорне кожне болести.

Дакле, средња кора делује као нервни очиститељ и испирач организма. Може се примењивати исто онако како ју је примењивао француски сељак, али у дозама и по рецепту како је од-редио Лизон.

Брест је одвајкада примењиван као лек. Брест је високо дрво, с глатким гранама, лишћем јајастим, јајасто дугим, при дну неипро неједнаким. Цвеће готово седи н'а грани, у густим, полуокруглим или лоптастим китама. Кора старијих дрвета, у дугачко--продужним линијама испуцала, остаје без листова. Цвета у марту и априлу. Плод — дволепезасто семе које виси, без беланчевина, клија непосредно.

7. МРКВА

Шаргарепа. — Доктор Арто де Вевеј добијао је одличне ре-зудтате код

заразних краста на **дицу** деце, званих без **икаквог** основа „фирцигер". Он је то давао у виду сока за пијење у кодичини од 50 до 150 грама дневно. Сок се цеди из сирове мркве и њему се додаје мало **соди**.

Млади бодесници почињу ускоро да се гоје, добијају бољу боју, а **красте** отпадају за **кратко** време. Можда дејствују при том **каротени** **којих** има у шаргарепи (витамин А).

8. ПОТОЧЊАК

Прах и тинктура ове **биљке** употребљавају се код ексема, црвенила и запаљења коже услед оједања, какво бива **код** **пуних** **људи**, код гојазних жена (испод прса, под пазухом, на бутинама, на врату) и напредне деце — кад **им** се та места на телу **прлају** и зноје. Употребљавају се такође и против рана на проширеним венама. О појединостима видети главу о женским болестима, тачку 6.

9. ДРАГОЉУБ

Ова **биљка** нарочито заслужује пажњу у спољној употреби при лечењу болести коже на глави. Да би се спречило опадање косе и подигла **животна** снага **корена** длака, примењује се овај **Леклерков** састав, који се **показао** врло користан:

Листа и свежег **семена** од **драгољуба** . Свежег листа од **коприве** Свежег листа од **шимшира** 90°/о-ног **алкохола**

Лек се спрема на овај начин:

Треба исецкати лишће и оставити да кисне у **алкохолу** 15 **дана**. Затим процедити притисцањем, да би се **процеђеној** течности дао бољи мирис, додати **неколико** капи уља од геранијума¹ **Лек** треба утрљавати у кожу, онде где **коса** опада, мало **грублом** четком. Затим опрати **млаком** водом (**тушем**).

10. НЕВЕН

Овде се **невен** употребљава у облику **облога** **спол»а** против **површинских**

гнојења коже са жутим крастама, нпр. по лицу, по глави, у коси итд.

Употребљава се сок од невена. Или, још боле, тинктура или алкохолатура, разблажена водом у односу 10:100. Може се употребити и маст — паста, по рецепту:

Сељачком свету добро позната дивља жива трава (по спиралнои уврнутом врху семена које се разврће кад се накваси). Врсте гајене по баштама имају јак пријатан мирис, из њих се вади уље које може имати чак и мирис руже, Ових геранијума има много врста.

Тинктуре од невена Оксида цинка .
.....,.....}, 10 грама Вазелина

Ланолина

11. ПОМОЋНИЦА

Лекари Леви Франкел и Јустер објавили су своја искуства с помоћником и тврдили да она може указати добре услуге у лечењу кожних болести, нпр. тиме што умањује масно перутање, а тако исто и у лечењу свраба с крастицама и окорављања код других кожних болести, као што су: псоријаза (сребрнасте красте на лакту), лишај и свраб око чмара.

Ова је биљка слабија од других биљака групе бунике, тату-ле, велебиља. Сушење је чини још слабијом * — тако да је нај-боле правити од ње алкохолатуру.

Најбоље делује као исцећени сок од биљке у пуном развитку. Али се тај сок може цедити само кратко време. Зато се прави алкохолатура, која може да се чува, и даје у дози по 5—10 грама дневно кад постоје извесни болови у стомаку, цревима, или жучној бешици.

Споља се употребљава одвар од лишћа против свраба жен-ских полних органа и шуљева. А тако се употребљава и као облога против кожных запаљења, реуматизма и убоја.

12. ОТРОВНИЦА

Како се руководимо принципом да се ниједна биљка не сме употребити за унутарње лечење ако би могла штетити, ову на-водимо само као лек за спол.ну употребу. Унета у организам у. већој дози отровна је, делује као наркотично љут отров.

Употребљава се само као одвар од целе биљке, против шуге и против других инсеката: гњида, вашију итд. (др. С. Пе-тровић).

Некада је њен корен употребљаван као средство за чишћење. *Отрован је — не треба га узимати.*

Прави неку средину између кукурека и лутића. Корен јој је дебео, мрк, с јаким жилама. Дугогодишња је биљка. Биљка је глатка, достиже висину до 6 дециметара. Лишће доње је крупније, на дршкама, двапут перасто. Стабло је усправно, при основи голо а на врху има 2—3 листа. Цвеће је бело, у два грозда сложено. Расте по брдским шумама. Цвета у јуну. Мирише непријатно.

13. КАНДИЛИЦА

Кандилка. — У истом циљу и с истим разлозима употребљава се против шуге и кандилица. Треба је узимати и од ње пра-вити одвар. Тим одваром квасити шугава места. За унутарњу употребу је отровна.

14. ПАПРИКА

Бар нашем свету не треба говорити о паприци и њеној употреби. У њој има витамина. У случају болести коже паприка се обично употребљава као одвар, против опадања косе. Том приликом треба чувати очи.

15. КОНОПЉА

Чај справљен од лишћа конопље употребљава се против разних кожных осипа, као што су: бубулице по лицу, лишај, моасиљ (екцем), руса, туберкулоза коже, лица, пителијазиса (кожне плесни) итд.

16. КРАСТАВАЦ

Семе од краставца, спремно као млеко (емулзија): исту-цано и помешано с водом, у популарној медицини употребљава се као благо средство против кожних осипа и као облога про-тив чирева и гнојника, као и против испалих, СПОЉНИХ шулева. Против екцема (моасиља) може се применити свеж сок од кра-ставца: трипут дневно по 2 кашике.

Кад се све спреми чисто (посуће прокувано и руке добро опране), таква примена не може бити штетна.

17. БОР И ПРОИЗВОД ИЗ ЊЕГА - КАТРАН

Употреба катрана у лечењу кожних болести опште је по-зната, бар у нашој медицини. Смеша катрана, истуцаног сум-пора и сала сматра се као најбоље средство против лишаја, моасиља (екцема), против шуге, свраба, псоријазиса (сребрнасте красте на лакту) итд.

Најједноставнији и најзгоднији састав за катранову маст био би овај:

Катрана 10 грама

Сала или масти свињске 90 „

Томе се додаје 1—10 грама ситног прашка сумпора. Мрље од катрана перу се после или сапуњавом водом или терпенти-ном, па најзад бензином и спиритусом (чистим алкохолом).

За прање косе и главе уместо катран-сапуна може се употребити вода од катрана, која се спрема по овом рецепту:

Катрана 5 грама

Струготине од јеле 15 „

Воде 1000

Оставити то да кисне један дан. Оцедити, па затим процедити. Ова се вода може спремити и од „ликера од катрана“.

Тај се „ликер“ справља овако:

Катрана

Соде бикарбоне Кречне магнезије

Вруће воде

Оставити то да стоји 15 дана. Процедити. Од тога се узима по 1 кашика и прави катранска вода.

Али катран може бити и од буковог дрвета и од брезе. Први се може употребити и за купање у лечењу кожне болести по целом телу, јер мање надражује ко-жу, а други се употребљава с алкохолом (као и боров катран) против свраба на кожи и као средство за дезинфекцију. Доза му је: пола једног и пола другог; на пример:

Катрана од брезе Алкохола . . .

Кожа се маже четкицом.

25 грама :

Боља је маст против шуге с катраном од брезе него маст с боровим катраном.

Против болести косе — косоједе која се карактерише тиме што се овде онде на глави у коси или на бради показују ћелаво-гола места, округлог облика, у величини већег или мањег металног новца, на којима су длаке као преломљене, покошене и кожа мало отечена, па и танко крастава — те појаве изазива нарочита плесан, гљивица-паразит— може се применити маст по овом рецепту:

Катрана од брезе 7 грама

Салицилне киселине 3 „

Маслиновог зејтина 100 „

За квашење и растварање краста на оболелом месту косе и коже.

Против свраба на кожи (код копривњаче и т. сл.), може се применити расо од нане у алкохолу или у љутој ракији — препеченици. У исту групу лекова спада и лек добијен из црвег веће.

ЦРВЕНА ВЕЊА

Кад овај жбун и његово корење сагорева, добија се нарочити зејтин, црн-и смрдљив. Овај зејтин-катран зове се кадово уље. Он чини главни састав чувеног харлемског зеј-тина и употребљава се с изванредним успехом код болести ко-же: ексема, шуге, псоријазиса (сребрнатих краста на лакту), свраба итд. Свуда где је место сумпору може се применити овај лек. Прописујесе као помада, у дози 2—4 грама зејтин-катрана с 30 грама свежег свињског сала.

Ова врста веће одликује се од обичне веће тиме што њен род (бобице) има црвену боју, док обична вења има род тамно-плавоцрвене боје. Лишће има танко, дугачко, иглично на врху;

у плоду има разних састојака: смоле, једне горчине, шећера, гуме, соли, калијума, калцијума итд. Бобица сазрева, што је врло интересно, тек у јесен треће године. Па и дрво од обичне веће било је искоришћавано као средство за знојење и анти-сифилистичко-лечење. У циљу знојења, или за испирање упорних рана, узима се одвар од 60 грама ситног иверја од

дрвета у литру воде. Ова врста веће расте на приморју, по шумама и на обалама мора.

19. ПИВСКИ КВАСАЦ

Састојак, материја која се ствара у пивском сладу за време врења. У њој се налази једна врста гљивица која преображава шећер. Кад је свежа, она је течна и не може да се одржи. А кад је сува, може да се чува дуго. Употребљава се против чирева, у дози по 3 кашичице као прах, с пивом или у киселој води. Или се од њега спрема чај, али се онда држи на пари у решеци док вода ври. Може се засладити.

Многобројни су у трговини препарати и екстракти од пивског квасца. Такав је нпр., суви прашак с 88% шећера; какаом и свежим јајима, спремљен прах с 77% шећера; малто-селол, малцтропон итд. такође су смеше пивског квасца с рибљим зејтином или лецитином, гвожђем, какао итд. Сваки може себи набавити пивски квасац и са шећером га пити као чај.

. ПРЕЧИЦА



Пречица

Прашуљица, пдавун, црвоточина. — Французи зову ову биљку због њене примене „биљни сумпор.

Ево шта је говорио за њу др Сава Петровић:

„Прашак од дречице — употребљава се поглавито за сполне болести, и то: за посипање оједених, влажних и успаљених места на кожи, нарочито у мале деце, и за ту је целъ боља од сваког другог прашка, јер вода преко ње прелази као преко каучука, а кожу не може да овлажи. Апотекари често њом посипају пилуле да се не следе.“

Немци су такође употребљавали ову биљку у истом циљу:

као прашак за посипање коже.

Према томе, она може у народу потпуно да замени прашак или скроб

Дуговечна, врло ретко годишња биљка, гранатог и лиснатог стабла, које је сложено од дугуљастих ћелијаца и бројаничастих судова. Лишће је код ове биљке меко, танко, личи на маховину и завршава се длакама. Према пузећем стаблу окреће се навише. Плод — клас. Биљка је отворенозелена и 6—8 дециметара дугачка. Расте по вишим сувим брдима, међу четинарима, под грмовима. Употребљава се њен прах и маховина.

21. ЗЕЉЕ

„Енглески спанаћ“. — У медицини се употребљава корен, а и лист (ово као поврће). Корен ове биљке горког је и нешто мало опорог укуса. У њему има сумпора и једне особене материје, *румицина*, сличне рабарбарину.

Главна је његова примена код дуготрајних кожних болести. Па како су многе кожне болести последица или само знак (симптом) рђавог варења у стомаку и организма за варење уопште — ова је биљка у већој дози употребљавана као дек за столицу и против других поремећаја у цревима. Тако су њоме лечене кожне болести посредним путем, ако су последица мадокрвности.

Осим тога, употребљаван је овај корен у лечењу сифилиса и реуматизма — као крвни очиститељ, после лечења антибиотикима. Употребљава се као чај, у дози 20 грама на литар воде. Пије се 2—3 шоље дневно. А може се спремити и као сируп (не за Анјабетичаре).

Једна врста кисељака. Расте код нас по вишим брдима и на влажним местима (на Копаонику), а може се и гајити. Стабло достиже до 13 м висине. Доње лишће је танко, пласнато, јајасто-копљасто, глатко, обомало крецаво, заострено на врху. Стаблика је усправна, ижлебена, граната. Лишће има ижлебљене дршке. Цвеће је у збијеним и армакнутим пршљеновима, без прирепака и у скупу чини густу и грахову метлицу.

22. ЖАВОРЊАК

Чедебин-перчин, кавга-чичак'. — У старој медицини ова биАка је била много употребљавана код разних бодести, јер се сматрало да је добро средство за терање на мокрење код воде-них болести, отока трбушних органа, а и као лек против глиста. У Енглеској су је неки лекари давали против сипње (др С. П.).

Али како је ова биљка сродна лутићима (једићу, налепу) и показала се као отровна — она је за унутарњу примену непо-десна; сада је избачена из употребе. Али се за спољну употребу против шуге и вашију може применити.

Дакле, одвар од жаворњака употребљава се као антипара-зитско средство против гњида, ларви од шуге и против стеница. Тоба ради меша се с једнаком или двоструком количи-ном масти. Против стеница треба намазати и запушити она места и рупице одакле оне могу да излазе.

Корен је једногодишњи. Стабло је право, маљаво, с многим разведе-ним гранама. Лишће је исецкано на ситне кришке. Цветови су плави или бели, семенке црне, рапаве. Расте по усевима, а цвета у јуну. Лако се упамти као лепи ПОАСКИ летњи цвет.

У исту сврху употребљава се и сродна јој биљка „трав од бува“, али само као сполни лек, због њених наркотично-отровних састојака.

ЧУБАР

Чубер, чубрика, чуберица. — У нас се гаји по баштама. Позната је нашим сеоским домаћицама.

Навели смо ову биљку код плућних обољења, где се она употребљава као и мајкина душица, исоп и слично биљке.

Овде је наводимо као средство за спољну употребу, и то као лек при купању. Употребљена онако као што се у нашем народу употребљавају триње, за купање, она крепи ткиво коже, ојачава слабуњаву децу и стишава болове на површини тела. Против уједа пчела, оса итд., употребљава се њен сок — кад се место убода натрља лишћем од чубра.

Има га две врсте: чубар брдски и чубар баштовански

Први је дивља, жилава билка, достиже висину 20—30 центиметара. Њено стабло је при дну дрвенасто, лишће танко-дугуласто, обично дуже него што је растојање између два колена. Цвеће је ситно, жугињаво или црвенкасто, усамљено, појединачно на врху гранчица. Род — зрна, орахове боје, танко избраздано.

Баштовански чубар је једногодишња биљка, нешто мања него дивља. Гране су му травасте, лиснате. Стабљике често црвенкасте, лишће меко, линеарно, обично краће него растојање између коленаца. Цвеће беличасто с црвеним пегама, у кити на врху гранчица.

Есенција (уље) добијена „печењем“ ове биљке коштала је пре рата 80—100 франака килограм. Садржи тимол и карвакрола и улази у састав најбољих ликера, ракије (шартреза) итд.

Биће од интереса за наш свет да наведем шта за њу још кажу професори Роле и Буре:

„Још је римски песник Вергилије хвалио ову биљку. У прошлом столећу лекари су славили чај од ње против разних болести, како унутарњих тако и спољних.“

Она има особине ароматичне, да поадаже код плућних болести и болести стомака.

По мишљењу неких аутора — име њено, Салигеја, долази од речи, сатир — што значи да делује повољно на ослабели полни нагон.

У медицини је препоручују ради јачања стомака; даље, против тровања храном. За месо од дивљачи нема бољег зачина - исправљача и помагача него што је ова интересантна биљка.

У случају поремећаја у стомаку и при варењу узима се као чај, у дози 20 грама ките цвета на литар кључале воде.

С чајем од чубра — раскисом — спремају се купања за јачање деце нежног телесног састава.

Тиме се потврђује и искуство других аутора. Стаблике се беру у јуну, у време пуног цветања. Одмах се препеку, или се суше. Горе поменути научници наводе и ово: „Г. Ламат, који се посветио већ више година проучавању наше планинске биљке, пише нам у једном писму; „Чубар је, сигурно, биљка будућности, под условом да се гаји. Дивља, она расте расејано на 700—800 метара вписине, по нашем кречном земљишту које се некада обрађивало. Опити су ми показали да он успева одлично на свежем Тлу.“

За зиму корен дугогодишњег чубра треба покрити сламом да се не смрзне.

24. ПИСКАВАЦ

Ова биљка је одвајкада важила као лек.

Употребљава се њено лишће, цвет и корен у облику чаја, као средство за чишћење крви и за знојење, у дози 10 грама на литар кључале воде. Или се од њеног сока прави сируп у односу 1:1, тј. колико сирупа од шећера толико и сока исцеђеног из све-же биљке. Даје се по 2 кашике дневно код кожних болести, нпр. код екцема и код сифилиса.

Насупрот ономе што су сматрали стари, да је ово врло дело-творна биљка (чак и код куге, чуме), зато што је терала на знојење и мокрење, данас се она сматра као доста невина биљка. За-то се може употребити код разних дечјих заразних болести, о чему читалац нека види још и њену примену у последњој групи заразних болести.



Пискавац

Данас је рехабилитована, и важи као делотворно средство у лечењу болести органа за дисање, бронхитиса, запаљења плућа,

Њен корен је кратак и дебео, на доњем делу прекинут, као одјед-ном пресечен. Лишће је већином при дну, с дршком, јајасто-округло, без зубаца, голо или с мало дугачких длака покривено на горњој страни;

горње је копљасто и обично зупчато. Стабло је дупке усправљено, глатко и на врху нешто малаво, достиже висину до 6 дециметара. Цветови су лубичасти или ружичасти, ребе бели. Налазе се на крају стаблике и на дугачкој дршци, као нека лопта иди капа. Расте по шумама и влажним ливадама.

25. ТРАВА ОД ШАПА

Употребљава се као средство за пречишћавање крви са или без појава на кожи: против нечисте крви и скрофулозе, како за унутарње тако и за спољње лечење.

Употребљава се и корен и цела биљка: доза за чај је: 10 грама на литар кључале воде, а дневно треба пити две шоље тога чаја. Споља се употребљава као топла облога, такође против скрофулозних отока, чирева, брадавица и кожних рана. А и за схидање пега с лица. Њено деловање треба још испитивати. Корен ове биљке је водораван и од места до места чворноват и крто-дасг. Стабло је глатко, усправно, гранато и четвртасто с оштрим угловима. Достиже и до метар висине. Мирише непријатно. Лишће је велико, ши-роко јајасто или дугуласто, обично кратким длакама покривено, зупча-сто, при том су доњи зупци дубљи и шири. Личи на лишће коприве.

Круница зејтинастозелене боје, на полеђини орахове боје, двапут дужа него чашица. Расте по сеновитим местима. Време цветања: јул—октобар.

Као врло добар састав за пречишћавање крви може се узети и такозвани

26. СОК ОД ТРАВА ЗА ПРЕЧИШЋАВАЊЕ

За ту еврху спремају се подједнаке количине лишћа од:

угаса, поточарке женетрге, гологузе димњаче и салате

Све се то дишће туца заједно док се не добије сок. Тај се сок процеди и узима по 50 грама ујутру наште, у току 10 дана, не **луже!**

27. ДИМЊАЧА

Узима се у Француској против екцема (као очиститељ), Као чај, у дози 50 грама на литар воде, пије се по 2—3 шоље дневно.

Као алкохолатура, по 20 капи пре ручка и вечере. Као сируп по рецепту:

Сока од димњаче, бистрог и процећеног по Белог шећера[1500 грама

Смешати, кувати на тихој ватри док се не добије сируп као сок од слатка. Давати по 2—5 кашика дневно. *Правило: не узимати дулсе од 10 дана!*

28. ТУЈА

Западна смрекуша, жерав. — Лишће овог познатог дрвета употребљава се за унутрашње деловање: за знојење и мокрење, и то у облику чаја, у дози 20 грама на литар воде; спола опет као чај за облоге код сисастих израштаја (кондилома, папилома), на чмару или на сполном полном органу жене, ако се не жели диатермокоагулација. Као тинктура (30—40 капи дневно) може се применити код хипертофије простате и надражења мокраће.

29. ДИВЉА РУЖА

У лечењу кожних болести не употребљава се род (шипак), ни цвет, ни лишће, ни

дрво, него она шишарка што је праве на шипку нарочити инсекти познати под именом бедегуар. Том шишарком, наквашеном и раскислом у сирћету или спиритусу, и затим у тој течности умоченом лоптицом од памука трљају се она места на глави где се појавила ћелавост, или цела глава ако је ћелавост и опадање косе опште, а потом се глава пе-



Дивља ружа

ре сапуном од катрана и млаком водом. Кирисније је употребити тинктуру разблажену у физиолошком раствору соли (2/3) беде-гуара. На спољне ране које тешко зарашћују ставља се тамне наквашена газа.

Како пак поменута буба, било да је кисла у сирћету, алкохо-лу, или масти, помади и т. сл., изазива силан надражај — као што то чини и тинктура од кантарида (нарочитих бубица) — овакав један раскис може да се спреми и примени и код запаљање плућне марамице, плућа, јаке неуралгије, жигова итд. где се тражи изазивање црвенила и прилив крви, разуме се под контролом, да се кожа не пренадражи, тј. не створе опекотине. Исцеђен и разређен сок од грожђаних лускица може да се обоји мало кармином, или да се не обоји, и употреби за козметичке циљеве, тј. за удешавање лица, као средство лишено сваког отрова. Додуше, то није тако важно питање у животу, али како се на то троши новац, да би се уштедело, може се и ово користити. Стога што не трује може се употребити и за мазање усана, брадавица итд.

У истом циљу могу да се употребе и руже, по овом рецепту:

Црвене руже 100 грама

Сирћета од белог вина 1000 „

Оставити да кисне 10 дана и процедити. За употребу треба разблажити водом и примењивати за улешавање, трлање итд.

Ко је вешт и коме је стало до тога може себи да спреми и ову помаду од ружа за мазање усана, јер није отровна:

Уља од слатког бадема 150 грама

Белог воска 50 „

Кармина (пола грама) 0,5 „

Ружиног уља 10 капи

Треба најпре истопити уље од бадема и восак, па онда оставити да се охлади. Затим додати кармин, који је претходно био растворен у мало уља, а с њим и ружино уље (др Народецки).

Као и у другим болестима тако и овде, код кожних болести, за извесну основну промену у организму потребно је време. Ма како повољно било деловање једног лека, оно може бити само постепено. Треба чекати више недеља: три, четири, па и више — да се побољшање јасно покаже и учврсти. Зато (нпр. код лишаја

— екцема) у упорним случајевима лекови треба да се употребљавају најмање три недеље. Понеки болесник нема стрпљења и готов је, тако рећи, да сваког дана мења лекове и да свашта пије и облаже. Тога се треба чувати! Јер давно поремећено стање у оболелом организму не може се повратити нити могу спољни знаци ишчезнути за неколико дана. Треба се увек сећати мудрости наших Македонаца, који кажу: „Болест на товар долази а на драм одлази“, и стрпљиво се држати изабраног лека, јер се не зна

како је болест дошла и како може отићи.

Да би се, пак, резултати лечења биљкама код куће учврстили или да би се лечење допунило, по нашем дубоком убеђењу, сви овакви болесници треба да доврше лечење у некој нашој бањи: купањем и пијењем минералних вода.

ТРИНАЕСТА ГРУПА

ХИРУРШКЕ БОЛЕСТИ

СПОЉНЕ РАНЕ. РАНЕ НА КОЖИ, УБОЈИ, МОДРИЦЕ И СПОЉНА УПОТРЕБА БИЉАКА

Отворене ране на кожи и дубоке ране на површини тела мо-гу бити различитог порекла: од опекотине (површинске и дубље), од запаљења и гнојења, од удара тупим, оштрим, грубим оруђем, од зрна, од оштрице ножа, сабље, ексера итд. Оне могу бити широке или узане, расечене, згњечење итд. У свим тим случајевима главно је: 1) ослободити рану од заразних клица или не дати да оне падну на њу — дезинфиковати је или је држати стално чистом, и 2) не дати да гнојаво ткиво омлитави и да се зарастање ране отеже, тј. треба унутарњим и спољним лековима одржавати снагу тела и способност мишићног ткива да се обнавља, расте и зарасте. То је општи пут за лечење свих отворених рана. Којим ће- се средствима то постићи — зависи од знања и вештине како оболелог тако оних који га негују. Ту треба бити умешан.

Што се тиче убоја, модрица и болова уз њих, ма од чега на-стали и ма на ком месту, кад су без повреде коже (или се мало огуљена и повређена кожа не загнојава), и њиховог лечења — ту ствар иде много лакше и много брже.

Постоје многе биљке чија примена може олакшати то стање и убрзати стишавање болова и разилажење крвних излива (Хирургија је у новије време брзо напредовала, како у погледу анестезије тако и у сузбијању инфекција антибиотикима и лечењу рана Али, како се та потребна средства не налазе свуда и у свако време при руци, а она и не могу решити све проблеме болести, примена лековитог биља у многобројним облицима — нарочито у дрица); као што постоје и биљке које се примењују за лечење гнојавих рана, млитавих рана и рана разних врста. Сада прелазимо на излагање и описивање тих најпознатијих биљака. Њихову поделу извршили смо тако да смо у први ред узели биљке које лече ране; у други оне које лече убоје и модрице; и у трећи оне које су подесне за разну другу употребу.

РАНЕ 1. КАНТАРИОН

Госпин цвет, госпоино зеље, госпина трава, богородичина тра-ва, пљускавица, смицаљка, смакнеш, трава од посека, горч, звонац, трава светог Јована. — Цвет ове билке садржи материју за штављење (танин), летеће уље и два састојка у боји, један жути који се раствара у алкохолу и врелом зејтину.

Лишће гледано с лица, према сунцу, изгледа као да има много ситних рупица, а то су мали мехурићи пуни миришљивог зејтина који по свом саставу није далеко од терпентинског.

Госпин цвет сматран је у старој медицини као лек који гони зле духове својим мирисом, који стоји у вези са свакојаким губицима крви, а хируршка школа у Монпелеу признавала га је као лек каквом нема равна за лечење рана.

Он је примењиван у свим оним случајевима где се данас употребљава терпентинско уље или катран: у лечењу катара органа за дисање, као и катара материце и бешике.

И збиља, уље и смола који се налазе у цветном врху биљке (метлице) чине од њега лек који делује антисептички, тј. убија заразне клице, микробе, и врло је активан у лечењу рана, озледа и опекотина. Ова биљка може да стеже, али и да надражује. Због тога је примењују и код болести стомака, црева, пролива и дизентерије итд. То смо већ у односним главама навели. Овде се он употребљава као лек за лечење рана које нису баш тако тешке. Спрема се у облику зејтина, и то на овај начин*

Узима се 500 грама цвета (ките), свежег убраног и исецка-ног. То се оставља да кисне три дана у смеши од 1000 грама ма-слиновог зејтина и 500 грама белог вина. Затим се то „укрчка“ на пари. Сок (ликер) који се добија после тога има лепу крмезно-црвену боју. То је већ лек. Тиме се натапа крпица или мрежасто платно (газа) и ставља на рањаво место. Преко њега се још ставља слој памука (вате), и овај причвршћује завојем. Превијање се врши свакодневно, а ако рана много гноји, и два пута дневно. Разумљиво је да при преврћању овим леком завојни материјал мора бити стерилан: крпице, газе, платно морају бити претходно дуго прокувани и осушени, а руке преврћача чисте (пра-не сапуном). Преврћач не сме додиривати својим рукама рану нити баратати по завојном материјалу. Оно што се меће непосредно на рану — не сме се додиривати прстима, ма колико били „чисти“.

Да би се избегло кварење овог лека, због чега се и не могу добити свуда добри резултати, а до кварења долази приликом отпушавања и запушавања лека, најбоље је за наше прилике да се лек, спремљен онако како смо описали (кувањем), разлије у што мање бочице, од 20 до 50 грама (које су претходно такође биле искуване у кључалој води пола сата и после исушене), и потом те мале боце запуше, такође чистим прокуваним запушачима, и тако чувају за употребу. Онда се при сваком преврћању може употребити мања бочица или се може употребити за неколико дана. Апотекари могу овај лек расподелити у „фиоле“ или у ампуле у још мањим дозама (5—10 грама).

Овај лек код опекотина и других рана има ова преимућства:

стишава бол тиме што опија локално ткиво, лако али дуготрајно; што умањује само запаљење ткива, штити га, даје му јачине, крепи га да живи: да не трули, да много не гноји, да много не сузи. Он помаже раст новог горњег слоја коже и епидерме.

Из овог се види да ову биљку употребљава и нова медицина, као што је то чинила стара, само у пречишћенијем облику и збиља онде где може да помогне, тј. где нису потребна јача средства за дезинфекцију и горење, печење, мазање јачим растворима итд.

Ова биљка расте по шумама, поред путева, по окукама, ливадама и сличним местима. Важила је одувек као лековита. Још и сад се у понеким местима из њених цветова извлачи уље. Цветни врхови (гранчице с цветовима) беру се 7. јула.

Корен ове биљке пушта у земљу кратке жилице, а нагоре усправно стабло, 3—5 дециметара високо, које се у горњем делу грана. Стабљике су голе, осим што на месту гранања имају по два наспрамна листа. Листови су прирасли уз 1рану, дугуласти; одликују се тиме што на њима има многобројних тачака, тако да изгледају као пробушени (решетасти), с црним жлезданим тачкама на доњој страни. Цветићи светлослат-ножути у обилатој кити и метлици на врху, с пет латица и много праш-ника.

2. ЛАНЕНИ ЗЕЈТИН

Као врло добро средство против опекотина и у научној ме-дицини примењује се ланени зејтин. Тим пре то треба практиковати у народној медицини, јер је дан готово свуда домаћа биљка. Доза: ланени зејтин меша се с једнаким делом воде од гаше-нога креча, и пером маже опекотина; или се у њу умаче платно којим се покрива црвенило или рана. Најсигурнији лек! Пликове треба отворити.

3. КУПУС

Школованим лудима јежи се кожа кад виде неког сељака да је на рану од посекотине, опекотине, убоја итд. прилепио ку-пусов дист. То им изгледа тако грубо, просто па и прљаво! Али купус као спољни лек постоји од давнина. Као лек нису га изми-слили ни наши ни, нпр., француски селаци, јер га свет свуда при-мењује.

Римљанин Катон Старији препоручивао је његову примену код избијања рана по лицу (вероватно русе, „фирцигера"), рана по телу, посекотина итд., а тако исто и код реуматизма.

Овоме „простачком" леку повраћена је част тиме што је др Бланк доказивао да купусово лишће има особину да привлачи и упија сваки рђав сок из тела. И др Дифур га је примењивао у лечењу рана на нози услед про-ширених вена.

Али савремена медицина је ипак учинила неке допуне и усавршила примену купусовог лишћа, и то у овом смислу:

Најпре се лист опере — и онда се маказама исеку велике жиле на листу и лист се изравна и изглача округлим предметом:

оклагијом или округлом боцом, али тако да се не изгњечи, већ да остане свуда раван — подједнак. Затим се лист ставља у борну воду (раствор борне киселине, која се купи у апотеци, у сразме-ри 3 грама на 100 грама прокључале воде) да кисне неколико ча-сова (три). После тога времена кожа пострадалог се затегне мало и лист залепи на рану тако да је целу покрије. Преко листа се мет-не слој чисте газе или неколико слојева памучног платна, фла-нела, или чисте крпице (прокуване и осушене) и то се све веже завојем, умерено — да не стеже много — од стопала навише.

То превијање врши се два пута дневно.

Под утицајем деловања листа болесник осети велико олакшање, а рана се пуни и зарашћује.

4. ЖИЛОВЛАК

Боквица, трпутац, воловско уво, жиљнак. — Купус може бити замењен жиловлаком, који се примењује на исти начин као и купусни лист. Примењује се и код надражаја од шуљева: ради омекшавања и стишавања болова, нарочито у Енглеској.

Корен му је кратак и дебео. Лишће усправно или раширено, широко јајасто, цело по ободу голо или маљаво, са 7—9 уздужних жилица, на дугачкој дршци. Стабљике с цвећем су обично дуже него лишће. Цветни клас с белоружичастим цветовима, Расте свуда по ливадама, поред путева, по пустарама, по баштама као коров. Цвета од јула до октобра.

Готово исто тако поступа се и данас, само што се за покривање и заштиту рана не узима лист од купуса него танак лист од пластике. Принцип је ипак исти.

О примени жиловлака у лечењу болести бубрега видети одговарајућу главу, тачка 44.

5. БРШЉАН

Лекари су добијали добре резултате примењујући баш бршљан у лечењу рана на нози, извесних „млитавих“ рана које тешко зарашћују, раница после пуклих мехурића на кожи код деце и старца, и раница услед инфекције коже нечистих људи после уједа инсеката: буве, шугарца и других надражаја коже.

Бршљан је познат свима.

Начин примене исти је као и код купусовог дишћа или жиловлака.

Као средство за смањење осетливости периферних нерава, болова код мигрене, неуралгија, ишијатичких тачака и т. сл. (тј. са неуроткивно-васкуларном реакцијом), примењују се влажне топле облоге (на месту болова) од прокуваног лишћа, у дози 200 грама на литар воде.

6. КРИН

Латаце кринова цвета, расквашене у доброј ракији, употребљавају се као танки покривач за површинске ране на кожи. Др Даније је лечио њима

опекотине од рендгенских зрачења, крин је такође свима познат.

7. ВЕПРИНА

Арника, морава, какавичник, горски потрес, моравкино цвеће. — Ова биљка има својство да растерује усирену крв. Сељаци у једном делу Немачке кували су је с пивом и употребљавали против модрица. И заиста, то њено деловање потврдили су многи лекари-научници, и она се с правом може сматрати као лек против убоја и рана услед повреда. У народној медицини ова биљка треба да буде прва које мајке морају имати под руком, а не, ка-ко каже и Леклерк, да стављају на ране својој деци паучину или чак клуч под мишку да би престала да цури крв из носа.

Али је арника и љута биљка. Зато је треба умети употребити, јер ако се не разблажи може да изгори оно место на које се ставља. Треба је, дакле, разблажити. Др Лијежоа је дао овај рецепт. Узима се цела биљка с цветовима, или само суви цветови, и од тога се с 90—96%-ним алкохолом прави тинктура. Затим се та тинктура разблажује глицерином и водом у овом односу:

Тинктура од арнике 20 грама

Глицерина 50 „

Воде 60

Тиме се тек кваси крпица или газа и као облог превија рана или убој.

У Француској, кажу сами Французи, ову тинктуру за превијање рана држе не само апотекари него и винарски трговци, управо сви. Сам ће апотекар дати пострадалиме да попије мало тинктуре од арнике ради јачања снаге и ставиће му облогу од тинктуре од арнике, а трговац вином даће му да попије ликер у коме има арнике и даће му лек за рану у коме опет има арнике.

То је— кад је реч о спољној употреби. Што се тиче унутарње употребе, треба је давати као јако разблажену тинктуру у дози 10—20 капи дневно (највише) у чаши воде, и то по 1 кашику на 2 часа. Може да се примени после капље у мозгу и парализе (одузетости) која је наступила, као средство које умирује и стишава надражаје — да парализа не би била већа или потпунија. За лек се бере лист и још чешће, цвет. Цвет се кида док је у пуполку или тек што се развио. Треба их сушити у пећници.

За дужу унутарњу употребу арнике треба се обратити лекару.

Чај за унутарњу употребу (рецепт болнице у Паризу) као опште умирујуће средство, с деловањем на срце и систем крвних судова, спрема се од 4 грама цвета и од 1 литра кључале воле. То се после цеди кроз густо платно; или се спрема други, јачи напиток: од 4 грама листа, 4 грама цвета, 750 грама воде, 60 грама сирупа од лимуна. То се испија у четири пута (Роле и

Буре).

Арника је дуговечна билка, с наспрамним лишћем које расте при дну стабла и цветном зракастом жутом главицом. Листови су јајасти или Дугуљасти. Стабло усправно, достиже висину од 5 дециметара, жлездивсто, маљаво, с 1—2 пера ситнијих листића. Цветне главице имају нарочит смоласт мирис. Дугогодишњи корен је вретенаст и расте косо. Расте по влажним и подводним местима. Гаји се као питома билка због своје лековитости.

8. НЕВЕН

Невен може дати изванредну облогу (припарак — прпор) за превијање обичних рана, опекотина, рана на премрздим удовима итд., јер убрзава њихово зарашћивање. •

Употребљава се овде у виду алкохолатуре или тинктуре, које се разблажују прокуваном водом у односу 10:100 (воде).

9. КРТА ВРБА

Др Сава Петровић је писао: „Споља се кора од врбе може употребити у свим приликама где се употребљава кора од кине. Њеним деконтом (одваром) могу се испирати и завијати смрдљиве, трулежне гризлице; може се убризгавати у разне органе из којих цури каква неприродна течност. Може се употребити у виду купатила, као средство за јачање слабуњаве деце итд." Томе нема шта да се дода.

10. ЛЕСКА

Кора од леске кувана у води и вину (по пола) даје добар одвар за лечење рана код проширених вена на ногама. Течан екс-тракт из лишћа леске показао се као вазоконстриктор и био је примењиван код еритроцијанозе, сродној. Дужа употреба овог лека са одваром од сувог лишћа (у дози 5:100) дала је добре резултате (Леклерк).

11 ХРАСТ

Код пукотина на чмару може се с великим успехом применити као млака облога одвар од храстове коре скуван, у дози 100 грама у литру воде. За неспецифично крварење из задњег црева узима се 100 грама коре на литар воде. Кува се 15 мин., процеди и млаком течносту клистира.

У том циљу употребљавају се и шишарке од храстовине. Тиме се лече и испуцале брадавице на сиси. Из шишарки се добија танин и у дози од пола грама (0,5) меша с дестилсаном водом од руже (30 грама), раствори и тиме се пером мажу испуцала места.

Као додатак узима се лек и као напитаk: направи се тинктура од храстових шишарки и даје по 20—40 ка-пи у води пре јела (2 пута дневно).

Шишарке од храстовине израштаји су на пупољцима цера и храста које проузрокује један инсект. Ова бубица леже своја јаја на лишће, на пупољке и гранчице. Сок од дрвета, који је обилат, лучи се, стврдњава и образује шишарке. Кад мали инсект претрпи преображај, он пробуши орашчић и излети. Шишарка остаје. Она садржи много танина.

Шишарка у облику одвара употребљава се као стежуће средство за заустављање крви из рана. Доза: 20 грама на литар воде

Шишарка се употребљава и као противотров оним лековима-воји изазивају повраћање и као противотров биљним ле-ицима. За мазање рана на кожи може се спремити ова помада:

Шишарке у праху Мласти5 грама 30 ..

12. РАНИЛИСТ

Рањеник, српац, бетоника. — Некад је ова биљка била на гласу и употребљавала се против свих болести, па је потом заборављена као лек за унутарњу употребу. Али као лек за спољну прамену она није без деловања. Тако се она може употребити као вински одвар, у дози 100 грама на литар вина, за чишћење и превржање гнојних рана које дуго не зарашћују услед обилног гвојења и растења „дивлег“ меса. С истим успехом могу се њо-ме лечити и ране на проширеним венама ногу.

Важила је од вајкада као лековита биљка .

Ранилист је дуговечна, средње висока (6 дециметара), више или каве длакава биљка. Лишће већином при дну стабла, 2—3 пара, доње : дршком, горње кратко или сасвим прирасло уз стабљику. цветови образују клас на врху стабла. Расте по шумама и жбуњу. Време цветања: јун , август.

13. ПЕТРОВАЦ

У истом циљу може се применити и петровац, наиме: у лечењу варикозних рана на нози услед проширења вена, споро зарашћујућих рана уопште, и за клизме.

Облик је: вински чај (биљка преливена клучалим вином) за облоге на рањаво место. Тај вински чај справља се овако: литар

црног вина треба да ври 5 минута, потом му се додаје 200 грама биљке, и све оставља да кисне један час. Тиме се натапа облога за превржање.

Стабло петровца достиже до метра висине. Лишће и стабло су више или мање длакави. Листови су перасти, неједнако урезани, зупчасти, већи и маљи на једној дршци. Споредни листићи су полусрцати, обу-хватају стаблику, урезани су, зупчасти. Жути цветови су у дугачким кла-совима, с кратким дршкама и ситном

чашицом. Листићи круница су мали, златножути, прашници кратки, многобројни. Расте поред путева, по међама, светлим шумама. Време цветања: јун—август.

14. ГАВЕЗ

Свежа средина и густ чај од корена ове биљке могу се употребити за лечење опекотина и рана на брадавици, што често би-ва код наших дојиља на селу.

Спрема се као чај, у дози 100—200 грама корена на литар кључале воде. Треба да кисне по правилу два часа, па онда да се примењује као облога.

15. ХАЈДУЧКА ТРАВА

Код испуцаних брадавица на сиси, код рана услед проши-рених вена и крварења од шулева — применити сок од ове биљке за мазање или као облогу, у дози 5:100 (од чаја).

16. КОПРИВА

У популарној медицини и коприва је примењивана с успехом у лечењу рана на нози које тешко зарашћују и поред раз-

* Иако ове биљке имају исту примену, ипак се морају одвојено на-водити јер су им делови за употребу различити (корен, сок, лишће), а и дозе су им различите.

•их масти које су биле употребљаване. Нарочито ако рана захвата већу површину. Примењују се облоге од куваног лишћа (олвара).

17. МИШИНАЦ

Корен ове биљке садржи поред смоле и танина и друге са-стојке (обојено уље итд.). Употребљава се као топла облога за размекшавање чирева, отока итд., а исто тако и као средство против раница на брадавицама дојиља, за лечење раница на уснама и самоницина (тумора). Делује, по мишљењу савремених аутора, и на локалне конце нерава (у рани), које лишава њихо-ве моћи, и штавећи површинске ране.

Одвар од корена прави се у дози: 30—60 грама на литар воде. За унутрашњу употребу није подесан.

Ова биљка је двогодишња, има јако стабло, усправно, гранато, до 6 дециметара висине, оштродлакаво. Лишће копљасто, доње дугачко и дугуљасто, с дршком, више и горње све мање, с кратком дршком, готово сели на стаблу, чак и обухвата стабло — све танко и зелено маљаво. Из пазуха израстају дугачки гроздови с цвећем при врху. Крунице црвене, ретко беле. Цела биљка мирише јако непријатно. Није за унутарњу употребу. Јер је подозрива. Време цветања: јун—јул. Корен се копа друге године, пре него што билка цвета. Од њега се узима само кора, брзо се суши и чува на сувом месту да не упија влагу.

УБОЈИ, МОДРИЦЕ И ОТОЦИ ОД ПОВРЕДА

1. ЈАГЛИКА

Јагорчевина. — Ова билка има особину да раствара и рас-терује крв и зато се с врло великим успехом може применити код убоја с већим или мањим модрицама. О томе се Леклерк уверио у свом раду за време првог светског рата кад је конту-зоване војнике лечио овом билком: места где је примењивао об-логе од јагличја брже су се опоравила (модрице ишчезавале и веће жутило коже брже пролазило) него она места која су остављана без облога, или где су биле примењиване друге врсте облога (топлота итд.).

Примењује се, дакле, споља као облога на убој, а спрема се на овај начин: 100 грама корена од јагличја кува се у једном литру воде — док се све не укува за 1/3. Од тога густог одвара праве се облоге и њима се облаже повремено место: убој и мо-Дрица.

ДИВЉА ВРБЕНА

„Света трава“. — У исту сврху, код убоја услед пада, уда-раца, батина, итд. примењује се дивла врбена (као средство да се разибу бол и модрице). Бар у народној медицини то се и да-нас чини. У облику одвара или чаја она се ставља као облога. Или се истуцано њено лишће, наквашено у сирћету, облаже на места где жига, код реуматизма и неуралгије, болова при запаљењу марамице, мигрене итд.

Лишће и цветни врхови беру се у јуну пре него што се цвет потпуно развије. Суше се одмах да би се сачувала боја. Јер кад се ставља на кожу, дивља врбена обоји кожу у црвено, што се сматра као да има својство да привлачи крв.

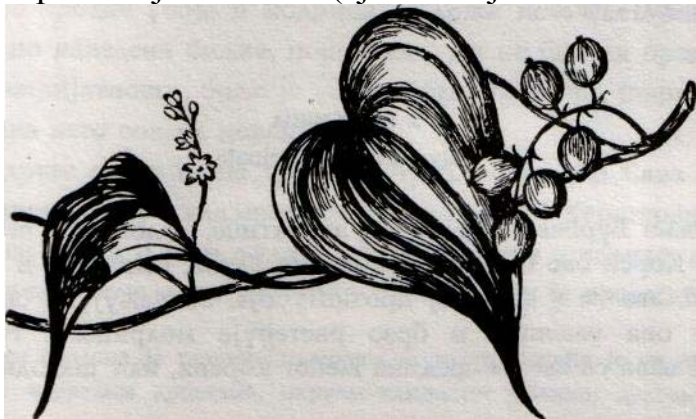
З.ЗОВА

Базовина. — Цвеће од базовине (зове), као размекшавајуће средство код отока услед удара и повреда, примењује се у виду облога, у дози 100 грама цвета на литар клучале воде.

4. БЉУШТ

Бљужд. — Врло интересантна биљка. Њен корен служи за еее мањих и ситних поткожних излива крви, модрица услед **таоја** итд., па и за растеривање модрица испод очију и на лицу. **Зоог** свог деловања на убоје ова се бил»ка у Француској зове:

.Трава бијене жене" (тј. оне која њом лечи модрице).



Бљушт

Подједнаки делови течног згустка ове биљке н чисте воде може брзо растерати поткожне изливе крви око очне дупље и на лицу (у току (у— 8 дана). Овај факат објашњава се тиме што лек делује на поткожно ткиво и раствара изливену крв (хемолитички), и друго, што је у стању да подстиче локални ток лимфе (да лимфа брже протиче) и тако разноси распадну-те делове крвних зрнаца. За другу употребу, како су то стари чинили, она није.

Ова биљка ушла је у књиге, и то је довољно да се призна сва њена важност и препоручи њена примена.

Практичари, каже Леклерк, треба да усвоје ову билку да не би били дуго немоћни пред једном таквом појавом као што је она већ поменута.

Бљушт је биљка повијуша која се преко грана и жбуна надалеко може проширитвати. Лишће јој је срцасто, сјајно, са заостреним врхом, понекад троделно, иначе по ободу глатко. Корен је чворнат или дрвенаст, лишће на разној висини. Цветови мали, жућкастозелени; мушки у вели-ком грозду, често гранатом и дужи него што је лишће; женски у много краћем, збијеном грозду. Род Ј'е бобица, боје јарко црвене, често много-бројан. Расте по бреговима, сунчаним шумама, мебу жбуновима. Време цветања: мај—јун.

5. ПОКОСНИЦА

Дивли **ћурћевак**, трава од заноктице, соломонов печат, зализ. — Корен ове биљке, у коме има слузи, сапонина и танина, употребљава се у Данској против убоја. Захваљујући своме са-понину она успешно и брзо растерује модрице. У ту сврху употребљава се свежа средина њеног корена, или јак одвар, као облога.

За одстрањивање модрица употребљава се маст која се справља тако што се кува у лоју или у салу. У случају гнојења и запалења заноктица, такобе с гнојењем, ставља се ова маст на прст или нокат који гноји — да би гнојник брже сазрео и провалио се. Искуство ми је показало да у оваквим случајевима треба прст имобилисати, тј.

треба га исправити и испружити, подметнувши одоздо неку танку дашчицу или тврви картон, да се не би прст савијао. Тако се и гнојење не шири, а рана брже **зараста**.

Може се применити и на жуље.

Корен је, као што смо рекли, сматран одавно као **лековит**;

Ова биљка, коју гаје и по баштама као украс поред стаза, **нижег** је **стабла** него **врло** сродне јој врсте, тј. **ретко** достиже висину изнад 3м.

Стабло је **једногодишње**, усправно и меснато. Корен је равав, дебео с упоредним дугачким жилама. Цветови су у пазуху **по један** по два у сваком пазуху. Плод је **мала** бобица, Боје **плаве**.

6. КОЗЛАЦ

Козалац, закозник, календар, мајасид, змијин чешаљ. — Средство против убоја и модрица. Садржи исте састојке као и **истаолно** наведена биљка, **покосница**. Да не би пак произишле **сакве** непријатности, боље је **употребити** **облоге** од **јаког** одвара хорена него **сок** од корена. За друге сврхе га не треба **употребавати**. Др Сава Петровић је писао да су у гладним годинама у нашој Херцеговини **ње-лов** корен **пекли** и **јели** људи и ништа **им** није **шкодило**, али **како** **сок** **његов** **пече** — за унутарњу употребу он је просто штетан.

Корен козлаца је главичасто-лукаст, отрован. Лишће је на дугачким **из земље** израслим дршкама, **округло-клинастог облика**; делови сјајно **возелени** или често с црним пегама, **ребе** са црвеним тачкама и **беличвсгвм** пругама. **Омотач** цвета **има** облик звона, **али** је с једне стране **таорен** те не **покрива** са свију страна **цветни грозд**, на **коме** као род **оарегају** јарко црвене бобице. Лишће и **цветни омотач** опадају пре сазревања **плода**, **тако да** кратки вретенасти грозд **остаје** **наг**, **сам**. Цвета **мају**.

7. СЛАЧИЦА (црва, бела и дивља)

Примена слачице је тако општа и позната да је потребно да **се** с њом што боље упознамо.

Семе од слачице садржи поред других састојака и **глико-звла** **који** се под утицајем воде претварају у разна једињења, па

и у уље (есенцију) од слачице. Да би се добило брашно од сла-чице с јачом **'есенцијом**, најбоље је — и то су утврдили научници — **кад** се слачица гаји на сумпоровитом **земљишту**.