

# ЛЕЧЕЊЕ ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ

## ШЕСТО ИЗДАЊЕ

### НАРОДНА КЊИГА 1973

Као што је слобода вечита борба за слободу. тако је и здравље вечита борба за здравље — само су се методи те борбе кроз векове мењали и усавршавали.

Победити болест значи ослободити се страха од смрти. Сваки народ, сваки крај и свака епоха имају своје обичаје, навике, ношњу, песме, приповетке, игре, болести, епидемије, лекове, начине лечења и вештину израде лекова.

Ако се кроз историјску призму посматра употреба лекова и вештина лечења, јасно се види да дрогистичка вештина чини нераздвојну целину културне историје човечанства. И лековито биље је, између осталог, заорало дубоку бразду у живот свих народа, а поготово оних који су вековима тлачени, гоњени, поробљавани, народа у вечитим сеобама, који по нечему личе на водени цвет, на свилу што лети по лепом вре-мену или на јак и пријатан, дискретан и пролазан мирис неке једва видљиве биљчице у густој трави. Лековито биље је најстарији лек и првобитна фармацеутска сировина некад примитивних, а сада културних народа. И данас је разно биље најјевтинија и најприступачнија фармацеутска сировина за израду лекова у домаћој и иностраној индустрији. Употреба лековитог биља као терапијског средства има у нашем народу необично богату и изванредно дугу и контину-ирану традицију. Најбоље сведочанство о томе пружају бројни стари писани споменици, од којих ваља поменути бар нрке:

У *Ходошком кодексу*, који се оматра за најстарији кодекс српске световне медицине (XIV век), наводи се, поред осталог, и разноврсна употреба домаћих и страних биљних дрога, најчешће кима, алоја, тамњана, ланеног и репиног семена, смок-виног корена, коријандра, цвеклиног сока, врбове коре и њеног лишћа и разног другог биља.

*Хиландарски медицински кодекс број 517*, који је открио 1951. године академик Б. Сп. Радоичић у Библиотеци манастира Хиландара, наводи употребу камфора, перунике, кукурека и многих других биљака. Тај кодекс је „најдрагоценији споменик српске медицинске кудтуре“ (др Реља Катић). Ово дело потиче из XV или XVI века.

За време петвековног ропства састављане су лекаруше зна-них и незнатих медицинских писаца. И у њима је лековито биље најчешће помињани лек. У сталној борби за опстанак, хватајући се на сваком кораку у коштац са стихијом, безграничним и немилосрдним ћудима природе, без школованих лекара и лекова остављен и заборављен, без ичије помоћи, јер „цар је далеко — а бог је високо“, наш човек је посебно ценио лековито

биле, које му је увек било најважнији и најприступачнији лек. То се најлепше види и из наших народних песама. Од свих лекова у њима се најчешће помиње лековито биље. Њему се често придаје чудотворна моћ. Биљарице и видарице се нарочито поштују. И то биље, и место где оно расте, начин брања, време кад се може и сме брати, и све остало што је у вези с лековитом биљем и лечењем помоћу њета обавијено је поетском жицом и дубоком тајанственошћу. Тај психосугестивни карактер многих стихова наших епских песама има велик значај и често је представљао значајан психо-терапеутички фактор.

Зашто, вило, да те бог убије,  
Зашт' устрели побратима мога? (Милоша Обилића)  
Дај ти биље ономе јунаку,  
Јер се нећеш напосити главе  
Ста га вила богом братимити:  
Дај ме пуштај у планину живу, Да наберем по Мирочу биља, Да загасим  
ране на јунаку.

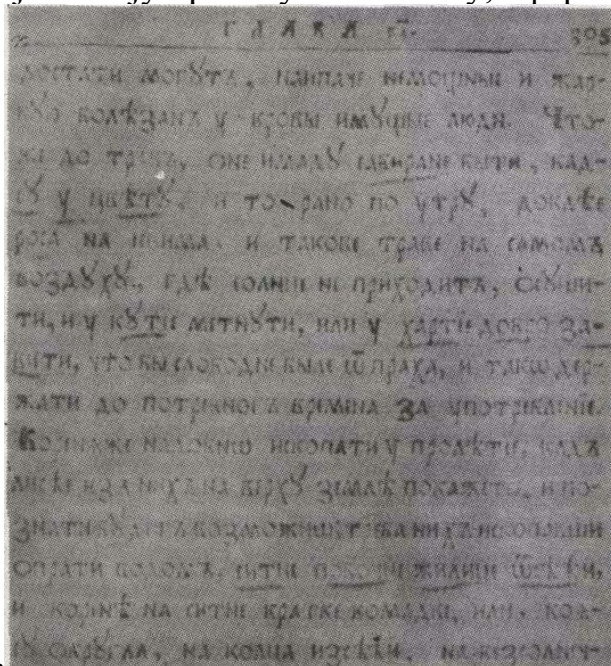
Пусти вилу у планину живу;  
Биље бере по Мирочу вила, Биле бере често се одзива.

Набра вила по Мирочу биља И загаси ране на јунаку...  
(Краљевић. Марко и вила)

Значај лековитог биља и његову терапеутичку вредност, као и његову у то време доминантну употребу у нашем народу, добро запажају и наши народни просветитељи из друге половине XVIII века, па том питању, природно, посвећују посебну пажњу у својим просветитељским списима и делима.

Тако и Захарија Стефановић Орфелин (1726—1785), достојан претеча бесмртног Доситеја Обрадовића, наш најзнаменитији писац XVIII века, први от-крива српском народу научне појмове о природи и васељени и устаје против незнања и празноверица које су тада владале. Орфелинов Велики српски травник има око 500 биљака. Неуморни просветитељ свога рода даје свим биљкама поред латинског и народно име, а у оделуку „полза и употребленије“ читаоцу пружа драгоцене податке из материје медицине и терапије онако како се то радило у то време у Европи. Тако, на пример, кад пише о мушмули, Орфелин, поред осталог, даје и ово драгоцене упутство: „Зрјеле мушмуле есу изредное љекарство против бистре столице, сердоболје, кровопљувања, течења сјемена и многа мјесечнога женскога; ради чега можно них с медом, или са шећером, како крушке приправити.“ И данас се мушмула — због тога што садржи доста танина и других полифенолских једињења, затим пектина, воћног шећера витамина С и каротена — успешно користи за спречавање дијареје и улази у састав разних фармацеутских дијететских препарата који се дају као изврсна средства у борби против досадних и често оморноних пролива, поготово деце за време лета.

Орфелинов *Искусни подрумар* има неколико стотина ре-цепата за справл>ање травних вина и многих других алкохолних безалкохолних напитака и лекова. У књизи се говори о начину и времену бербе и сушења лековитог биља и о корисности и лековитој вредности сложених препарата израђених од преко 200 домаћих и егзотичних лековитих и мирисних биљјака које имају реалну енолошку, фармакогнозијску и терапијску



вредност. Зналачко упутство о времену и начину брања, сушења и чувања лековитог билјка које skого ниучему не заостаје за данашњим принци-пима, даје Орфелин у свом *Искусном подрумару* 1783. године

Године 1883, сто година после појаве Орфелиновог *Подру-мара*, Српски архив за целокупно лекаство штампа као посебно издање *Лековито биље у Србији* од др Саве Петровића, сани-тетског пуковника из Беотрада. Ово дело на 470 страна потиче из руке струч.ака, школованог у Француокој, који је, слично Панчићу, био лекар, али се потпуно одао ботаници и фармакогнозији. Ево шта у „Приступу“ свога дела пише овај наш у јавности мало познати научни радник: „Познавање популарне употребе биља у лекаству нужно је за лекаре рад поуке нашег народа, који често пропада због тога што се у своја домаћа; не-поуздана средства ослања, па због тога сувише доцкан помоћи тражи од научне медицине или је никако и не тражи. Народ се тешко помаже домаћим средствима и онде где му је болест пот-пуно позната, а онде очигледно пропада кад болест не може да распозна. Дужност је, дакле, свакога, а особито лекара, да га у том правцу обучава и на прави пут упућује.“ Надовезујући се непосредно на тако светле традиције др Ри-ста Пешић-Гостушки, народни човек и народни лекар, до-стојно је наставио дело Саве Петровића и ранијих медицинских писаца. И он је неуморни здравствени просветител свога рода. Његово животно дело *Лечење лековитим биљем* треба пре свега тако и схватити, јер оно треба да помогне народу.

Књига је корисна и за лекара, јер се код нас на медицинским факултетима не учи ботаника ни фармакогнозија. Три издања су довољан и убедл.ив доказ да је ово замашно дело свесрдно примљено свуда код нас, у

селу и у граду. Оно је свуда тражи. Свако домаћинство жели да има ову вредну књигу при руци. Плодан медицински писац, здравствени, културни и друштвени радник, чика Риста, како га је народ из милоште звао, остао је до смрти веран слободароким идејама и ширењу здравствене културе на сваком кораку. - Савестан лекар и пријатељ радног човека, он је овим својим делом, које данас, можемо слободно рећи, постаје већ класично, помогао свом народу у борби против назовилекарства. Убеђен сам да ће ово ново, до-пуњено и поправљено издање бити исто тако добро примљено у народу као и она ранија.

акутним (па и хроничним) случајевима, мада се мора при том приметити да су и ови последњи у основи производи из биљног света (плесан). Њиховом појавом, међутим, не само да није уздрмана позиција лекокитог биља већ се чак примењује češće nego ranije састав многих патената улазе баш екстракти лековитих биљака, што чини да је и стручњацима потребно да знају шта поред хемијских едемената улази у композицију фабричких фармацеутских производа новог доба. Немам друге жеље до да и треће издање доживи исто распрострањење и продужи да доноси даље користи натем народу, као су то учинила и прва два.

### **ИЗ ПРЕДГОВОРА ПРВОМ ИЗДАЊУ**

„Сматрајући да је најстарија грана вештине лечења била биљем и да су лековите особине медицинског биља свету познате из хиља-дугодишње примене његове, и да то његово деловање није увек прича (лвгенде);

сматрајући да немар лекара у погледу употребе биља и лекова од њих спремљених долази уопште отуда што су лекари више тврдо-главо склони да прописују добијенв кристале из биљака и инду-стријске хемијске препарате; сматрајући, даље, да се лекови који су добијени из биљног света спремају, упоредо с напретком науке, на све бољи и бољи начин и да ми данас знамо начине да их добијамо у таквом саставу који садржи и њихову целину и њихово деловање у потпуности, а без осетне промене; а чудећи се што се у медицинским студијама данас не сматра као најважнији задатак излечење болесника (нвго само проучавање болести);

*Конгрес изражава жељу:*

1. Да Међународна федерација за развој лековитог биља и сличних биљака помалсе по целом свету енергичну на-учну пропаганду, каква је већ почела на неким медицинским факултетима, у циљу да се поврати част и углед лечењу лековитим биљем и лековима спремљеним од њих. 2. Да се образује централни међународни комитет који ће има-ти задатак да подстиче и усмерава званичну и приватну иницијаги-ву у том смеру и да јој даје најшири публицитет. "Овако је гласила друга, главна тачка резолуције Међународног конгреса за раавиће лековитог биља и сличних биљака, који је одржан још у јулу 1931. године у Паризу. На том конгресу узело је учешћа петнаест држава, а у раду и доношењу резолуција (voeux adoptes) суделовали су не само чувани професори универзитета и фармацеутских факултета већ и други стручњаци: професори медицинске

ботанике, директори хемијских лабораторија, представници синдиката апотекара и дрогериста, инжењери агрономије, директорн министарстава (пољопривреде и трговине), биљобери навелико, па чак и политичари и адвокати — око двеста најистакнутијих стручњака и делегата из свих крајева Европе...

За овај конгрес и за Мебународну федерацију за развој лечења лековитим биљем, као и за њену резолуцију, дознао сам сасвим слу-чајно, ту скоро, и тек пошто је била готова ова моја књига. Сасвим самостално, независно од жеља тих организација и скупова, почео сам и радио у духу наведених идеја, не знајући да исте бриге брину и толики далеки ми луди. Више од десет година прикуплао сам ма-теријал и носио се мишлу да напишем једну овакву кн-игу какву сам написао. Побуда за ово било је код мене доста и оне су биле не само стручне него и опште природе, наиме: социјално-здравствене економске, националне, научно-педагошке и народно-просветне. Зато нека ми буде дозвољено да то овде унеколико изложим и обја-сним. Медицина брзо напредује и број лекова и средстава помоћу којих људи теже да лече и излече поједине болести расте из дана у дан...

Лекови које избацује хемијска индустрија, чак и они који су направљени од живих органа и делова свакодневне хране (опотера-пија и витамини) продају се као скупии патенти, који, можда, вреде мало, а продају се за скупее паре — само зато што има да прођу кроз десетину руку. Али ако, нпр, свежа цигерица, свеже јаје, свеж „бубац“ итд. ниоу доступни свакоме у Паризу или Берлину, Беч; иТд., све је то доступно нама, Југословенима, и онима у Београду и онима у Пироту. Исто тако, нпр., ако онај у Хамбургу или у Есену не може да набере себи неко биле на тротоару или на пристаништу, а поља су му далеко — врло лако може то да учини оћај у Лазаревцу или онај у Књажевцу. И њему нису потребни скупии патенти. Стално, из године у годину, траже се нова средства. Лечење се не наслања више на старе методе и лекове. Они се чак заборављају у корист нових. Тако се лечење постепено и умногоме одвојило од природних сирових средстава, нарочито од лековитог биља, те га данас огроман број лекара (да и не говорим о великоварошкој деци) и не познаје, а камоли да га стручно препоручују народу, мада га понекад примењују у својој пракси (у орезу, на селу итд.). У виду специјалитета улива се постепено народу појам да су прави лекови само они које он купи по скупее новце, а да их у његовој околини нема и не може бити... У пракси често уносимо у рецепте и оно што се болеснику налази испред носа, уместо да га научимо како да се користи оним што му је под руком. Многи знамо само за рецепте и препуштамо да, за новац, болеснику све други спреми, уместо да просто обја-снимо како треба да се опреми лек од бил>ке, од цвета, корена, коре, од мешавина, и тако му помогнемо у два правца: да га излечимо и да га то не стаје скупо. Тиме ипак нећу да кажем да се можемо одрећи свих оних добрих лекова које су дале хемија и индустрија, као што се не можемо одрећи свуда и свакад електричне сијалице, али хоћу рећи да је "време да се мало зауставимо, јер смо се сувише удаљили од при-роде, пренебрегли смо природне декове и биљке. Време је да се вратимо мадо натраг...

Наш народ особито цени лечење лековитим билем, независно од тога да ди у званичној медицини влада овај или онај покрет, мо-да. Њему није потребно доказивати много да у биљкама има „целог лека“, каквог нема у посебном леку који је из те билљке изваћен у лабораторији. Још ако му

научна медицина то препоручи и да о томе докажа, онда ће он та средства прихватити радије него она која су му данас скупа или која не може набавити брзо. У последње вре-ме се чак примећује отпор код болесника и жела да им се не про-писују лекови — али кад им се препоручи биљни, домаћи лек, они на то радо пристају... Зато су лекари, а нарочито лекари у народу, дужни да му обрете већу пажњу на могућност лечења лековитим биљем. Лако је, врло лако прописати неки готов, патентиран лек и сматрати да је посао свршен.

Много се више труда, памћења и умног напрезања тражи да се пропише нашем човеку биљни лек, са свиц упутствима која његова употреба изискује, него када се пропишу колачићи („та-блете“), чији је начин узимања већ одређен или је на упутству. Нај-зад, лекар добро зна и не сме заборавити ни то да је физиолошки (да кажемо природни) раствор лека много боли него много пута ку вани и печени фабрикат. Природни биљни лек делује мекше и неж-није на човечје ткиво, док „пречишћени“ лек, фабрикат, може и да квари и да пече слузокожу уста, стомака и црева. Разуме се да ово популарисање лечења лековитим биљем захтева од лекара и болје познавање биља. Али је то и захтев нашег времена, нашег доба: морамо услед разних узрока, националних, економских и државних, да се враћамо на искоришћавање свих из-вора богатстава и на своја народна средства лечења и самопомоћи. А како ћемо ако не будемо знали која су та средства и како се примењују?

жан још у јулу 1931. године у Паризу.

На том конгресу узело је учешћа петнаест држава, а у раду и доношењу резолуција суделовали су не само чувени професори универзитета и фармацеутских факултета већ и други стручњаци: професори медицинске ботанике, директори хемијских лабораторија, представници синдиката апотекара и дрогериста, инжењери агрономије, директори министарстава (полопривреде и трговине), биљобери навелико, па чак и политичари и адвокати — око двеста најистакнутијих стручњака и делегата из свих крајева Европе... За овај конгрес и за Међународну федерацију за развој дечења лековитим билем, као и за њену резолуцију, дознао сам сасвим случајно, ту скоро, и тек пошто је била готова ова моја књига. Сасвим самостално, независно од жела тих организација и скупова, почео сам и радио у духу наведених идеја, не знајући да исте бриге брину и толики далеки ми људи. Више од десет година прикупљао сам материјал и носио се мишљењу да напишем једну овакву књигу какву сам написао. Побуда за ово било је код мене доста и оне су биле не само стручне него и опште природе, наиме: социјално-здравствене, економске, националне, научно-педагошке и народно-просветне. Зато нека ми буде дозвољено да то овде унеколико изложим и објасниш.

Медицина брзо напредује и број лекова и средстава помоћу којих људи теже да лече и излече поједине болести расте из дана у дан...Лекови које избацује хемијска индустрија, чак и они који су направљени од живих органа и делова свакодневне хране (опотера-пија и витамини) продају се као скупи патенти, који, можда, вреде мадо, а продају се за скупе паре — само зато што има да прођу кроз десетину руку. Али ако, нпр., свежа цигерица, свеже јаје, свеж „бубац“ итд. ниоу доступни свакоме у Паризу или Берлину, Бечу итд., све је то доступно нама, Југословенима, и онима у Београду и онима у Пироту.

Исто тако, нпр., ако онај у Хамбургу или у Есену не може да набере себи неко биље на тротоару или на пристаништу, а пдлоа су му далеко — врло

лако може то да учини оћај у Лазаревцу или онај у Књажбвцу. И њему нису потребни скупи патенти. Стално, из године у годину, траже се цова средства. Лечеље се не наслања више на старе методе и лекове. Они се чак заборављају у корист нових. Тако се лечење постепено и умногоме одвојило од природних сирових средстава, нарочито од лековитог бил«а, те га данас огроман број лекара (да и не говорим о великоварошкој де-ци) и не познаје, а камоли да га стручно препоручују народу, мада га понекад примењују у својој пракси (у срезу, на селу итд.). У виду специјалитета улива се постепено народу појам да су прави лекови само они које он купи по скупе новце, а да их у његовој околини нема и не може бити... У пракси често уносимо у рецепте и оно што се болеснику налази испред носа, уместо да га научимо како да се користи оним што му је под руком. Многи знамо само за рецепте и препуштамо да, за новац, болеснику све други спреми, уместо да просто објаснимо како треба да се опреми дек од биљке, од цвета, корена, коре, од мешавина, и тако му помогнемо у два правца: да га излечимо и да га то не стаје скупо

Тиме ипак нећу да кажем да се можемо одрећи свих оних до-брих лекова које су дале хемија и индустрија, као што се не можемо одрећи свуда и свакад електричне сијалице, али хоћу рећи да је "време да се мало зауставимо, јер смо се сувише удаљили од природе, пренебрегли смо природне лекове и биљке. Време је да се вра-тимо мало натраг... Наш народ особито цени лечење лековитим биљем, независно од тога да ли у званичној медицини влада овај или онај покрет, мо-да. Њему није потребно доказивати много да у биљкама има „целог лека", каквог нема у посебном леку који је из те биљке изваћен у лабораторији. Још ако му научна медицина то препоручи и да о томе доказа, онда ће он та средства прихватити радије него она која су му данас скупа или која не може набавити брзо. У последње вре-ме се чак примењује отпор код болесника и жела да им се не про-писују лекови — али кад им се препоручи билзи, домаћи лек, они на то радо пристају...

Зато су лекари, а нарочито лекари у народу, дужни да му обратe већу пажњу на могућност лечења лековитим биљем. Лако је, врло лако прописати неки готов, патентиран лек и сматрати да је посао свршен. Много се више труда, памћења и умног напрезања тражи да се пропише нашем човеку биљни лек, са свиц упутствима која његова употреба изискује, него када се пропишу колачићи („та-блете"), чији је начин узимања већ одређен или је на упутству. Нај-зад, лекар добро зна и не сме заборавити ни то да је физиолошки (да Жажем природни) раствор лека много бољи него много пута ку вани и печени фабрикат. Природни биљни лек делује мекше и неж-није на човечје ткиво, док „пречшћени" лек, фабрикат, може и да квари и да пече слузокожу уста, стомака и црева.

Разуме се да ово популарисање лечења лековитим биљем за-хтева од лекара и боле познавање била. Али је то и захтев нашег времеиа, нашег доба: морамо услед разних узрока, националних, економских и државних, да се враћамо на искоришћавање свих из-вора богатстава и на своја народна средства лечења и самопомоћи. А како ћемо ако не будемо знали која су та средства и како се

Стога сам мишљења да су баш лекари наши дужни да, колико је год могуће, замењују лекове страног порекла лековима добије-ним из домаћих билака. Јер, исклучујући сваки шовинизам у овој области, могу једног дана наступити догађаји (рат, немири, сукоби итд.) кад се ти страни лекови не

могу добити ни за **скупе новце**. Зато је потребно да благовремено сви ми, и лекари и апотекари, уовојимо лозинку: све што се може **заменити** — да се замени **домаћим леком**, а нарочито **биљним**, и да се то зна за времена.

У погледу аутора **књига** којима сам се служио при саставу **Аању** и изради ове књиге **упутстава** биће још речи у уводу.

Дужност ми ипак налаже да **одмах** овде изјавим да сам за основу свога рада узео радове **француских** аутора, а нарочито **Анрија Леклерка**, кога данас **сматрају**, не само Французи него и други, **оцем** и **обновителем** **ле-чења** лековитим билјем и без чијих се радова, у којима је он изнео своје искуство, не може данас са сигурношћу писати о томе пред-мету, **ако** ко мисли да пише научну књигу, а не неку **шпекулантску** брошуру која ништа не вреди.

Нарочито то важи за дозирање ле-кова. Јер може **неко** препоручивати лечење лековитим **биљем** **ко-лико** хоће — ипак без одређене дозе то много не вреди. Лек и **доза** јесу нераздвајни основни елементи лечења. Француски аутори и дела, а у **првом реду** **истакнути** **Леклерк**, који је познат стручњак и практичар на том пољу, а исто тако и проф. Еро, др **Народецки**, апо-текар Буре, специјалиста за **културу** **биљака**, Роле, Рекли, Камил Дроз и многи други служили су ми **као извор знања** за састав ове књиге...

Поступајући тако ја сам сасвим самостално извршио **распо-делу** лековитог билја по болестима и код сваке поједине болести из-нео дозе лекова и билка којим се та болест лечи. Тиме сам омогућио да се у народу писменији људи **њиме** тачније служе и спречио да себи многи **њиме** нашкоде, што често бива.

Нека ми се не замери **ако** се у овој **књизи** **набу** неки недостаци или сувишне грешке, јер иако сам је **марливо** **израђивао** — ипак сам хтео да наша публика **дође** до ње на време. А поред тога и нај-строжи државни прописи о лековима, на којима раде научници, ни-су без грешака и по правилу се после **исправљају** и ти прописи стал-но допуњују. Правило је да ја или **неко** други у будућим издањима извршимо допуне или усавршавање — што се у овом издању **већ** чини.

У исто време, **мислим** **да се овом** **књигом**, **овако** састављеном и написаном, убија и надрилекарство у народу, кад је реч о лечењу болести **лековитим** билем. Свака сеоска шерет-баба или сваки шерет-старац **искоришћавали** су своје **ближње** **захвалјујући** томе што су зна-ли понеку **лековиту** **биљку** или се чак **правили** да је знају и **примењивали** је и где треба и где не треба. То ће **њима** **убудуће** **ићи** теже, јер ће одсад позитивна **сигурна** **знања** доћи у руке најпросвећенијих **лич-ности**: народних **учитела**, и других писмених људи, у **првом реду** **млађих** **лекара**, апотекара, чија ће сарадња, уз **коришћење** ове **књи-ге**, допринети најбржем и најефикаснијем **искорењивању** **убитачног** **надрилекарства**.

Зато се и **надам** добром пријему, добром одзиву и распрострањену **каиге**.  
*Др Р. Гостушки*

## **ИЗ ПРЕДГОВОРА ДРУГОМ ИЗДАЊУ**

Прошли смо извесну **етапу** у популарисању лечења **лековитим** билем. Дело и идеје пали су на добру **земљу**. Плодови се **примењују** на све стране. Лечење **лековитим** **биљем** добија и **код** нас поново и у дубину и у ширину.



Хиљаде књига првога издања (1935. године) које су отишле у народ створиле су поволтно тло за нове радове, за ново пионирство: почеле су се, у много већој мери, брати и сушити, па и сејати и неговати лековите биљке, а лечење њима одомаћује се све више. Не можемо се пожалити ни на шта, ни с које стране; државни органи воде рачуна о лековитом билу као извору и објекту народне привреде, поједине организације и културна друштва поклањају овом питању све већу пажњу, помажући у народу акцију просвећивања и примене. А о одобравању нашег дела које граничи с ентузијазмом, од стране појединих приватних лица, како у престо-ници тако и из других крајева земље, много и да не говоримо... Остаје нам да кажемо неколико речи и о научној страни рада. С не мањим задовољством и с поносом, који не кријемо, констатујемо да отако је изишла ова књига — других научних и стручних приказа у јавности, сем једногласно поволних, није уопште било. Ми смо тим стручним и нестручним приказивачима захвални, али сматрамо за корисно да тим поводом, ма то изгледало и нескромно, изјавимо: наше дело с научног и строго медицинског гледишта и не би могло бити критиковано ни у начелу ни у појединостима (осим у техничким омашкама), јер, понављамо, оно је писано искључиво на томељу научне медицине онакве каква је она данас и у правцу којим се она једним делом креће....

Обновљена и искуством обogaћена медицина у питању лечења ставља захтев да све методе буду просте и природне, а у погледу значаја и класификације она даје нашим средствима за терапију овакав ред: 1. физикалне методе лечења: водом, минералним водама, сунцем, ваздухом, климом, купањем у мору, гимнастиком; 2. дијета; 3. лечење лековитим билљем; 4. средства која се примењују на кожи и преко ње; 5. лечење минималним дозама и другим специјалним лекови-ма, али да буде много боље научно основано; 6. средства и лекови који помажу природу и дају снаге орга-низму да победи и прездрави; 7. хирургија — операције као методе лечења које неће много пореметити главне функције тела. Очевидно је да је значај дијете и лековитог биља поново и у овом покрету научника истакнут, јер оба начина лечења заузимају готово прва места (2. и 3). Из тих разлога ја сам овом новом издању додао дијету — крат-ка упутства за исхрану код најважнијих болести, каква одговара нашим потребама и нашим могућностима — те тиме употпунио захтев науке и уједно испунио

жељу многобројних пријатеља који су хтели да то уђе у ново издање. Нека би ово обоје, и лечење билем и лечење дијетом, донело пуно користи свима.

## Ар Р. Г. У В О Д

*Онај коме је познат шчин. лечења људи — нека не чува то само за себе, него нвка све изложи и другима у пуној мери.*

Парафраза св. Кцирила

### КРАТКА ИСТОРИЈА ПОЗНАВАЊА И ПРИМЕНЕ ЛЕКОВИТОГ БИЉА

Научник Лехамо казао је: „Ми сваки дан имамо примера који и највећим сумњалицама показују колико су лековите по-једине биљке. Погледајте само на домаће животиње: псе, мачке итд. Зар не видимо, чим се која од њих разболи, да одмах трчи на травке, лечи се и оздрављује, не мењајући ни у чему начин живота?" Сви примитивни народи лече се домаћим средствима, по-највише биљкама. Да би дошли до неког резултата, они су мо-рали све испитати, па и жртве дати, јер су се многи и тровали, ако нису били опрезни. Али, углавном, сви ти народи стекли су у току векова искуства да одређене биљке лече од ове или оне болести. То искуство и знање нису имали сви, него само поједини људи, може се рећи најпромућурнији. И ти људи, користећи се тиме, постали су видари или су узели на себе маску мађионичара, врача и других „виших" бића међу простом масом. То своје знање, ма колико оно било ограничено и несигурно, ови зналци чували су за себе и као тајну предавали својим наследницима, те се тако из поколења у поколење одржава-ла та првобитна вештина или наука о лечењу. Као и лекови, предавали су се из поколења у поколење и отрови који су служили човеку у борби за опстанак и у борби с непријатељем (отрови за стреле, за копља, за тровање: сипани у пиће и јело итд.). Првобитно лекаство ипак је јако коракнуло кад је дошло у руке свештенства, тога чувара науке старога доба. Оно је као друштвена каста хиљаде година чувало и искоришћавало то сазоје знање. С њиме и почиње права историја лекаства. Император Чин Нонг, каже париски професор Емил Перо, од кога узимамо ове као и далје податке, 3000 година пре наше ере знао је бар за сто лековитих трава. Њега и императора Ху-анг Ти (2637. пре наше ере) можемо сматрати за оца медицине и познавања природе уопште. Опис и изучавање биљака, час брже час спорије, напредовали су стално све до онога дана када су кинески научници Ли Чи Чи и његов син дали дело, управо енциклопедију, Бен-цао--ган-му, које је постало класично, у 52 свеске, са 1100 страница, од којих је 20 свезака (18—39) посвећено лековитом биљу.

Неки најновији лекови у медицини добијају се из кинеских биљака. У

Индији, свештеници старе вере, брамини, затим свештеници Будине вере, били су и лекари и апотекари у исто време и , лечили су дајући лекове уз певање и верске обреде. Они су своја знања пренели и у Тибет. Тибетска медицина и данас постоји, иако није подвргнута нашој, западњачкој анализи. Индијска књига о лековима и данас је најбогатија збирка написа о лековима од билака, јер европски научници још нису испитали све биљке онако како то наука захтева. У старом Египту (Мисиру) свештеници су уверавали свет да су добили знање од богиње Изиде.

Има података да су и 2250 година пре наше ере Мисирци знали за неке лекове којима се ми и данас лечимо. Тако су знали за ричинус, опијум, хашиш (сок од индијске конопле) итд. Вештина балзамовања мртвих, при чему су се употребљавали разни биљни састави, предавала се млађима само под заклетвом. Асирци, Халдејци, Персијанци, Мићани и други народи Средњег истока стицали су знања из Египта и из Индије преко Јевреја, а Јевреји су их примали од Египћана. Код њих су се лечењем бавили само левити, и то по праву наслеђа. Они су знали за многе билке, мада је код њих молитва била најјаче средство против болести. Од Египћана знање је прешло и у Грчку. И ту су први лекари били свештеници, који су такође познавали многе билке. Како се тада није знало за старе Кинезе — Грка Ескулапа прогласили су за оца медицине, а Хирона за оца апотекарства. Ова двојица живели су у VI веку пре наше ере. Орфеј, песник и лекар, чувени математичар Питагора и најзад Хипократ (485—420. г. пре н. ере) знали су за деловање опијума, кичице, пелина итд. Филозофи Платон и Аристотел били су такође лекари и продавали су лекове. У то доба људи су се нарочито интересовали за отрове. Тако је и филозоф Сократ отрован соком од кукуте (цволике, амреласте биљке *conium maculatum*). Овај сок спада у ред успављујућих отрова, делује на кичмену мождину и убија паралишући мишиће за дисање. Грк Теофраст оставио је после себе дело *Историја биља*, а Диоскорид, у почетку наше ере, дао је већ *Шест медицинских књига*, које су се доцније распрострле код Арабљана и Римљана и имале огроман утицај на ондашњи свет, као и доцније кроз цео средњи век у Европи, нарочито на њеном западу. Много се радило на истраживању лековитог биља, а нарочито отрова и противотрова од уједа змија, за време цветања наука у Александрији. Али с пропашћу Александријске библиотеке, чије је уништавање почело још за време Цезара и Клеопатре, па завршено победом Арабљана, многа су знања била изгубљена. Римљани, победивши ондашњи свет, скупили су сва знања онога доба којима су владали побеђени народи и њихови вођи. Римљани су имали славне научнике, од којих да поменемо Плинија и Галена. Гален (131—210) успева да одреди тачније начин справљања лекова од лековитог биља и постаје оцем такозване „галенске фармације“.

С пропашћу Рима пропада и ондашња цивилизација и „на-ука бежи у манастире“. Као на Далеком истоку, тако и на Западу, у току читавих столећа монопол лечења остаје у рукама калуђера. То бива и на Средњем истоку. Сам патријарх Несторије (435. г.), као изгнаник у Либијској

пустињи, предаје ме-дицину и окупља ученике — чувени несторијанци у историји — који доцније у Персији сјајно развијају ту науку.

У току целог средњег века људи су више изучавали житија свјатих отаца него ишта друго; па ипак и у то глуво доба изучавање лековитог биља није могло сасвим изумрети. Чак се и Карло Велики интересује за лековито биље и наребује и пропи-сује које лековите биљке да се гаје у његовим царским башта-ма „да би“, вели он, „служиле Аскл»учиво за нашу потребу, а не за друге“.

Преко Арабљана и њихових научника долазе с Истока нове биљке и у Италију. Они их изучавају, јер се у Корану каже:

„Онај ко спасе живот једноме човеку, треба да буде сматран као човек који је спасао живот свима.“ У току векова, мало-помало, спремање и продаја лекова почињу да се одвајају једно од другог. Јављају се многи људи ко-ји спремају и продају лекове, траве, балземе, мирисе, зачине итд. Они се одвајају од трговаца и постају засебан ред — то су већ апотекари. Они имају дужност да изврше налог лекара, који су у та давна времена још били калуђери. А тек од 1452. те гру-пе људи почињу да се деле на лекаре, хирурге и апотекаре. Апо-текари на Западу постају сарадници лекара и од њих се захтева да знају читати њихове рецепте. Разуме се, на латинском.

За време ренесансе па све до XVIII века, захваљујући раду тадашњих алхемичара који траже камен мудрости, а тако исто захваљујући проналаску штампе, открићу Америке и путовању великих морепловаца, број лековитих биљака које су донете у Европу и ту се почеле гајити јако је порастао. Многе билке и растиње за које бисмо данас рекли да су одвајкада расли код нас донети су с Истока или из других области Землје (бресква, кукуруз, дукан, опијумски мак итд.). Те билке биле су растурене по народу, а оне које због хладније климе нису могле успевати и напредовати гајене су у ботаничким и стакленим баштама.

С пропашћу Рима пропада и ондашња цивилизација и „на-ука бежи у манастире“. Као на Далеком истоку, тако и на За-паду, у току читавих столећа монопол лечења остаје у рукама калуђера. То бива и на Средњем истоку. Сам патријарх Несто-рије (435. г.), као изгнаник у Либијској пустињи, предаје ме-дицину и окупља ученике — чувени несторијанци у историји — који доцније у Персији сјајно развијају ту науку.

У току целог средњег века људи су више изучавали житија свјатих отаца него ишта друго; па ипак и у то глуво доба изучавање лековитог биља није могло сасвим изумрети. Чак се и Карло Велики интересује за лековито биље и наребује и пропи-сује које лековите биљке да се гаје у његовим царским башта-ма „да би“, вели он, „служиле Аскл»учиво за нашу потребу, а не за друге“.

Преко Арабљана и њихових научника долазе с Истока нове биљке и у Италију. Они их изучавају, јер се у Корану каже:

„Онај ко спасе живот једноме човеку, треба да буде сматран као човек који је спасао живот свима.“

У току векова, мало-помало, спремање и продаја лекова почињу да се одвајају једно од другог. Јављају се многи људи ко-ји спремају и продају лекове, траве, балземе, мирисе, зачине итд. Они се одвајају од трговаца и

постају засебан ред — то су већ апотекари. Они имају дужност да изврше налог лекара, који су у та давна времена још били калуђери. А тек од 1452. те групе људи почињу да се деле на лекаре, хирурге и апотекаре. Апотекари на Западу постају сарадници лекара и од њих се захтева да знају читати њихове рецепте. Разуме се, на латинском.

За време ренесансе па све до XVIII века, захваљујући раду тадашњих алхемичара који траже камен мудрости, а тако исто захваљујући проналаску штампе, открићу Америке и путовању великих морепловаца, број лековитих биљака које су донете у Европу и ту се почеле гајити јако је порастао. Многе билке и растиње за које бисмо данас рекли да су одвајкада расли код нас донети су с Истока или из других области Земље (бресква, кукуруз, дуван, опијумски мак итд.). Те билке биле су растурене по народу, а оне које због хладније климе нису могле успевати и напредовати гајене су у ботаничким и стакленим баштама. Тиме је свакоме иоле просвећеном и писменом човеку омогућено домаће приручно лечење — што је и циљ ове књиге — а да не мора тражити по књизи биљке и подесан начин њихове употребе.

Упоредо с тим, осим ове гдавне намене, књига има и други циљ: да омогући што јевтиније лечење. Ја сам за то да се сами помогнемо колико можемо и да искористимо домаће средство за лечење. Зашто да дајемо милионе за туђе хемијске производе кад можемо наћи лека и у домаћим југословенским биљкама? Одсада, захваљујући овом мом скромном раду — народ ће моћи да се помогне у невољи биљним лековима што их има при руци или у апотеци, али набраним у нашој земљи. Додуше, и досад је он тако поступао, тј. лечио се домаћим биљем, али је та радња била неусавршена, незналачка, несигурна. Време је било да му се помогне и да му се даду стручна упутства и у области лечења домаћим лековитим биљем. Нема спора да ово не може важити за све болеснике у граду, који су далеко од наших поља и ливада, те не могу сами набрати оно биље које би им могло бити од користи, а не умеју га ни набрати, јер многи од њих не разликују једну од друге ни врсте жита, а и лакше им је отићи у апотеку и купити себи колачиће него спремити лек. Неће то важити ни за оне који имају доста материјалних средстава и неће да узимају јевтине лекове. Исто тако неће то важити за случајеве кад се хемијски и тзв. синтетски лекови не могу заменити биљним или кад се лек добија само из прекоморске биљке. Ту болесници не треба да се варају и да губећи време очекују помоћ од биљака коју им ове не могу пружити. Искусан лекар знаће које биљке могу заменити апотекарске лекове, а које не могу. Али у сваком случају мора се увек имати на уму да је преимућство многих биљних лекова не само над хемијским лековима него и над састојцима који су добивени из тих биљака разном прерадом — као одвојени талози, кристали, издвојени прашкови, соли итд. — данас утврђена и призната ствар (Рекли, Фавришон, Мадер, Пе-ро и др.). Зато се сматра да *цела биљка*, или *цео онај део* који се употребљава, с главним састојком који садржи у себи, има много боље дејство него само један њен састојак, који је из ње извађен или издвојен путем разних лабораторијских хемијских процедура.

Разуме се да и употреба биљног лека није увек проста радња. Многе

биљке су отровне или су отровни само поједини њи-хови делови (корен, семе итд.). Код многих треба употребити само лековити део: корен, стабло, цвет, кору, или пак целу биљку. Треба умети и узабрати лековиту биљку, знати време када се она бере за лек и, што је врло важно, не помешати је с неком њој сличном, јер има врло сличних билака. Неопходно је одредити увек количину биља и дозу лека од била, као и на-чин спремања, јер се једна количина може поднети, друга већ може штетити. Старао сам се да све те потребе у овој књизи попуним и на себи постављени задатак одговорим у потпуности, ко-лико се год то боље могло.

Што се тиче материјала, грађе, одакле сам црпео сва ова знања, осим оних која сам имао и раније из своје медицинске струке — сматрам за потребно да наведем ове податке. У нашој литератури имао сам претходника. То је био др Сава Петровић, сан. пуковник. Он је штампао књигу *Лековито биље у Србији* још 1883. године. У тој својој књизи, која је да-нас врло ретка, он рећа и описује лековите биљке више као ботаничар а мање као лекар. У предговору те своје књиге каже: „Познавање популарне употребе биља у лекарству нужно је за лекаре ради поуке нашег народа, који често пропада због тога што се у своја домаћа, непоуздана средства ослања, па због то-га и сувише доцкан помоћи тражи од научне медицине, или је никако не тражи.” Из тога се може извести закључак да је књига била написана више за лекаре, јер сумњам да се ико други могао њоме служити, а најмање народ, коме је она по свом саставу и садржини остала неприступачна. А и сами ле-кари не могу се њом служити, јер су у њој рећане бил>ке, једна за другом, без икаквих ближих одлика и груписања. Ја сам се ипак користио њоме утолико што нисам уносио /у своју књигу оне лековите билке, с малим изузетком, којих нема код др Са-ве Петровића, сматрајући да таквих код нас и нема. Познавање биља је сад много веће него раније у Србији, те ће се данас на нашој територијк наћи и већи број нових биљака — што има тек да се утврди и те биљке искористе.

Сматрајући да је он српски језик и народне називе добро знао — ја сам се ослонио углавном на њега и називе биљака за наш део земље стављао према његовој номенклатури (врло ма-ли број и по Кошанину). За називе биљака у другим крајевима наше земље (Хрватској, Словенији, Војводини и др.), не го-ворећи о основном, научном називу — латинском, служио сам се књигом Ј. Стипанића, у којој се могу наћи упорелни називи (али не сви) лековитих билака на-ведених у мом делу (опет не свих). Тиме је омогућено да се књигом служе сви крајеви у нашој земљи. Свуда где сам се служио радовима и мишљењем тућих пи-саца — то сам навео. Не желим да ми се пребаци да сам се китио тућим перјем, да кријем туће заслуге за науку. Друге књижице о лековитом биљу на нашем језику које сам прелиставао нису ни за помињање, јер су без значаја. Не-тачне су за лекаре, а слабе за болеснике. Уосталом, све књиге и књижице те врсте могу да се сматрају застарелим. Ово уто-лико пре што се и праве стручне, медицинске књиге које су штапане пре рата могу сматрати такоће застарелим. Свуда су у њима потребне исправке и допуне, а о нестручним да и не говоримо. Нарочито се морају писати на новој основи књиге о лече-њу лековитим биљем кад се намењују широј читалачкој пуб-лици и лечењу народа. А без

француских научника, у првом реду Леклерка, као и немачких (Ернеста Мајера) нема сигурности и основе за научну обраду те материје. Тако сам и ја по-ступио. Овај нови покрет за лечење биљем, који се сад и на Западу нарочито појачава, потпуно одговара потребама нашег време-на. Настала је епоха кад треба гледати на ствари сасвим обрну-то него што је то чинио др Сава Петровић; наиме: баш лекари треба да познају лековито биље да би га могли препоручивати болесницима, али у оној мери и у оним случајевима кад оно може поуздано заменити друга сложена индустријска средства. Било би претеривање кад бих ја, као дугогодишњи лекар практичар, тврдио да се све може постићи лековитим билјем, као што је погрешно уверавати свет да је болесницима спас само у оним колачићима, зрнима, хемијским растворима и обо-јеним обландима које свакодневно трпају себи у организам. Истина мора да је негде по среди. Али кад од билних лекова имамо исто дејство, а имамо да бирамо — бирајмо билјне лекове, јер су они сок из живог биља, каткад срж билке, који де-лује на живо ткиво мекше и нежније него хемијски препарати, фабрички производи. „Они који се лече биљкама — успевају у животу боље и живе дуже“, рекао је још пре триста година научник Освалд Гролиус (Леклерк). Наше је да следимо савете ученијих, практичнијих и кул-турнијих. Једно је само потребно: да победимо свој немар и лењост и да будемо боли прегаоци на изабраном пољу, и успех ће се брзо показати.

## НЕОПХОДНА УПУТСТВА ЗА БРАЊЕ, ЧУВАЊЕ И УПОТРЕБУ ЛЕКОВИТОГ БИЉА

Како су у погледу ових упутстава сви стручњаци у главном сложни, а неки као да су се чак договорили шта ће да кажу, као нпр. Рекли' и Дроз — ми ћемо се послужити правилима која су они израдили, с неким допунама других аутора (Роле и Буре и др.), као и самог писца.

### БРАЊЕ

Да би једна биљка имала корисно и снажно деловање, на које би се могло рачунати кад се она буде примењивала, треба да буде узабрана у одређено време: кад су саставни делови којима она делује у пуном развитку и напону. Ово време није за све биљке једнако, па и за све њихове поједине делове који ће се употребити. За пример узмимо босиљак. Три научника: Шарабо, Лелу и Хеберт, показали су да се уље које се ствара у његовом лишћу постепено сели у цвеће, тако да га у моменту цветања нема више у зеленим деловима биљке. После цветања и оплођавања цвета један део уља враћа се натраг у зелене де-лове, а други се, изгледа, потроши. Према томе, босиљак треба брати у моменту пуног цветања. Из те појаве може се извести закључак да све билјке које дају уље (зејтин) треба брати кад се сасвим расцветају. Делове билке изнад земље треба брати кад је време суво, после росе, а не за време кише, олује итд., нарочито кад се бере цвеће

и лишће. Научници саветују да онај ко хоће да тргује биљем треба да се ограничи постепено на једну билку, тј. да се специјализује у томе, или само њу да гаји. Треба кндати пажљиво, да се биљке не гњече. Такоће не треба сувише натрпавати котарицу, јер је цвеће нарочито неж-но, а још мање треба л'урати све у неку врећу, где се биљке или њихови делови брзо успаре, пожуте и поцрне. Нарочито треба одвојити билке које су отровне од оних које то нису, јер доц-није може доћи до тешких последица. Због тога је потребно да се билке обележавају одмах на лицу места. Чим се берач или биљобер' врати с бербе, треба одмах да простре биљке, цвеће, лишће у танке слојеве или редове да би се избегло успаравање. После се прелази на право сушење.

У завршном делу књиге изнели смо календар и правила (по француској фармакопеји) кад се која биљка бере и који њен део се узима за лечење — па се читаоци могу тим упутствима и служити. За поједине делове биљака важе и нека нарочита упутства, зато ћемо и њих поменути.

## Корен

За брање корена једногодишњих биљака најбоље је доба ире цветања биљке. Корен двогодишње билјке бере се у јесен, кад је прва година већ завршена. За корен или жиле дугогодишњих биљака важи ово правило: не брати корен такве биљке ако нема

Реч „скупљач“ не ваља из разлога што се скупљају готове или мртве ствари са земље, а биље, или воће бере се с нечег.

већ две или три године. Њих можемо брати у доба кад је њихово бујање у пуној снази и на врхунцу. Јер кад су такве билке много старе, њихово корење постаје дрвенасто и често пати од билних болести, које му мењају својство, нпр., корен од навале (папрати против глиста) најбоље је брати у лето или у почетку јесени.

## Кора

Кора се скида с грана дрвета које није ни старо ни младо, већ у средње доба свога раста, и с грана које имају 2—3 године. Кора се скида у пролеће, кад дрвеће почиње бујати, ако је смо-ласто; и у јесен, ако то није, нпр., кора домаћег дрвећа, као што је храст, брест, зова — бере се у јесен после листопада или у пролеће пре листања, ако је дрвеће старо. Кора храста скида се с грана као глатка трака и боља је него кора са стабла која је више или мање испуцала и изменила се због ваздуха и влаге. Кора бреста скида се такоће с грана, чисти се од спољњег слоја и спрема у облику узаног ремења (каиша). Кора зове узима се од једногодишње гране и гули се од



стабла у комаде. Кора па-сјаковине и крушине скида се у комаде, итд.

## Пупољци

Пупољци се беру у пролеће пре њихова потпуна развића или кад се почне развијати биљка, жбун или дрво (нпр. од то-поле, бора).

Лишће и цела биљка

Њих треба кидати, нарочито лишће, у почетку лета, у суве дане, један или два часа по изласку сунца и, као што смо рекли, кад опадне роса. Треба их брати у стању пуног развића бил.ке, у моменту кад се органи за плоћење почну развијати; дакле, нешто пре цветања. Овај згодан моменат, поред осталог, бирасе и зато што је лишће, ако је младо, сувише водено., а ако је сувише старо, сиромашно је у лековитим састојцима. Поред тога, лишће пре самог цветања биљке има највише лековитих састојака, нпр., напрстак: његово лишће треба брати друге године и пре самог цветања. То исто важи и за велебиље, бунику, татулу и једић.

Цвет, цветне гране, цваст

Ови делови се беру као и лишће, тј. кад је роса већ опала; већина цветних грана треба да се бере у моменту развијања цве-та, тј. пре потпуног развића цвета. Али ароматични, миришљави цветови, као нпр. рузмарин, лавандула (деспик), мајкина АУ-шица, вранилова трава, изоп, нана итд. беру се за врбме цветања То исто важи и за пелен, матичњак, сасу (у цвету).

Често су цветови сувише ситни да би се могди чувати сваки посебно. Уз цветни и мирисни део понекад се налази и лишће биљке, обично на врху стаблике. У том случају бере се цео горњи део биљке, који носи назив и цветни део, цветна грана, цветни врх, цветна стабљика, цветни грозд, цваст.

Све гране с цвећем (врхови и стабљике), а одрезане испод цвета и везане у ките (ликом итд.), не треба гужвати нити их скупљати у вреће, нити им дати да се успаре, да не би почело у њима врење, ферментација.

Од свих биљних делова цвет изискује највише пажње. Он је најнежнији и има највећу цену и вредност, већу него лист или корен.

## Плод, род

Плод се бере (нпр. јатода, малина итд.) кад потпуно узри. Плодови који се имају сушити беру се нешто пре свог сазревања (нпр. шипак). Семе и зрна Семе и зрневље сакупљају се кад су потпуно зрели.

## СУШЕЊЕ И ЧУВАЊЕ

Кад би било могуће брати лековито биље преко целе године, онда не би било потребе да га човек чува. Али, како су биљке подложне врењу и другим променама и могу да се кваре, потребно је чувати их пошто се уберу. Да би се избегле штетне промене услед којих биљке губе своје лековито дејство, па мо-гу ако се покваре и да шкоде — њих пре свега лишавамо воде тиме што их сушимо.

Ово сушење је деликатан посао који захтева много пажње, неге и чистоће тог убраног биља. Јер од начина како се тај посао изврши зависи и доцније деловање саме биљке, ако желимо да сачувамо у потпуности њену лековитост за дуже време. У том циљу оне се излажу сунчаној топлоти или се стављају у пећницу, или у нарочите сушнице, разређују се у танке слојеве на леси, или по затегнутом платну, које треба протрести неко-лико пута дневно.

Биљке које су исушене у сенци или на ваздуху сачувају своју боју дуже и своја својства боље.

### Сушење лишћа и целих биљака

Доктор Мадеф каже: „Такве биљке као што су грчица (*menanthes trifolata*), просинац (*mercurialis*), димњача (*fumarija officinalis*) итд., које се суше на слободном ваздуху — треба су-шити напољу. Али мирисне биљке које садрже у себи извесно уље захтевају да буду сушене бар у амбару, ако нема нарочито за то спремљене сушнице." Лишће или целе биљке које би се сушиле сувише дуго и по-лако и на влази понеки пут изгубе свој мирис и поцрне. У таквом стању, кад поцрне, оне су лишене лековитог дејства и кат-кад су за употребу опасне.

### Чување корења

Ситно и мало сочно корење суши се повешано у свежење и у ваздушној сушници. Може се такође изрезати и порећати по леси. Тога, на срећу, код нас има доста! Да би се корење очи-

•стило од земље, обичај је да се најпре добро опере. Ако се при-мети да је по сушењу ипак негде остало на њему земље, оно се поново испере. Затим се остави да вода с њега испари и онда се суши како је речено.

Корење које садржи у себи слузи, као нпр. слез, итд. —

-суши се тешко. Зато га треба сушити у пећници или у пекарници.

### Цветови и цветно грање, гроздови, цвасти итд.

Цветови треба да буду исушени што је могуће хитније, због тананог састава њиховог ткива и што се лако мењају.

Они никада не треба да буду изложени сунцу, јер сунчани зраци упијају њихову боју и разлажу њихове делотворне са-стојке.

Кичица, геспин цвет, богородичина трава, лавандула итд. могу бити сушене у малим снопићима окаченим у сушници.

## ДАЉЕ ЧУВАЊЕ ЛЕКОВИТОГ БИЉА

Корење, лишће и цветови, кад буду исушени треба да се такве било у кесе од хартије било у кутије које се добро затварају, да не би продрли ваздух, светлост, влага или прашина. Исушеном биљу највише шкоди влага: она проузрокује трулење, а све биљке које су примиле влагу губе од својих лековитих својстава. Ако се тражи да буду употреблене свеже биљке — што је у мојој књизи при употреби сваке биљке напоменуто — онда је сушење потребно само за зиму или највише за једну годину дана, после чега се старо исушено биле мора бацити и набрати свеже, у доба цветања, или када је то речено. Поменути начин чувања биљака једино је и могућ у домаћинству. Други је онај који су пронашли француски научници Перо и Горис. Он се састоји у томе да се лековите билке, чим буду узабране, подвргавају дејству вруће алкохолне паре, затим се излажу струји топлог ваздуха да их продува и исуши. Тим начином уништава се дејство разних плесни и ензима који се налазе на и у ткиву биљака и онемогућава врење у њима. То је, по моме мишљењу, једна врста пастеризације (као што се пастеризује млеко). Тако спремљене билке дају при употреби праву физиолошку исцелителну течност (екстракт), у којој се налази целокупна и тачно одређена количина лека што га та биљка има и којим она стварно дејствује, и то с јачином много већом, јер су ту на окупу сви делујући састојци. Овакво сушење могу да врше апотекари, али могу и трговци лековитим биљем, као и интелигентни људи у народу који заволе овај рад.

## НАЧИН СПРЕМАЊА И УПОТРЕБЕ БИЉА

Оно што важи за једну биљку може се применити на све билје. Наиме, најлакше и најчешће се примењује лек од биљке у облику чаја, а теже је хемијским путем извучити из ње само један састојак. Али осим чаја примењују се и други начини спремања лека од биља. Чај се добија преливањем биљке кључалом водом: лишће, цвет, исецкан корен — попаре се, али се не кувају, не оставља се да кључа. Да би се спремио чај, онако како ваља, треба узимати што је могуће свежију воду, чисту и провидну. Речна вода, изворска или чесмена, боља је од бунарске, која, услед тога што садржи у себи креча, стврдњава делове биља узетог за чај, тешко продире у њих и даје лошији чај. Добар чај не сме да проври. Осим по изузетку.

Других начина спремања лека из лековитог биља има углавном четири, и то:

1) Мочење или раскишњавање, потапање у течност, најче-шће у воду. Научно се то зове мацерација — што значи исто. Оно се састоји у томе да се лековити биљни материјал потопи у воду (може се рећи да наше селанке „мацерирају“ конопљу кад је моче, потапају у стајаћу, мало покретну, барску воду) и ту остаје за време од 1 до 48 часова, или дуже. После овога до-бија се такозвано биљно „вино“ — или „вино од лековите билјке“. Ја ћу то „вино“ — крстити расб или расол, јер потпуно од-говара расолу добијеном од купуса. Дакле, мацерација значи расб, добијен раскишњавањем билке, да би се извукао из ње лековит састојак у течности.

2) Кување (научно: декокција) састоји се у томе да се, као што и сама реч каже, биљка кува неко одређено време, од 15 минута до 1 сата. При томе се мора водити рачуна о материјалу који се употребљава, јер дужина времена кувања зависи од тога да ли смо узели корен, кору или лишће. Корен се, нпр., тешко раскишњава и тешко испушта у воду своје састојке, док лишће то чини врло брзо. Резултат кувања јесте *одвар*.

3) На трећи начин лек се извучи из билке помоћу алкохо-ла, најчистијим или слабијим алкохолом (од 96, 90, 80 или чак од 60 процената), а у народу љутом ракијом или већ популар-ним нашим вињаком, мада су они за ту сврху слаби „извлака-чи“. Тако извучен лек помоћу алкохола даје се само у оној ко-личини, у оној дози, коју .прописује упутство за корДшћење сваке билке напосе. Зато треба ово руководство имати увек при руци — да се нешто не заборави и не погреша

При оваквом начину треба знати да ли се лек *справља од свеже билке или од осушене*. Ако се лек *справља* од свеже имамо тзв. *алкохолатуру* тога лека, тј. спиритусни „расол“, гаскис (слично нашој пелињачи, клековачи, итд.), а ако је лек добијен из суве и осушене билке — имамо *тинктуру*, тј. леко-вите капи тога и тога биљног лека. У књизи се та разлика свуда . истиче.

Алкохол мора бити *јак*, чист, од 96% или нешто слабији, до 80%. Домаћи начин спремања изнет је у последњој глави под насловом „Домаћа аптека“.

Потребно је да се и ово упамти, јер ће се даље тај начин спремања лекова често препоручивати као бољи него што су чај и одвар („кувани чај“),

Препоручивало се раније, па и данас се препоручује, да се лек даје у облику прашкова, било од корена, или од лишћа, било да се туца стабло, праве каше — све за унутарњу употребу (да се пије и гута). Али је у том облику необразованом човеку, и лаику уопште, тешко одредити количину — дозу. Ипак, где то буде боље и за препоруку, ми ћемо и нагласити, тј. да је нај-боље узети лек у прашку.

4) Четврти је начин спремање лека с вином. Корен, лист или цела бил,ка — како где, ставља се у вино, ту остави да кис-не најмање 8—10 дана. Затим се то процеди и пије по упутству. Та медицинска вина не подноси сваки стомак, али онде где се подносе имају велику лековиту моћ.

Кад нека биљка од које желимо добити чај има у себи ул»а (зејтина, есенције), као нпр. рузмарин, нана итд., мада уопште све билке имају свој мирис — онда је треба прелити кључалом водом и оставити је да кисне 15

минута на топлоти од око 80°C. Само да не прокључа! Јер ако прокључа, или се кува, таква биљка изгуби велики део својих мирисних састојака, који с во-деном паром оду у ваздух.

Кување корења или дрвета, или њихово мочење и раскиш-њавање, траје према њиховој тврдоћи.

За неке биљке зна се колико времена треба утрошити па да се спреми чај. Тако нпр. за чај од линцуре потребно је 10—15 минута, за чај од одољена (валеријане) треба 20 минута; корен од водопије (женетрге, цикорије) треба кувати 25 минута. Али је најбоље држати се оних прописа како је одребено у књизи код појединих болести. Ако то није наглашено, онда за чај биљкао треба да кисне 6—10 минута.

Врло се често при употреби биљака, да би се дао добар укус леку, додаје сируп (сок од шећера), па било да је тај си-руп направљен од шећера и воде, или од чаја неке билзке (њене коре, плода, цвета, сока итд.) и шећера. Да би се сируп добро очувао, тј. да се не уплесниви, да се не ушећери итд., потребно је да количина шећера у односу према течности с којом се меша буде одређена. Обично се на 100 грама течности узима 180 грама шећера (или на 1000 грама до 1800 грама). Уопште, пропис је 5:9. Сируп се спрема на тај начин што се шећер рас-твори у течности на умереној ватри. Кад хоћемо да спремимо неки миришлџави сируп, онда шећер растварамо у хладној води.

## **ШТА ЈЕ ТО ЕКСТРАКТ. ИСЦЕВЕВИНА, ЗГУСТАК, ТАЛОГ: ЖИДАК, ГУСТ ИЛИ СУВ, ВОДЕНИ ИЛИ АЛКОХОЛНИ**

Овде се мора додати објашњење за неке облике лекова који се често помињу у књизи, а и у животу, а који се добијају из лековитог била на нарочити начин. Лек из биљке добијен у об-лику згустка (екстракта) каткад јаче делује него лек у облику чаја. Зато за оне случајеве где је то боље, и за оне лаике-ама-тере који могу то спремити, допуњујемо овим наша упутства. Мада је најбоље да то чине апотекари, опет, у згодној прилици в у неволи, кад биљка не спада у ред јаких и отровних, могу то извести и паметни људи. Како се то чини, нека читалац потра-жи у глави „Домаћа апотека”.

Лек у виду извученог згустка (екстракта) од неке биљке добија се на тај начин што оставимо да из чаја од ње или њеног сока или њеног алкохолног расола испари течност. За ово није нужна нарочита лабораторија.

Течност испарава све дотле док се не добије или жидак или мек талог, у коме се налазе сви лековита састојци биљке. Да би се извукли лековити делови из биљке, употребљава се вода, алкохол и, понекад, етар.

Течан згустак је јачи него мек или сув. Али, ипак, како кад. Згусци служе да се од њих справљају напици, медицински раствори, сирупи, пилуле, чепчићи, па и помаде.

За добијање згустка — у нашој фармацији прописана су извесна правила;

Лековита биљка мора се иситнити.

Течности: вода и алкохол (и етар), помоћу којих се извлаче лековити састојци, морају се употребити у прописаној количини.

Течности морају бити бистре и испаравати на пари у порцуланском посућу, при чему треба непрестано мешати.

Када течност с алкохолом испари до густине сирупа, при даљем испаравању треба додавати помало алкохола да би се растворио смоласти талог, који би се одвајао.

Затим, сами згусци могу бити тројаке врсте: житки, густе и суви:

житки екстракти имају густину меда;

густе — који су на обичној топлоти густе као какав маџун, пекмез — садрже 10—20 делова воде,

суви су они који се могу растрљати у прах, а садрже отприлике пет делова воде.

Згусци треба да имају свој особити укус и мирис, да се растварају брзо у течности којом је лек био извучен и да имају прописану јачину.

Згусци не смеју бити бућави и, разуме се, не смеју садржати никакве метале, нарочито бакар.

Згустке треба чувати у добро затвореном суду на сувом и хладном месту.

Ради добијања таквог облика лекова — згустка (екстракт-та), најбоље је обратити се стручним лицима, апотекарима, који знају све прописе и имају посуће потребно за извлачење њихово из лековитих биљака.

## ДОЗА — КОЛИЧИНА ЛЕКА

У погледу дозирања, тј. одређивања количине једног лека од биља (чај, одвар, алкохолни расо итд.) коју треба узети — може се рећи да се овде не треба бојати толико колико се бојимо кад узимамо познате јаке или отровне лекове из апотеке.

Ипак, иако су овде у употреби већином чајеви и одвари, не може се дозволити да то одређује болесник „према својој при-роди“, како каже Дроз, или како му прија, тј. да ли више или мање, да ли реће или чешће. Како ја, као лекар, неодређене и нејасне савете не могу признати, налазим да њих треба изрицати тачно, одређено да не буде забуне, јер ни болесник ни они лаици око њега нису у стању да размишљају и да решавају о тим стварима. Зато саветујем да се сви држе прописа, ма колико да су лекови од билја-ка, нарочито у виду чаја, доста растегливе количине, тј. код њих не мора да се гледа баш на сваку кап или грам

*Напомена:* У књизи ће се већ одређивати количина лека и начин спремања, али доза која се пропише важи за одраслог човека средње грађе и јачине.

Што значи да ако одрасли човек узме целу шољу чаја или одвара или целу дозу капљица, онда деца од 12 година треба да узимају половину те дозе (пола шоље, пола кашике, пола кашичице, половину броја каплица, половину прашка итд.). Деца од 8 до 10 година треба да узимају трећину дозе за одраслог, деца од 6 до 7 година — 1/4 дозе, а од 3 годи-не 1/8,

испод три године  $1/8$  или  $1/10$  дозе за одраслог. И тако подешавати према узрасту. Али и слабије жене и старији људи преко 60 година треба да узимају мању дозу него снажни људи између 20 и 60 година. Старци преко 70 година, а тим пре они преко 80 година, треба да узимају  $3/4$ , односно  $1/2$  дозе, као де-ца, па и мање — што зависи од стања њихових бубрега, тј. од способности њихове да луче мокраћу. Мокраћа треба да се че-шће контролише, мери и анализира. Мршави, слаби људи, ис-трошени радом или болестима, нарочито жене, и у доба од **20** до 60 година, треба да узимају нешто мању дозу него што је прописано за мушкарце тога доба и јаког састава.

Главни је овде чинилац за многе болеснике укуе и мирис справљеног лека, али се то мора преодолевати. Наш народ зна за ону истину коју потврђује и наука: да *уколико неки лек има јачи мирис — утолико је његово дејство јаче*. Не треба спремати одједном велику количину лека, нпр. литар или чак више од литар и по чаја, јер он губи свој мирис, а лети услед врућине постане горак.

## **ВРЕМЕ КАД ТРЕБА УПОТРЕБИТИ ЛЕК**

Лек треба узимати наште срца, пре јела иаи после јела, или у току дана изван obroka (2—3 часа после јела) — како је ко-ме одређено код појединих болести. Одређивање времена за-виси од тога шта се жели постићи: искашљавање, боли апетит, или подстицање на рад стомака, црева, бубрега. Већином се лек узима кад је стомак празан, нарочито чајеви (пелен, кичица, ситна бела рада, горке биљке уопште), јер тада не надражују стомак.

*Кад св користи биљно вино, треба га узимати после јела*. Оно није добро за болеснике с р&авим варењем у стомаку и слабим нервима, чак и кад је кодичина алкохола у њему врло мала (око 14%).

Лекове који се узимају ради болег сна или против несанице — треба узимати пре спавања (валеријана, чај од липе), **и то** најмање на један час или час и по после вечере, а пола часа пре спавања, тј. у време кад је храна у стомаку једним делом већ сварена.

Не треба одједном, наискап, попити чашу или шољу леко-витог чаја. Јер кад се узме у 2—3 размака, чај не замара сто-мак и делује боље. За преслабе стомаке најбоље је узимати на свака два часа по једну велику кашику; или, ако прилике нису zgodне (човек се налази на послу, на служби, на путу итд.), дају се по три велике кашике ујутру, три у подне и три увече, и то пре јела, ако није друкчије прописано у књизи.

Боље је узимати напитака млак, топао. Благих чајеви се могу зашећерити или не, према укусу болесника. Горки чајеви не треба да буду зашећерени, јер од тога бива болесницима мука и оида их тешко подносе. Има случајева кад чајеве треба узимати врло вруће. То је онда кад се жели да се загреје изнутра цело тело и да се постигне знојење. То би било у ствари најједноставније лечење. Али се савремена медицина није могла задовољити само тим начином узимања лекова, па је зато испитала и увела у праксу и друге, које смо поменули напред, а помињаћемо и у књизи где треба. Биљни лекови, у већини случајева, могу се употребљавати у току 3—4 недеље, па и цео месец дана. Ово нарочито важи за лекове који се употребљавају у пролеће ради пречишћавања крви.

## ПОДЕЛА ЛЕКОВИТОГ БИЉА

Досадашња подела лековитог била вршила се на основу резултата који су њиме добијени, тј. само по спољним знацима његова деловања, без обзира на карактер и суштину болести. Тако, нпр.: види се оток и узима се лек, али услед чега је тај оток, који је орган у човеку болестан — то се није ближе знало, итд. „Зато што оне (биљке) тако делују“, али да ли су ту лења црева, или је оболела јетра, односно да ли постоји нека заразна болест, назеб итд. — такође се није много испитивало.

Савремена медицина проучила је ближе та деловања биљака и према њима их је сврстала у групе. Али практичне користи од тога могла су имати само стручна лица, и то не сва, јер, као што смо раније рекли, хемијски препарати потисли су многоме билне лекове. При томе су стручњаци вршили поделу по својој увиђавности: неко у двадесет и четири групе (Дроа), други у седамнаест (Леклерк), неко у још више итд.

Ево једне од тих подела:

- I група: биље које има својство да места на која се облаже размекшава и ублажује.
- II група: биље које изазива апетит.
- III група: биље које има особину да стеже делове слузокоже с којима долази у додир, и на тај начин крепи, ојачава тај орган за рад.
- IV група: биље које су у стању да делују против кашља, против надражаја у плућима и уопште олакшавају избацавање нездраве слузи из плућа.
- V група: биљке које имају својство да истерују гасове из тела: стомака и црева.
- VI група: биљке које су у стању да пречишћавају крв и сокове организма од штетних материја.
- VII група: биљке које изазивају знојење. VIII група: биље које делују против пролива.
- IX група: билке које изазивају боље мокрење. X група: биљке које помажу лечењу женских болести. XI група: биљке које делују против грозница. XII група: биљке које



делују благо или јако против затвора. XIII група: биљке које делују против болова. XIV група: биљке које подстичу поједине органе на рад, тј. ојачавају и крепе цео организам.

XV група: билке које помажу избацавање глиста. XVI група: билке које терају на повраћање. XVII група: билке које делују против разних болести сто-мака, јетре и других унутрашњих органа.

XVIII група: билке које се употребљавају за лечење рана и повреда по телу.

XIX група: билке које служе умирењу нерава. XX група: билке које помажу лечењу срчаних болести. Број ових група може се смањити или повећати према томе како ко гледа на ствар и какве циљеве претпоставља. Оваква подела на први поглед изгледа и добра, али је за примену не-згодна и непрактична. Јер има биљака којв се примвњују у лв-че-њу више болести, па је нестручном човеку тешко одредити кад их треба применити. Због тога практичну примену лекови-тог биља треба извести на други начин, а то може бити само према већ одређеним болестима, које су више или мање позна-те и сродне.

Постојале су поделе и према деловању биљака и њиховим фамилијама. Али се то није могло одржати, јер иако су биљке биле истог рода и исте врсте, ипак су оне могле разно деловати. Описивање самих биљака и њихове примене не доприноси ни-чему. Изрећати све биљке — још је тежа ствар. Број биљака је врло велик, тако рећи непрегледан, јер их има 700 000—800 000, а и број болести, кад узмемо да је тачно оно: да колико има болесника толико има и болести. Али се и болести могу сврста као ретке. Према тим болестима, дакле, треба да се издвоје оне лековите билке које помажу, а којих има у нашој земљи. И наш је задатак био да по болестима пропишемо лекове, а не обрнуто; тј. ми ћемо постићи и бољу расподелу лековитог биља и кориснију његову примену у пракси. У том циљу ми смо нашли за згодно да лечење лековитим биљем одредимо по следећем распореду болести:

## I група

Болести уста, десни и гуше (крајника) и носа

## II група

Болести органа за дисање

1. Болести грклана, душника и бронхија:

а) Акутни бронхитис, назеб итд.

б) Хронични бронхитис

. Обољења плућа:

а) Акутно запаљење плућа.

б) Запаљење плућне марамице.

3. Последице хроничног обољења плућа:

а) Проширење плућа.

б) Старачки бронхитис, заптивање итд.

4. Астма.

5. Туберкулоза плућа.

6. Велики кашаљ, „магарећи кашаљ" код деце.

7. Срчане тешкоће у вези с плућним болестима (узајамне компликације).

## III група

*Болести органа за варење*

*Болести стомака:*

1. Слабост, млитавост стомака као органа за варење. — Одсуство апетита услед психичких, душевних узрока. Слабост стомачних мишића.

2. Болести и грчеви у стомаку (наследно слаби стомак и компликације с другим болестима, нарочито женским, болестима јетре, жучне бешике, слепог црева и др.)

3. Неправилно варење у стомаку (неуједначеност у лучењу сокова), у подстомачној жлезди (гуштерачи — панкреасу):

а) услед недовољног лучења стомачних сокова;

б) услед повећаног лучења стомачних сокова;

в) услед нервних поремећаја стомака.

4. Катарално обољење слузокоже стомака с повраћањем, боловима и другим променама (проширење, спуштање, промена положаја стомака).

## Болести црева:

Млитавост мишића, нарочито цревних жлезда. Гасови у цревима и надимање. Затвор. Шуљеви.

Катар танких и катар дебелог црева: услед заразних клиста, оболења јетре, хроничног тровања. Проливи. Глисте.

## IV група

Болести осталих трбушних органа: јетре, гуштераче, слезине

## V група

*Срчане болести и болести крвних судова*

## VI група

Болести бубрега

Акутна и хронична запаљења и обољења:

а) рђаво мокрење;

б) оток;

в) сопствено тровање (азотемија).

## ***VII група***

Болести бешике и мокраћне цеви

## **VIII група**

Болести разменв хранљивих и других састојака (материја) у организму

Гојазност.

Подагра — „гихт“, зглобобоља.

Шећерна болест.

Камен и песак у бубрезима и мокраћној бешици.

Реуматизам.

## **IX група**

Болести крви

Малокрвност, слабокрвност. Болести жлезда уопште. Скрофулоза.

## **X група**

Нервне болести

Слабост нерава, превелика надражајност, неурозе, прободи, неуралгије, болови по телу, несанице, главобоље, епилепсија, слабост, полна претераност.

## **XI група**

Женске болести

Бело прање, грчеви за време и после менструације. Застанак и изостанак периоде. Сувишно прање. Крварење.

## ***XII група***

Болести коже, венеричне болести

## **XIII група**

*Хируришке болести* Ране, убоји и друге спољне озледе.

## **XIV група**

*Заразне болести, грозница и грозничава стања*

Само се по себи разуме да овде нису обухваћене болести код којих је потребно применити „огањ“ и нож: многе очне, ушне болести, ницине, тумори итд., као и болести које се лече само лековима од прекоморских биљака или само хемијским препаратима: заразе крви, сифилис итд. Али је углавном обухваћено све што се може лечити билем.

Могао сам начинити и речник болести и онда за сваку бо лест оделито, по азбучном реду, набрајати биљке, као што је то радио др М. Рецлу, али ја сам извршио расподелу

биља по главним групама сродних болести и мислим да сам поступио прак-тачније него он и сви други који су се пре мене бавили овом материјом.

Уосталом, за наш народ и његове прилике, а према његовој просвећености и потребама — учинио сам овако и мислим да рад овај убудуће треба само попуњавати и усавршавати, али у основи не мењати.

Ми ћемо то и чинити, ако књига наиђе на добар пријем — чему се и надамо.

## ПРВА ГРУПА

### БОЛЕСТИ УСТА, ДЕСНИ, ГУШЕ И НОСА

Хигијена захтева да се уста одржавају чисто, иначе насту-пају болести слузокоже: у устима, на деснима поред зуба, је-зика, на крајницима и у гуши као целини. Најмања повреда: раница, опекотина, катар, запаљење, смета жвакању, гутању и говору. Поред тога, иако су ове болести на изглед незнатне, ипак могу да утичу на опште стање здравља. Има болести стомака које су последица болести зуба, јер ситни организми, микроби, којих има веома много и веома разноликих у устима, у гуши, и код чистих људи и у обично време — у нечистим устима и не-повољним приликама за човека, а повољним за њих, још се ви-ше множе и расејавају, каткад се „развију“, тј. бивају разнети путем крви и сокова по целом организму и трују га, изазивају-ћи нове, каткад тешке и смртоносне болести. Кома није познато да се од тешке гушобоље може заразити крв и умрети!? Јаке главобол.е, болови у зглобовима руку и ногу, жигови по телу могу потицати из неког огњишта у устима и зубима.

Због тога је од велике важности да се избегава трулеж зу-ба, надражај и запаљење десни, гнојење појединих места, пли-кови по слузокожи у устима и по језику. Ови последњи могу доћи и од многог пушења, од дувана, од многих љутих јела и код радника који у индустрији имају посла са живом. За непријатан задах из уста, који многим смета да буду пријатни у друштву, поред других узрока болести у плућима, стомачих болести) криви су и они сами, јер нису пазили на хигијену својих зуба и уста. Још потребнија је хигијена код болесника, нарочито оних који су у грозници. Уколико је болесник тежи и немоћнији, утолико је дужност његове околине већа, наиме, да неизостав-но, топлом водом, минералном водом или просто трљањем и брисањем наквашеном крпицом чисти зубе, десни, језик и гушу од трулежи преосталог пића и јела и нагомилане слузи и микроба.

На жалост, у билном свету немамо много сигурних сред-става која одмах убијају микробе (бациле и коке), и која би спречила или прекинула одмах запаљење или трулеж, као што нам то даје хемија, али ипак извесне билке могу дати и миришљава, стежућа или освежавајућа средства за примену код болести ових делова тела (уста, десни, гуше). У последње време хемичари су пронашли у биљкама тзв. фитонциде, састојке који убијају многе микробе (у рену, у лишћу парадајза, роткви, лу-ку и др.).

Од средстава која би заменила све оне прашкове, каше, са-пуне („калодонт“) итд. што се употребљавају за чишћење зу-ба и десни — најбоље би било ова вода, коју може свако да спреми, чак и ако нешто докупи чега нема у кући.<sup>1</sup>

Зрна од анасона (анис) ..... 30 грама  
Коре од цимета ..... 8 „  
Каранфилића ..... 8 „  
Уља или есенциде од нане ..... 8 „  
Ракије или алкохола 20%-ног ..... 857 „

Све ово треба оставити да кисне осам дана; затим процедити. Употребљавати помало у млакој води ради испирања уста. Или наквасити лоптицу памука у том раствору и њоме истрлати де-сни после јела или пре спавања.

<sup>1</sup> Овде и у неким изузетним случајевима морамо одступити од свога правила да само домаће билке узимамо за справљање лекова. Чинимо то ради потпуности излагања да бисмо код свих главних болести могли употребити домаће лекове, па ма они, с изузетком, билн допуњени страном биљком, чак и хемијским познатим производом.

Може се спремити и овоме сличан раствор по следећем ре-цепту:

Анасона ..... 5 грама  
Цимета ..... 5 „  
Каранфилића ..... 5 „  
Кармина (црвене боје) ..... 10—20—30 капи  
Уља, есенције од нане ..... 3 грама  
Алкохола 80%-ног ..... 800 „

Оставити све ово, помешано, да кисне 15 дана и онда про-цедити.

Употребљава се као већ наведени лек<sup>1</sup> (по др Народецком). Исто се тако може употребити куповни корен црвене ратаије, који се спрема овако:

Педесет грама корена од ратаније кува се у литру воде пола часа; томе одвару дода се до половине љута ракија, или слабији алкохол; њиме се после бришу десни, или само премазују, ако течност јако стеже.

Затим долази бела рада. Доцније ће бити говора о широј примени беле раде, засад ћемо рећи само да јв тинктура од беле раде врло добро средство за чување зуба и десни, јер повољно делује на њих: десни јачају и очврсну.

## ЗАПАЉЕЊЕ КРАЈНИКА И ГУШЕ

Као што је многима познато, ова болест се испол>ава тако што, после назеба или услед њега, у случају јачег грипа или које друге заразне болести: дифтерита, дифтерије, скарлатине и про-сте инфекције од загаћене воде, од хладног пића, нарочито вина, од прљавог посућа, нездравог лубљења итд. крајници отекну и сва гуша постаје више кли мање црвена и упаљена. Услед тога на-стаје тешко гутање хране, чак и плувачке, осећа се непрестано

<sup>1</sup> Чувени препарат за зубе „Одол“ није ништа друго до раствор пра-шка салола (брата аспирина) у спиритусу (у односу 1 грам салола према 30 грама спиритуса).

Ко је вољан може салол купити у апотеци и сам себи спремити „Одол“. Горн.и састави су много бољи и имају бол.и мирис, а не стају скупо.

бол и теже се говори. То стање прати каткад повећана температура, болови на врату, у уву, у глави и на другим местима тела.

Код деце је та болест чешћа. Њу прате често скрамице на унутрашњој страни крајника, каткад у виду пепелавих тачки-ца, каткад сливених, прилепљених опни. За овима често не изо-стају кашал» ни слуз, ни запаљење задњег дела гуше и носа. Сте-пен запаљења може овде ићи од незнатног и невиног до најви-шег и најтежег, ма и не била у питању нека нарочита заразна болест, као што је дифтерија или скарлатина (тзв. шарлах). Гушобоља може бити, ма и ретко, узрок смрти. ЗаТо је потребно лечити је одмах, не запуштати је, а кад се констатују дифтерија и скарлатина — звати лекара да убризга серум или пеницилин.

Применити се може:

1. Мазање крајника соком од лимуна разблаженог водом.

2. Мазање гуше соком од лимуна, глицерином и борном киселином по овом рецепту:

Сока од лимуна ..... 15 грама

(три кашичице) Борне киселине у праху ..... **1 грам**

(пети део кашичице) Глицерина ..... 10 грама

(две кашичице)

3. Испирање уста и гуше овом корисном и подесном, сва-коме приступачном мешавином:

**Јодне** тинктуре ..... 10 грама

(две кашичице) Глицерина исто толико ..... 10 „

Одвара (кувани чај) од наших ружа 200—400 „ (Овај је лек нарочито подесан за оболеле од сифилиса.)

4. Испирање уста и гуше чајем од ситне беле раде и жал-фије.

5. Испирање и гргорење чајем од ружиног цвета: узима се 5 грама цвета на 150 грама кључале воде.

Боље је да се таквом чају дода још 30 грама такозваног сока од медених ружа, који се спрема овако:

Узима се:

Цвета црвене руже ..... 100 грама

Кључале воде ..... 400 „

То се попари и остави да раскисне, затим процеди. После тога се на сваких 200 грама процењевине дода по 650 грама ме-да. И тек се од тога сока сипа по 30 грама у шољу обичног чаја од ружиног цвета.

Свим овим чајевима, ради бољег њиховог деловања, може се увек додавати прашак борне киселине или прашак калијум--хлорикума (хемијских лекова) у сразмери: једна кашичица на 200 грама таквог топлог чаја. Кад се то раствори, врши се испирање гуше по 6—10 пута дневно. *Не гутати, не пити!*

6. Ради испирања, гргорења оболеле гуше није тешко спремити овај лек:

Круничних листића од ружа ..... 10 грама

Чисте (не кречне) кључале воде .... 250

Ружиног меда ..... 50 „

Најпре се руже прелију кључалом водом и оставе да кисну пола часа. Онда се цеде притискивањем кроз платно. У процењени чај сипа се стипса у праху, раствори и онда додаје медени сок од ружа.

Уместо стипсе, могу се употребити поменута средства (бор-на киселина и калијум-хлорид), која се не смеју гутати (пре-ма француском кодексу — пропису о лековима).

7. За испирање гуше, као и против гнојења десни, гнојника у устима и ждрелу, може се употребити бели слез. Лек се спрема на овај начин:

Корена од белог слеза ..... 10 грама

Воде ..... 150

Меда.....! 30

Корен се скува у води, потом се процеди и процењевини до-ла 30 грама меда.

Не треба пити већ само гргорити. Или се узима прост одвар корена у дози 30 грама корена на 1000 грама воде.

## 11. ПЕТРОВАЦ

Цигеричњак, ожујак, турица, чичак, руричица. — Због танина и есенција (уља) којих има у свим својим деловима, ова биљка се показала нарочито корисна код болести уста и гуше; употребљава се одвар од ње, заслаћен ружиним медом. Испирање се врши пет пута дневно. Овај се лек нарочито показао добар код хроничних обољења гуше гојазних људи који много говоре по својој дужности и занимању (учитељи, наставници, глумци итд.) или који певају и који се после тога жале на „сувоћу" у гуши, болове, па и запаљење гуше. Деловања је благог, те се зато употребљава и против кашла услед назеба.

Употребљава се корен и лист за гргорење.

Одвар се прави на овај начин:

Сува лишћа од петровца ..... 100 грама

Воде ..... 1000

Кувати треба док се не укува за једну четвртину (до 3/4 ли-тра) и онда се томе додаје медовина од ружа (5—10 грама).

Као чај за пиће: 1 пуна кашичица иситњеног корена или ли-шћа за једну шољу чаја, једанпут дневно.

Ова биљка, петровац или турица, или цигеричаак итд., има корен дуговечан и гранат, но не пузи. Цела биљка је маљава, жутог је цвета који је поребан у дугачак редак грозд. Стабло је високо 3—8 дециметара, усправно, једноставно или гранато.

Лишће му је перасто, озго мал.аво;

•оздо је руњаво и беличасто, с овалним и до дна зупчастим листићима. Залисци су крупни, рецкасти и обухватају гране (др С. Петровић).<sup>1</sup>

Расте поред путева, по пустим пол>има и ливадама, по шумским про-планцима готово у целој Европи, руској Азији и Северној Америци, али не и у поларним пределима. Цвета од јуна до августа.

Индијанци Северне Америке и КанаБани употребљавају њен самле. вен корен у многим мастима и зејтину за лечење рана.

Биљке су овде описане у најглавнијим цртама и само колико је потребно да се једна биљка не помеша с другим бил.кама. Овај опис може се вршити ма по којој ботаници, флори или атласу, али смо се најчешће користили описима др Петровића,

## 12. КУПИНА

Свима позната биљка. У лечењу гуше, па и раница у ждре-лу, испирањем и гргорењем, може се применити чај и одвар од лишћа помешан са сирупом од зрна купине. Лек стеже.

Доза за чај: 20 грама лишћа на литар воде, или, још боље:

Одвара (спремљеног у односу 10:100 ли-шћа и воде) ..... 800 грама

Сирупа од купина (плода) ..... 200 „

Тиме се испира гуша више пута дневно. Лишће купине мо-же се употребити као замена за кинески чај. То се већ чини у Енглеској, где су открили да овај чај има и добар аромат.

## 13. СРЧБЊАК

Срченица, трава од срца, рачњак, кинески чивит. — Корен ове билке у облику одвара, а у дози 60 грама корена на 1000 грама воде; 'или, још боле, намочен као раскис у млакој води вр-ло је добар за слузокожу и зато је подесан лек за испирање код стоматита (запаљења слузокоже уста) и запаљења у гуши. — Главна му је особина да стеже захваљујући танину којег има у корену две врсте; један је идентичан танину у стежи (види ту биљку), друга ратанији, коју може слободно заменити.

Срчењак расте по влажним брдским ливадама свуда у Европи, у гру-пама, тј. не усамљено, и образује често читаве бокоре захваљујући томе ето се размножава помоћу чворова или изданака из корена, који брзо расту и захватају све шири простор; најзад се изданци корена сами изо крену (у облику бројке 5) и образују нов корен, од кога полазе нови на-данци итд. (Л. Клајн).



Корен је дуговечан, дебео, меснат. На једном његовом крају избијају приземни листови и високо стабло с цветом на врху. Цвет је гроздаст, као округао клас. Цвета од краја маја до јуна, што зависи од висине места. Цвет даје и семе, али је оно мање подесно за размножавање.

## 14. ЖИВА ТРАВА

Чешуља, игла, девојачко око, стипсан корен. — С успехом се може применити у дози 10:100 као чај за испирање рањаве гуше, уста, језика, више пута дневно.

Некадашња њена примена (веровало се да је у стању да излечи од рака, јектике, скрофулозе) напуштена је, јер ту није доказано њено деловање, мада су је сељаци у Француској давали и марви кад мокри крв и као лек против других хроничних болести органа за мокрење. Према томе, код човека се може применити у случају водених пролива и кржаве столице, као слаб чај.

То је усправна, граната, не нашироко растућа биљка, која достиже висину од 1,5 до 3 дециметра. Рецкасто лишће покривено је ретким, нежним малима, често с црвеним местима. Цветови су ситни. Цветни лисгићи су јарко црвени, ретко бели.

Сви делови билке миришу јако и непријатно. Биљака овог рода има више, али се ова одликује тиме што има лишће перасто усечено са трн или пет зубаца. Семе је глатко. Расте под влажним жбуновима и у шумама, по старим зидовима и камењарима, распрострањена је свуда по Европи до поларних крајева. Једногодишња је биљка. Цвета од јуна До октобра.

## 15. ЗОВА

Базовина, зовика, самбук, базга, зов, црни безег, базгин цвет, зовица. — Чај од цвета у дози 20 грама на литар кључале воде врло је подесан (с кристалима од нишадора и медом) за грго-

рење и удисање паре код назеба гуше с кашљем, пеном и јаким отоком ждрела. То се чини 6—10 пута дневно.

Може се пити као чај, али је доза нишадора строго одређена: кашичица за недељу дана (највише 1 грам дневно).

## БОЛЕСТИ НОСА

Кад је нос запушен, било у одојчади или у одраслије деце, мора се учинити све да пролаз ваздуха кроз ноздрве буде слободан. Иначе, деца дишу на уста, а то има рђаве последице.

У одраслих, пак, акутно цурење из носа најчешће је последица назеба, а стално цурење — последица хроничног оболења слузокоже (полипа итд.). У деце је то најчешће последица скрофулозе, увећаних жлезда, полипа и израштаја у задњем делу и горњем предњем делу гуше. А може бити и последица неких болести: грипа, дифтерије, црвеног ветра и др.

Лечење у овим случајевима састоји се у томе да се у нос сипа:

## 1. ЧАЈ ОД БЕЛОГ СЛЕЗА'

Он раствара слуз, делује против назеба и благо помаже и» бацивању слузи.

Доза је: 3 грама слеза на 100 грама кључале воде.

Овом се чају може додати борна киселина (на 100 грама чаја — до 3 грама), и тим се раствором нос испира ушмрка-вањем.

<sup>1</sup> Неки су примењивали, а и ја сам то исто чинио, разне мешовите зејтине и капи за нос, а и читао о тим стварима у научној литератури и извео закључак да су за лечење и испирање носа најбоља ова два средства:

слана вода и чај од слеза, због његовог благог дејства на слузокожу носа.

После овог испирања може се болеснику у нос канути 1—2—5 капи чистог зејтина, мало загрејаног, или помешаног с мало ментола, у овој сразмери:

Зејтина ..... 10 грама

Ментола (криснала добијених из нане) . . . 1 грам

То се чини 2—3 пута дневно, према јачини слузи и делова-њу лека.

## 2. САСА

Мачица, шукундед. — Код назеба с кијавицом лекари хомео пати, који лече најразблаженијим лековитим растворима (дозама које су необично мале према нашим), сматрали су ову биљку као најбоље средство. Давала се малокрвним девојкама при по- ремећајима месечних појава, болова или изостанка менструације.

Најподесније је узимати је у облику алкохолатуре (натоп-лене и раскисле свеже биљке у алкохолу од 80 до 90%) у дози од 20 до 30 капи дневно, подељено у више пута. Леклерк каже да је то добро средство, мада је у већој дози штетно. Даје се наизменично с рузмарином.

Карактеристике ове биљке: „Цвеће је усамљено на врху петелке. Нај-пре је усправљено, а потом је погнуто. Но кад цвет сазри, петелка израсте и понова се усправи. Чаша је звонаста и сложена од шест елиптичних свиластих листића. Ови су у торњој половини нагнути у поље и још су једанпут толики колики су прашници. Плодници су дугуласти, рутава и имају дугачку перницу.”

„Лишће је -уројно перасто, с линеарним кришкама. Стабло 2—3 де\* циметра високо. Корен је дуговечан, дебео и косо у земљу силази. Цвет је љубичаст и развија се у марту и априлу. Расте по брежуљцима изложеним сунцу” (С. П.), на кречном тлу по целој Европи. У медицини се употребљава цела биљка.

Њој је врло слична друга врста саса, тзв. ливадска саса, чак коњском љубичицом названа, „код које је цвеће као' изврнуто”. Чаша цвета јој је црнољубичаста, а црвена на пропуштеној светлости (кад се спрам сунца погледа). Али их народ обе зове једним именом, јер не разликује једну од друге. Ова друга цвета у априлу.

### 3. КОПРИВА

Грчка коприва, велика коприва, жара, жгоча, питома ко-прива. — Против крварења из носа подесан је сок од *свежег ли-шћа коприве*. Он се сипа непосредно у нос или се пије по 100 до 125 грама дневно. Може се применити у истом циљу течан згу-стак (видети у уводу начин добијања) у дози 2—4 кашичице дневно. Али још подесније је давати сируп који се спрема на овај начин — узима се:

Лишћа од коприве ..... 250 грама

Кључале воде ..... 1500 „

То се оставља да кисне 12 часова, затим се процеди и про-цећевини дода двострука количина шећера. Кува се потом до густине сирупа, и даје, као што је речено, 200 до 300 грама дневно.

Користим прилику да по Леклерку изложим лековите осо-бине велике коприве. Хемијска анализа пронашла је у коприви састојке (кисели карбонат амонијака, нитрат танина, галне и мравље киселине) који стежу, штаве и дезинфикују, спречава-ју распадање, и заустављају крварење. Способност коприве да заустави крварење из плућа, носа, материце, бубрега и мокраћ-них канала, о којој су говорили стари лекари, утврдили су у XIX веку многи научници. Леклерк је то исто могао потврдити како при крварењу из материце, тако и при крварењу из носа, и то код малокрвног болесника који је био наклоњен губљењу крви услед слабих крвних судова (био је хемофилик'). Па и код пролива, акутног или хроничног, показало се да је коприва од велике користи, чак и код пролива туберкулозних болесника, код којих је нездраво врење у цревима, надимање, болови итд. Коприва утиче повољно и на боље мокрење.

Лично знам један случај где је попарена коприва веома по-могла и излечила дуготрајну рану на цеваници. Да ли је ту по-могао танин, мравља киселина или амонијак — не могу рећи, тек рана је зарасла и човек је оздравио, што се од других ле-кова пре тога није десило.

У недостатку слачице може се применити као средство које изазива црвенило на кожи (и пече) у случајевима запаљења плућа, марамице или реуматизма, неуралгије и т. сл.

У ову врсту лекова може да се уброји добричица или само-бајка (видети опширније о њој у одељку о хроничном бронхитису).

Сок исцећен од лишћа ове бил.ке и ушмркан у нос често лечи носна запаљења, запушеност и главоболу.

Дакле, употребљава се њено лишће. Оно се сматра као окре-пљујуће, подстиче органе на бољи рад, и као плућно средство. Може да се примени код бронхитиса с носним катаром.

Даље: специјално се препоручује (у Америци) против грче-ва у цревима насталих услед тровања оловом: занатлије и дру-ги радници који раде с оловом олакшавају болове и стање узи-мајући чај од ове биљке. У ту сврху доза је обична: пуна кафе-на кашичица лишћа на шољу кључале воде. Пнје се као хладан чај 1—2 пута дневно.

Лековите биљке које се могу применити код обољења ових органа, а специјално код болести зуба, вилица, нерава на лицу и т. сл., и после операције услед нагнојавања или повреда у тој области, изнете су у додатку после групе хируршких болести, на што и упућујемо читаоце.

## ДРУГА ГРУПА

### БОЛЕСТИ ОРГАНА ЗА ДИСАЊЕ

#### БОЛЕСТИ ГРЛА, ГРКЉАНА И ДУШНИКА

Запаљење које почне у гуши може се одмах или мало доцније спустити наниже и распростраити се на грклан, душник, па и бронхије. У том случају прво отекне слузокожа гркљана, по-том се више или мање повиси телесна температура, јавља се на-дражај на кашаљ и осећај тежег дисања. Кашаљ је у почетку сув, затим постаје влажан; појављују се испљувци. Глас може постати промукао. Узроци су као и код гушобоље („ангине“):

општи назеб, назеб ногу, раније запаљење гуше, злоупотреба хладног пића, дувана; затим дим и гасови који изазивају надражај, дуг говор, вика, певање, отровна прашина

Обољење гркљана може бити акутно и хронично, тј. запаљење које траје кратко време и запаљење дуготрајно. У првом случају запаљење може бити или просто, тј. да му је узрок раз-множавање неког невиног микроба у гуши или удружених разних микроба, или да му је узрок само микроб одређене опасне врсте, као што је, нпр., дифтерија или гнојни микроб (тзв. стреп-токок — микроби у виду бројаница). У другом случају, тј. дуготрајних болести гркљана, постоје остаци ранијих акутних запаљења; или су то нарочите болести као што су туберкулоза. и сифилис грклана

Друге болести, полипе и томе сличне, овде не убрајамо јер то не улази у лечење обичним лековима — то су болести за хи-рурге и радиологе.

Прелазимо на лечење:

1. У озбиљним случајевима, нарочито код деце, добар је облог око врата од слаичног брашна (шака брашна размутити се у води собне температуре, у то накви платнена крпица, која ту стоји 1/2 мин., затим исцеди и облаже). Облог се држи 5—10 минута, што зависи од стрпљивости болесника и од свежине слаичног брашна. То се чини два пута дневно, ујутру и увече — док кожа подноси.

Ако тога нема, онда се ставла загревајући облог (наква-шена у води и исцеђена крпица платна или цепна марамица, преко ње гутаперка — гумено платно, а преко тога нешто суво, памук, вунена тканина) за целу ноћ или за прекодан. Најзад, ако деца јако кашљу и ричу — добре су топле, управо вруће суве облоге око врата, нарочито ноћу кад се не може под руком имати све што се жели. Топла пећ и чист

топао ваз-дух у соби — обавезни су у таквим случајевима.

2. Одвари или чорбе од воћа као умирујуће средство:

- а) малина или сок од малине, б)  
суве смокве и суво грожђе и урме, ако их има, делу-ју против кашла (умирују  
надражаје на кашал).

3. Купање ногу у води са слачицом (брашном од слачице, узима се једна кашика  
брашна).

4. Врло топао чај од лубичице (цвета) такође је од велике-помоћи у овој болести.

5. У случају тешког дисања и гушења треба узети лек за по-враћање, било које  
средство, а најбол>е је узети из апотеке-прекоморску бил>ку ипекакуану. Лекари и  
апотекари знају у којој дозп делује као средство за повраћање.

6. Као средство за дезинфекцију целог тог пута гркљана и душника може се  
употребити лишће еукалиптусова дрвета из приморских крајева (ако га има):

а) за сируп

б) за удисање паре од њега.

Поступа се овако:

Узима се еукалиптусовог лишћа ситно

исецканог ..... 10 грама

Кључале воде ..... 150 „

То се остави да кисне 12 часова, затим се процеди и од чаја прави сируп: 100 грама  
чаја и 180 грама шећера заједно се ку-вају до густине слатка, и од тога се даје по  
3—4 кашике дневно.

У крајевима даље од мора и у унутрашњости ово се лишће може купити у  
апотекама. Или се купује:

Еукалиптусовог уља ..... 5 грама

Алкохола 90% ..... 75

Чисте планинске, дестилисане или прокукуване воде ..... 170 „

Од овога се у лонац с кључалом водом кане 10—15 капи и он-да се удише пара из  
тог суда, три пута дневно по 10—15 минута (док траје пара). Најбоље је то чинити  
увече.

7. За удисање паре уместо еукалиптусовог ситно исецканог лишћа може се узети  
терпентиново уље': по 5—10 капи канути у клучалу воду и удисати. Ако болесник  
то не подноси, може се у соби где он лежи оставити и лонац с клучалом водом, тако  
да се пара распростире по целој соби. У том случају не сме се употре-бити много  
тих лекова, јер све есенције надражују гушу а не убијају у довољној мери  
микрорганлизме (микробе). Да се ту не би грешило, ево једне смеше за  
дезинфекцију собе:

Еукалиптола или, још боле, гоменола . . 1 грам Есенције од терпентина .....\* 3  
грама

Алкохола ..... 200 „

Од ове смеше узима се по једна кашичица и сипа у лонац с кључалом водом да се  
испарава док се не охлади.

То би било ка<sup>ћ</sup>ење паром у соби. Тако саветује париски про-фесор Лепер. Овај научник саветује да се код лажне дифтерије

' 0 добија<sup>њ</sup>у терпентина говори<sup>ћ</sup>емо опширније на другом месту. Он се добија нарочитом прерадом помоћу паре из смоле која <sup>цу</sup>ри из дрвета извесних четпнара.

у гркљану код деце, а нарочито кад се то деси ноћу, даје и *бром* у дози која одговара детп<sup>њ</sup>ем узрасту. Из искуства Зна<sup>м</sup> да так-вој деци треба одмах обавити врат топлим облогама, сувим или влажним, давати им да удишу топлу пару, а пре свега ложити *добро ватру у соби*. После удисања паре уопште треба ћутати, а иначе оболели од ове болести не смеју пити алкохолна пића, јести зачине и сирће. После оздрављења не узимати ни много топло ни много хладно јело и па<sup>ћ</sup>е.

## I. СТРИЖУША

Трава певача. — Врло корисна билка за људе чија професи-ја тражи да много говоре, певају итд. и од тога промукну, или им се суши грло и имају чак болове, кашљу; или оболе од запаље-ња гркљана, гласних жица и душника.

Стрижуша помаже и у оним случајевима код којих се слуз задржава у душнику и ждре'лу и, како се то каже у народу, *неће брзо да сазри*.

Како сува биљка губи од своје вредности, треба употребља-вати свежу билку. Зато се и бере у јулу или августу кад разви-ја плод. Треба је чувати од вдаге и промаје. Спрема се по б *гра-ма траве на шољу кључале водв*. Изузетно од обичног чаја, овај

треба да стоји 20 минута. Овакав чај може се појачати *сирупом* спремљеним од исте биљке, од којег се додаје по једна велика *кашика* у шољу чаја. Остали напици од ове биљке сложени су за припремање и могу се набавити у апотеци.

Корисно је да се уз овај чај узима и топла чорба од ол>у-пггеног јечма или суво *грожће* (такоће топло).

Стрижуша расте крај путева, по виноградима и њивама. Има је по пелој Европи. То је доста висока трава (до 8 дециметара), с *усправним*

•*струком* и развијеним, неравним гранчицама. Лишће је на дршке наса-ћено: доње пругасто, горње копласто. Цветови су жути, ситни, развијају се *ОА* јуна до септембра.

## 9. ДЕСПИК'

Деспић, лавендула, трмино цвеће, деспиково цвеће, мушки деспик. — Као средство против грчева и сужавања цеви услед јаког нервног надражаја ових органа, треба код болести гркља-на с рикањем употребити лавандулу. Медицински део јесте цвет. Он се примењује као чај у дози 5:100 (10 грама на шољу) и узи-ма се 4 шоље дневно. Цвеће треба да се бере убрзо после раз-витка и да се пажљиво осуши.

Постоје две врсте лавандуле — прва је мања, друга има већи жбун. Лишће је округло копласто. Ова друга мање се употребљава у медицини, али даје уле потребно уметницима и сликарима на порцулану.

Употребљава се успешно и за инхалацију, удисање паре, на тај начин што се у лонац с кључалом водом дрдаје 5—10 грама њеног раскиса у алкохолу. У том случају она делује и као де-зифекционо средство за горње путеве дисања.

По др С. Петровићу може се додати још ово: „У апотекама се продаје као цвеће лавендула (*Погез лауепсiliae*). Од ње се прави спиритус лавендулин, миришљава сирће и друге специје." У моди је у енглеској и немачкој парфимерији. Лавандула је јаког но пријатног мириса. Укуса је горког и нешто љутог. У њој има доста лако испарљивог уља, које улази у састав разних бал-зама и миришљавих масти: Хофмановог балзама, балзама за стишавање болова („умирујућег балзама") и колоњске воде, ми-ришљаве алкохолне воде итд.

Ова биљка достиже висину од 3 до 6 дециметара. Расте као шиб који је при дну гранат, младе гране су једноставне, танке и четвртасте. Цела је биљка обрасла кратким мал-ама. Лишће јој је линеарно, с усуканим

Стара србијанска фармакопеја (пре 1908. г.) много је богатија у погледу медицинских средстава и састава него што је то била фармако-пеја којом смо се доцније служили.

(увијеним) ободима. Док је младо, оно је сивопепељава, кад остари, зелено је, на доњој страни жлездичаво. Цветови имају Аубичастоплаву боју, стоје на испрекиданом, крајњем класу. Круница је мал.ава, плава (боје аметиста), с јајастим деловима (проф. Гарке). Цвета од јула до септембра. У јужној Европи она је домаћа биљка. На северу Европе сади се као миришљава цвеће.

У погледу деловања лекова код болести које су побројане у заглављу овог дела — наука је пронашла да код обичних обољења грклана више вреде средства која размекшавају слуз и помажу да се она избаци него средства која убијају бациле (антисептична средства). Зато су корисније биљке него фабрички лекови, изузимајући један, а то је натријум-бензоикум (4 грама дневно, по Леперу). Код хроничног запаљења и обољења грклана могу се дати опет биљни лекови као најбољи. Жели ли ко да уз то узме и који домаћи лек, ево рецепта.

Сумпорног праха од кога се праве вештачке сумпорне воде и купатила . . . 1/5 (0,2) грама Сирупа од катрана ..... 200 „

Даје се болесницима по две-три кашике овога лека дневно (проф. Лепер — Париз) код хроничног обољења или остатака после акутног запаљења грклана.

Код запаљења горњих органа за дисање: носа, ждрела, грк-л>ана и душника, који прате честе кијавице, промуклост и боло-ви у гуши, може да се лечи гргорењем чаја од жалфије, или беле раде, или камилице. Ту делују њихова етарска уља, а делимично и обојени састојци. Нарочито је добро за шупљине у носу и у гуши, поред „крајника" итд. Кад је све то „запушено", треба применити кађење; за то се примењује тзв. „камиличин лонац":

пуна шака цвета у лонцу с водом и поклопцем греје се до кљу-чања. Затим се болесник и лонац покрију једним чаршавом и болесник сам, дижући с времена на време поклопац, полако пушта пару из лонца и удише је топлу кроз нос и на уста.

За сифилистично и туберкулозно обољење грклана, као пгго смо рекли, важе сасвим други прописи и лекови.

## БРОНХИТИС У АКУТНОМ ПОЧЕТНОМ СТАЊУ И ЊЕГОВО ЛЕЧЕЊЕ ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ

Овај облик болести често се не јавља сам, већ обично долази после или заједно с гушобољом и запаљењем душника. Али како ове две последње болесне појаве не морају бити и везане за бронхитис — издвојили смо за њих лекове и изнели их у претходном одељку. Према томе биљни лекови које ћемо овде набројати добри су не само против акутног обољења горњих делова органа за дисање већ и против бронхитиса.

Услед дужег или јачег назеба, велике влаге и надражаја душника може се запаљење с горњих делова пренети и на бронхије (рачвасто продужење душника — плућне цеви, које стоје у вези с душником), најпре на широке, па затим и на уже, до најужих закључно (до капилара), и изазивати: кашаљ, болове у прсима и тешкоће при дисању. Уколико силази од душника ка крајњим површинским деловима плућног ткива, болест постаје све озбилнија, тако да се може изметнути у најтежу врсту плућних болести. Ако се при томе температура тела јако повиси и то дуго траје — организам може доћи у опасност. Зато је правило: *обратити пажу и на најслабији назеб душника и горњих широких бронхија* и предузети све мере да се болест не распро-стре и не отегне дуго, не дуже од 2 до 3 недеље, тј. старати се да акутан, кратковремени бронхитис не пређе у хроничан, дуготрајни, који се теже лечи и може да се и даље компликује, и то: прво, услед проширеног поља запаљења слузокоже бронхија и плућа; друго, услед стварања великих количина маса за испљување, треће, услед сталног кашља, болова у прсима, као и могуће нове инфекције, мешовите и специјалне, нпр. туберкулозе.

Запаљење плућа, на пример, код деце може наступити и после неке заразне болести: од грипа, после мраса, магарећег кашоља, после операције итд. Ово се лечи по општим правилима.

Као и код обољења грла и душника — код акутног бронхитиса треба предузети ове мере: 1) подржати ноге у топлој води (у коју је раније насуто брашно од слачице, размућено претходно у води собне температуре, никако преко 40°C); 2) лећи у по-

стељу и пити топле напитке: млеко, чајеве, лимунаду, оранжаду итд. Држати слаичне облоге око врата или на прсима 20 до 30 минута.

Неправилно је оно што обично чине сами болесници, понекад и неки лекар: да се одмах узима лек против температуре (најчешће аспирин) и у исто време дају болеснику лекови за избацавање шлајма (најчешће ипекакуана) и кад температура болесника није висока и кад се слузокожа његовог душника и плућа налази у акутном, запаљеном стању и материјал за испљување (слуз) није још одвојен од унутарњих цеви, те се не може лако избацити. У том случају, дакле, најбоље је давати чајеве који стишавају кашаљ (видети даље које) и тек с падом температуре код болесника приступити енергичном давању лекова који по-мажу избацавање шлајма.

Претходно да кажемо неколико речи о самим тим лекови-ма да би и лаици били колико-толико упућени у практичну примену и важност онога што се чини.



Лекови који могу да помогну избацавању шлајма приликом обољења душника, плућних цеву (бронхија) до најужих, и плућних катара могу се поделити у две врсте: минерални и биљни (проф. Лепер). Нас интересују само ови други. Биљни лекови могу да: 1) размекшавају или разводњавају, разређују слуз; 2) да делују на мишићна влакна и помажу избацавање; 3) да делују на слузокожу да јаче или слабије лучи слуз, и најзад 4) да помажу сушење слузи у оболелим местима. Сваки од њих, каже проф. Лепер, има особине да делује на одређено поље болести, према томе, *треба хемијским лековима увек додавати чајеве или одваре, јер је њихово деловање изван сваког спора.* Али они могу различито деловати кад се употребе погрешне дозе. Тако је изван лек у једној дози у стању да помаже избацавање, а у другој да суши. На пример: балзаци од терпен-тина, еукалиптусово лишће или уље у малим дозама служе као разводњавајући лекови, а у великим дозама *суше*. Због тога, желећи да нашим упутствима дамо научну и чврсту основу — саветујемо читаоцима и болесницима да се држе доза и упут-става које смо овде одредили. Прећимо на опис биља које се овде с највећим успехом може применити. У случају голицања у грлу и душнику, тј. где се траже сред-ства која умекшавају и умањују надражај слузокоже органа за дисање — најболи су ови лекови:

## 1. БЕЛИ СЛЕЗ

Слез бели, велики слез. — Од памтивека се сматрао као нај-боље средство против грудних оболења, и само његово име 'на грчком језику, „алтеа", значи лечити. Примењивали су га стари лекари, грчки и римски (Плиније, Диоскорид, Гален и др.). Го-тово свако и код нас зна да се бели слез употребљава као лек. Па ипак свако не зна све појединости о најпробитачнијем иско-ришћавању ове бил.ке.

Од слеза се употребљава *и корен и лист и цвет.* Корен као нај-бољи дво скупља се у септембру, и то од двогодишње биљке. Употребљава се свеж и сув. Најпре му се ољушти кора да би побелео, затим се корен сече на комаде, штапиће, и суши се. Чак се суши у пећници, јер тако задржи највише слузи, и чува се на сувом месту.

*Лишће* се скупља у јуну пре цветања. Приликом сушења оно не губи од своје јачине, али је слабје од корена.

*Цвет* се бере у јулу. Он је најслабији.

Најпогодније је спремити лек на овај начин:

Може се замислити колико се неправилно поступа и колико ко-рен губи од свога деловања кад се продаје на пијачним тезгама и излаже влази, ветру и прабини, а бере у свако време!

Сув корен се истуца у прах и остави да кисне у хладној води. Овај напиток је добар стога што нема рђав укус при гутању. Узима се на 2 часа по 1 кашика. Овај прах, или брашно од корена, употребљава се и против затвора: свако јутро попиту у већој чаши воде 1—2 дозе ове мешавине:

Праха од белог слеза ..... 2 грама

Праха од слатког корена ..... 1 грам

Лактозе ..... 1 „

Доза за чај је следећа: од корена 10—20 грама на литар воде, од листа по 15—30 грама, а од цвета 20—40 грама на литар воде.

*Одвар* од слезовог корена, у дози 30 грама на 1000 грама воде, употребљава се још за испирање уста и гуше у случају гнојења десни, гнојника и у устима и у ждрелу, за облоге споља, код чирева, црвеног ветра, разних рана у запаљењу, као и за клизме у задњем цреву (Леклерк). Чај од белог слеза може се заменити и сирупом који се спрема овако:

Корена до белог слеза ..... 4 грама

Воде прокуване ..... 58 „

Спиритуса чиста ..... 2 „

То оставити да стоји, чешће мешајући, два часа, затим процедити без притискања кроз густо платно. Процевини додати на сваких десет делова по 16 делова истуцаног шећера. И кувати сируп (фармакопеја од 1908. год.): нпр., ако процевине има 50 грама, додати 16X5=80 грама шећера. Од тога се додаје чају по 1 велика кашика на 100 грама. Сируп се држи на сувом и хладном месту, а пре тога налије у хладне и добро осушене боце (да се не ушећери и не уплесниви).

Лековити бели слез, који има добар корен и усправно, гранато стабло, с цветовима на њему, достиже висину 0,6—1 метар. Лишће му је широко, јајасто по облику и заострено при врху, цело или са 3—5 ра> реза на сваком листу. Цветови нису велики, боје су бледоружичасто црвене, изникли су на кратким дршкама, у недрима горњих листова, већином у гомили, без листића, као класје. Бели слез расте по влажним местима, по гробљу, влажним ливадама, али се негује и у баштама као украсно цвеће.

## 5 Лечење лековитим билем

### 2. ЦРНИ СЛЕЗ

Шумски слез, слез црни, дивљи слез. — Понегде код нас зове се и гушчја трава, ћур трава, слезовача.

У случајевима оболења гуше, поред бронхитиса, употребљава се и корен и лишће црног слеза.

Доза: 40—80 грама на литар воде — за чај.

Кувани одвар од корена 40—80 грама на литар,

Ова биљка је двогодишња, према томе корен треба брати у другој години, у јесен. Цветови су светлоцрвени, листови на дугачким дршкама, округло засечени. Свима позната биљка која расте поред плотова, по разним местима, поред шуме итд.

### 3. ЛУБИЧИЦА

Врло је лековита биљка. Корен се вади рано у пролеће, цвет се бере кад се развије, а лишће кад потпуно порасте.

Најкориснија је употреба цвета, и то исушеног, код запаљења у гуши, грклану, душнику и бронхијама услед назеба; нарочито ако постоји бојазан за бубреге. Или

кад је оболела већ и мокраћна бешика или стомак и црева.

Доза за чај: 10 грама на литар кључале воде.

Још је боље спремити код грудних болести сируп од овога цвета. *Тера на знојење* — што се и тражи. Корен и лишће упо требљавају се код других болести: корен за повраћање, место тзв. ипекакуане, а лишће за облоге споља уместо цицваре. Др С. Петровић каже: „Доза је за бљување 2—4 грама, а ако је у одвару, 4—8 грама. При тој употреби осим до повраћања долази доцније и до две-три столице. Стари лекари употребља-вали су корен од љубичице у свим приликама где се ипекакуана (страна билка) могла заменити, а у новије време хемијска ана-лиза је показала да заиста има велике сличности између наше и ове стране биљке, јер је у нашој биљци наћен особити алка-лоид, подобан еметину (наћеном такође у ипекакуани) који је назван виолин.

Ја придајем велику важност овој чињеници, јер је често код гушења деце усред отока у грлу и душнику и велике количине слузи (шлајма) у плућима потребно хитно повраћање — у ком се случају не може тражити из апотеке страна билка, већ се може искористити домаћа: одвар од једне кашичице љубичице на шољу воде.

#### 4. ГРУДНО ЦВЕЋЕ

Мешавина домаћег цвећа. — Велику репутацију ужива овде смеша од цветова која се зове *грудно цвеће* или „четири цвета“, мада их у њој има седам, од којих се прави добар чај против акутног бронхитиса.

То грудно цвеће чини мешавину појединих делова:

- 1) црног слеза,
- 2) белог слеза,
- 3) дивизме,
- 4) срцопуца<sup>1</sup>,
- 5) љубичице,
- 6) подбела,
- 7) листића од цвета булке.\*

По моме нахоћењу, поједино цвеће из ове мешавине може се заменити зрнима анасона или кореном од белог слеза.

Од ове мешавине прави се најлакше чај у дози 10 грама цве-това на литар кључале воде. Или се прави сируп, за што се узима: 120 грама чаја од тога цвета на 200 грама шећера. Даје се

<sup>1</sup> Дуговечна, бела, руновита билка, 1—2 дециметра висока. Расте по планинама, а цвета у мају и јуну. Популарна медицина у Француској и сад примењује ову биљку (др С. Петровић).

<sup>1</sup> Сматрам да је ова смеша потпунија него она у нашој фармакопеји.

по 2—3 кашике дневно. У званичној пракси ова мешавина носи назив и веома је била цењена код старих лекара.

Др Мадаус дао је нову, нешто измењену, смешу која може да се примени и код астме и код ведиког кашља с много слузи. Упрошћена за наше прилике, та смеша би имала ове саставне делове: корен од слеза, дивизму, нану, изоп, подбел, исландски лишај, ким и гавранов кук (из групе дубчаца). Ову последњу биљку треба узети у јачем проценту кад постоји грозничаво стање. Спрема се овако: једна кашичица кува се 10 минута у једној шоаи кључале воде. Пије се млако, 2—3 шол>е дневно.

## 5. ДЕСПИК

Као средство које делује против надражаја у душнику и пре-ма томе као умирујуће у случају грипа и бронхитиса, прописује се за унутарњу употребу деспик или лавандула (види поједи-Ности о овој билци и у прошлој глави).

Даје се као чај у дози 10 грама на 200 грама Кључале воде, и то по четири шоље дневно. Употрвбљава се и за каћење паром, по 1 до 2 кашичице њеног алкохолнога расола у лонцу с кљу-чалом водом. У овом случају она делује као антисептичко сред-ство (убија бациле у путевима за дисање), а у исто време утиче и на промену састава слузаве материје што је излучују бронхије.

## 6. ИБИРОТ

Миришљава трска, темишварка, водени божур, мирисни ко-рен. — Ова биљка личи на перунику. У лекарству се употребљава њен корен. Има укус ароматичан и пријатан, који помало пецка, горчи и загрева. Услед тога што има способност да тера на мо-крење, корен се може примењивати у случајевима свих акутних болести органа за дисање, које почињу нагло повишеном темп-ратуром, као што су: грип, бронхитис, запаљење плућа, где је потребно да се појача мокрење. У тим случајевима најбоље је спремити чај на тај начин што се *попари 20 грама корена ове биљке, исецканог, са пола литра кључале, воде. То се остави да кисне 20 минута. Дају се три шоље днввно, тј. пола литра. Овај напиток, пошто је нешто горак, можв се зашвћ.врити и онда је врло пријатан.*

Ако су при том оболела и црева и мокрење оскудно, примена овог пића је још потребнија (даје се као тинктура, 50—60 капи дневно, пре или после јела).

Да се не бисмо враћали на опис ове биљке, јер ће нам она устремити и код болести органа за варење, опишимо је одмах овде:

То је биљка чк(ји је корен кратак, дебео, дуговечан и хоризонталан, вузав. Лишће јој је линеарно и усправно, 0,6—1 метар дугачко и 1—2 центи-метра широко, шиљато, а при основи у рукавац раширено. Стабљика је доле дебља, а горе прелази у лист, усправљен, стиснут и по ободу бритак, над мацом лиснат, а испод маце жлебовит (др С. П.). Цветни грозд седи иа дну ове стабљике са стране. Цветни клас је дугуласто округао, врло густ, боје жућкастозелене. Расте крај бара, на обалама река, по целој Европи.

Ићирот је улазио у састав многих лекова раније, али је на жалост у прећашњој фармакопеји био изостављен (др С. Пе-тровић).

Свеж ићирот мирише јако и непријатно, а осушен је при-јатног и трајног мириса. У њему има особене материје, има етар-ског уљ>а, гуме, смоле. Овај корен може заменити цимет. Даван је раније против многих болести, али се показао добар само

као средство за знојење и као лек за снажење органа за варење — о Чему ће бити говора доцније.

## 7. ПОДБЕЛ

Лапух, козја брада, 'бедо копитњаково лишће, коњско копи-то.—Подбел је врло добар у случајевима бронхитиса, нарочито после грипа, у доба опорављања, код луди којима је остало запалење у душнику, а тако исто и у данима кад шлајм сазри, а има га у кзобиљу. Он улази у састав „грудног“ чаја, али се може спремити и посебно. Употребљава се цвет и лист.

Доза је: за чај од цвета по 10 грама на 200 грама кључале воде. Доза за чај од листа: једна кашичица кисне пола часа у шол>и кључале воде; пије се пре спавања пола шоље, топло или хладно, или по пуна уста три пута преко дана. Апотекари могу спремити сложенији, али врло добар лек по рецепту:

Јача и подстиче органе на рад, и као такво средство било је у великој употреби у пређашња времена. У новије време ова је бил>ка опет привукла пажњу на себе; наиме, тиме што су проф. А. Сартори и Керовијери Ришар открили у њој један антибио-тички сагтојак.

Ова „канадска папрат“ зове се и „девојачка папрат“ (АсИап-1ћит реДаШт), расте у Сједињеним Државама, у густим шумама, украј бара и на отвореном пол>у. Лишће је помало горко и слабо ароматично. Помаже избацавању шлајма, пријатно хлади и спре-чава кашал>, после назеба, кашл>а и промуклости, носних катара и запаљења. Доза: једна кашичица траве на шол>у кл>учале воде.

## 8. ОМАН

Бели оман, бели корен, обратиш, питоми оман, велико зел>е, бели корен. — Ова биљка је нарочито корисна после грипа, у случајевима кад постоји катарални бронхитис с упорним кашљем и обилним лучењем слузи. Даје се као чај или тинктура.

Јача и подстиче органе на рад и као такво средство било је у прошлости у великој употреби.

Доза: 1) за чај 10—15 грама исецканог корена на 200 грама кључале воде да кисне У2 часа — пити неколико пута дневно, охлађено.

2) Тинктуре по 2—5 грама дневно, тј. 30—60 капи днев-но, у води. Може се спремити и као екстракт у пилу-лама од 0,5—2,0 грама.

„Корен од омана силовито мирише. Укуса је најпре горког, а потом ароматичног и нешто мало лутог.“

Поред осталог, хемичари су у корену омана нашли и хеле-нин или камфор од омана (В. С. Т.). Вероватно да се у томе углав-ном и састоји његово деловање. Он ублажује надражаје и спре-чава кашалљ.

О широј примени корена од омана види у глави о лечењу претуберкулозе и туберкулозе.

„Корен је мрк, дебео, меснат, гранат. Дуговечна је то биљка од је-лног метра

висине. Цвеће му је жуто, крупно и усамљено на врху грана. Лишће је крупно, доста дебело, зупчато, оздо рутаво, бело и јако жили-често. Стабло је дебело, усправљено и гранато." Расте по влажним брд-ским местима.

## 9. ЈАГЛИКА

Јагличје, јагорчевина, јаглац, јагоричка повртна. — И данас је многим становницима наших градова још непознато ово леко-внто цвеће. Чак се чуде и кад му име чују. А, међутим, тако је често и миришљаво ово цвеће раног пролећа! Постоје многе вр-сге ове биљке, али је лековита она чије је жуто цвеће на високој Аршдн, наклоњено на једну страну. Чудно ми је што код нас то овеће није брано за лек, док је другде одвајкада бидо брано за чај који се употребљавао у лечењу грудних и многих других гешких болести, због чега се у Немачкој и Француској звало

„кључеви небески" и „кључеви св. Петра". Тако су јаглику да-вали против парализе, удара, хистерије, несвестице, главобоље, против песпавања, реуматизма итд. Но дапас је њено деловање сведено на праву, истинску меру. У сваком случају цвет њен није од мањег деловања него што је цвет липе, зове, љубичице итд.

С још већим успехом употребљава се одвар од куваног корена у дози по 4—6 грама на 200 грама кључале воде, и даје се по три шоље дневно. У њему има до 8% сапонина. У оваквој дози узета, ова биљка помаже боље избацивање шлајма, циркулацију крви у плућима, мокрење па и столицу. И зато може бити од нарочите користи код грипа, где се баш то тражи (Леклерк). За мокрење применити чај од диста и цвета. Јагднка садржи примверин, примулаверин, кристализовану јагличку киселину и камфора. Сапонин у овој бил.ци укуса је гор-ког, штита и изазива јако лучење у устима. Због тога је био ство-рен и препарат, који нема тих непријатних својстава. На страни и код нас појавили су се лекови од љубичице и јаг-личја (од корена), као нпр.: (Тоззе) и чак примулин-колачић (фармацеутске индустрије — Беч)<sup>1</sup>. Поред оваквог одвара апотекари могу спремити бољу комби-нацију по овоме рецепту:

Меког екстракта корена од јагличја. 0,50 грама

Елнксира Гарусова ..... 20 „Сирупа од канадске папрати ..... 60 „

Хидролата од липе колико треба, од 125 до 150 „

Давати по 1 велнку кашику свака 2 часа (Леклерк). У последње време, научници (Васицки, Јоахимовић, Груме и Кофлер) су поново утврдили да у овој биљци има састојака (са-поница) којима се она приближава иностраној бил>ци сенеге, која се често употребљава за избацивање шлајма. Према томе, јаглика може потпуно да је замени, нарочито код старијих људи, код којих делује много блаже него нпр. ипекакуана или сенеге, јер оне помало штетно делују на срце старијих људи, слабе га, док га јаглика јача.

<sup>1</sup> **И ми** имамо данас свој лек,

## 10. СИТНА И КРУПНА БЕЛА РАДА

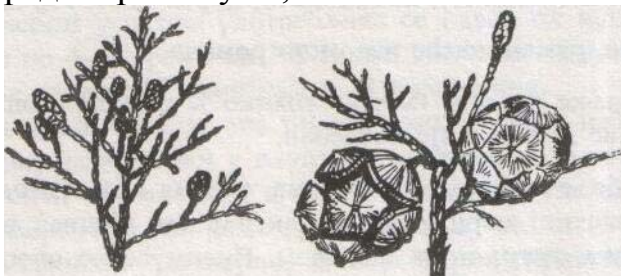
Камилица, титрица, попадаја, боливач, милица-трава, милан-ка, гамилица камилтеј, кокошињак, царев цвет, горчак.

Јармен, раман, цвеће питомога романа. Ове биљке и цвеће њихово толико је сваком познато да на рочити опис за њих није потребан. Главобоље и болове у крстима, ногама итд., услед назеба и грипа, у знатној мери умањује јак чај или прашак од цветова ових биљака, истрљан са шећером. Преимућство овога лека са-стоји се у томе што он не задржава мокрење као што чине хе-мијска средства, на пример пирамидон, аспирин итд. Он, на-против, помаже мокрење: бубрежно-мокраћни путеви су сдо-бодни при његовој употреби и отрови који се стварају у орга-низму не задржавају се — избацују се с мокраћом.

Али да би се циљ постигао, треба спремати, каже ЛеклерК, не слабу жуту водицу коју зову чај, него прави, јаки напиток. Тога ради узимају се: две велике пуне кашике цвета за шољу кључале воде. То се оставља да кнсне читав час. Затим се цеди притискањем и пије изван или између оброка (не пре и не одмах после јела, него много доцније). Или се даје прах од цвета са шећером. Сваки прашак треба да буде од по 3—5 грама. Даје се шест прашака за 24 часа, и то пре јела, с водом. Никако после јела!

## 11. КИПАРИС

Деловање кипарисових лековитих састојака бнће опширније објашњено на другом месту — овде само да наведемо примену кипарисосог уља. Оно се употребљава с успехом од стране мно-гих научника као средство за кађење (удисање паре) против го-лицања у грлу код великог кашља. Такозвани „пертусинбалзам Тешнера", који се продавао у апотекама и којим се четкицом премазује у танком слоју кожа на грудима, врату и лећима, са-држи поред смоластих једињења и читав ред етарских уља, на-



Кипарис

име: од мајкине душице, еукадиптуса, терпентина и кипариса; препоручивао се против незадржљивог кашља после грипа.

Кипарисово уље прописује се у дози:

1/4 уља и 3/4 алкохола. Од тога се сипа 1/2—1 каши-чица у лонац с кључалом водом

и пара се удише. Деловање овог ула заснива се, свакако, на томе што у орашчићима кипарисовим, из којих се оно добија, има много лекови-тих састојака, међу њима и таквих који су слични камфору, валеријановим капљицама, терпентинима и једињењима која имају мирис опијума (по Леклерку).

## ХРОНИЧАН БРОНХИТИС

Ако запаљење бронхија с кашљем, час сувим час влажним, тј. с обилним испљувавањем, потраје дуже од три недеље, оно може да се погорша, да се расеје по узаним бронхијама и онда да траје месецима. А ако се за то време не излечи, онда остане, ако не свуда, а оно бар у једном крају плућа, и годинама. Често болесник и не зна да му бронхитис није био сасвим излечен, јер дише слободно и не кашље. Али је довољно да мало назебе, да иде по јаком ветру, да наступе кишовити дани у јесен или у мар-ту, па да он почне да кашље, да осећа неки притисак у прсима и теже дише, нарочито кад убрзано корача, кад се пење узбрдо, уз степенице, кад дуго шета итд.

Ако таква плућа не нападну туберкулозне клице у великом броју — ова болест није тешка. Али ако се такав дуготрајни бронхитис компликује туберкулозним бацилима у јачој мери — онда ствар постаје врло озбиљна. Зато сваки бронхитис, а нарочито хроничан, треба лечити усредно и за времена, нарочито ако човек жиби у већим градовима где има свуда туберкулозних клица.

Многобројни биљни лекови примењивани су против хроничног бронхитиса. Може се рећи да овде ретко која билка није испробана, јер су овде тражена средства која, с једне стране, на слузокожи плућних цеви разводњавају и размекшавају слуз која се тамо лучи, а, с друге стране, помажу да се она избаци напоље, тј. искашле и испљује. У науци су та средства названа експекторанцијом.

### Мешавина: грудно цвеће

О томе је опширно било говора у одељку о акутном бронхи-тису. Како је пак тешко имати увек мешавину седам биљака, може се свака биљка из те мешавине узимати засебно.

Бели слез, љубичицу, подбел — већ смо описали као добре декове и њихове дозе изнели смо у претходном делу књиге: код гушобоље и запаљења душника, као и акутног бронхитиса. Зато свишмо укратко и биљке које нисмо узимали у разматрање а које улазе у ту мешавину.

### 1. ДИВИЗМА

Змијача трава, лопен, папежева свећа, вунавка, свећњак, краљевска свећа, белоперка, жутоцвет. — Ова биљка расте као коров свуда: по међама, ливадама, у нашим баштама. Ту су биљку и стари и нови лекари и научници толико хвалили да је чудно и весхватљиво како она у нашем народу није у толикој мери запажена и



искоришћена као што је то случај код других народа где се сматра као „шлајмлиферант“.

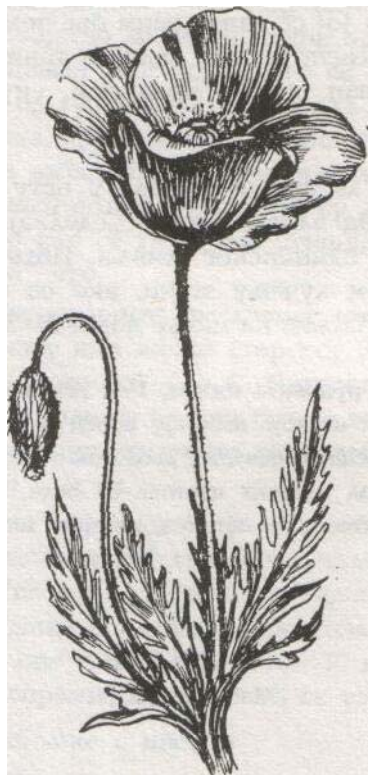
**Њен** се цвет употребљава за чај. У њему има до 10% шећера. **Чај**, у дози 10 грама цвета на литар клучале воде, треба процедити кроз платно, јер на цвету има маља које изазивају још све голицање у грлу ако се пропусте. Цвеће се по правилу суши у сенци, иначе поцрни. Лишће се употребљава споља за облоге као размекшавајуће средство. Дивизма је јака, усправна биљка, која има јак корен и достиже висину преко метра. Лишће је широко при дну, заострено, дебело и меко, сиво и маљаво, сребрнате боје и доста је показати биљку једном па да се запамти заувек. Цветови се налазе на врху стабла, као кита, као клас. Жути су. БиАка је двогодншња, цвета у јулу и августу. Јако се множи и расејава.

## 2.БУЛКА

Турчинак, омак, лале, мак пољски, цвеће дивљег мака, турчин цвет. — Свима позната биљка. Не треба је подробно описивати. Ради стишавања кашља код деце или код одраслих људи који су врло осетљиви на лекове од правог мака из апотеке (опијум и лекове издвојене из њега) треба употребљавати ову биљку, јер делује нежније (Леклерк), и у њеном цвету нема морфина.

Најзгодније је давати ЈС у облику чаја, у дози: колико се ухвати између два прста сувог цвета на шољу клучале воде; ИАИ се направи сируп од таквог чаја и даје у дози:

10—30 грама деци и старим људима, 30—60 грама дневно одраслим болесницима.



Булка

Некада се овај лек много употребљавао (код запаљења ма-рамице, за знојење итд.), али је у току времена „морао бити збачен с престола и принуђен да игра народску

улогу као и други чајеви (слез и др.)" каже Леклерк. Међутим, може се 'при-иевЈет код особа које не подносе никакву врсту опијата (ана-фвдаксичари).

### 3. СРЦОПУЦ

Цвет ове биљке улазио је у састав чаја против кашла. По-пуларна медицина у Француској много користи ову биљку (др С. Петровић). Некада се она употребљавала као лек против рака и јектике, али јој се данас осим ове поменуте улоге не придаје такав значај. Њено лишће садржи танин који стеже, па је зато такав чај даван против крварења, унутрашњих или спо-љашњих.

Да споменемо да срцопуц спада у исту биљну породицу у коју спада и чувена алпска биљка „едедвајс" — опевани цвет и симбол здравла планинског живља. Потврђено је њено деј-ство при повећаном дучењу жучи, ако се узима као одвар у дози: 5 грама суве биљке на шољу воде; 2—3 пута дневно. Дутовечна, бела, руновита биљка, 1—2 дециметра висока. Стабло је усправно, у виду лозе из које избијају корен и полегли изданци. Биљка је руном обрасла. Цвеће је цевасто, дводомно: мушко цевасто и женско кончасто. Омотачи код мушких цветова су бели, а код женских ружи-части. Ова билка расте по планнама, цвета у мају и јуну.

### 4. ЦРНИ СЛЕЗ

Употребљава се његов цвет за чај, или као саставни део грудног цвећа. Даје се у дози: 20—40 грама на литар кључале воде. У цветовима има највише слузаве материје, која помаже код плућних болести. Цела биљка богата је том материјом.

За децу и старе чај се може засладити шећером или медом.

Слез- може послужити као средство за испирање гуше у случајевима гушоболе и отекдих крајника.

**Биљке које не улазе у „грудни чај"**

### 5. БААГОВАЊ

Изоп, милодух, сапунарка. — Изванредан лек. Сматрало се и сматра се да има својство да чисти плућа од сваке нечистоће. У Енглеској је био цењен због тога „што се мислило да може сушити плућне цеви од густе пене", дакле, да делује против кашља и тегоба у прсима, притиска итд. Нарочито је добар у слу-чајевима кад застане избацавање слузи, и код осетљивих људи. Али га не зрѣба узимати одмах, тј. у почетку запаљења и надра-жаја у плућима, него кад се те појаве утишају: кад падне тем-пература, слуз „сазри" итд. Тако треба узимати уопште све лекове у којима има уља и балзама. „А у благовању има жутог етарског уља, горке матери-је, нешто камфора и сумпора" (др С. Петровић). Проф. Балан-сар и гца С. Рицо издвојили су из суве биљке поташу, силицијум, танин, сапонин и приличну количину холина (1,90—2,0%). Под-стиче органе на рад и јача их.

Дозе за благовањ: најзгодније је употребити чај; справља се од 4 грама благовања и 200 грама кл>учале воде; пити 2—3 шол.е чаја дневно. Употребљава се цела билјка, али је најбоље узимати врхове стабљике с цвећем и лшћем. Може се препи-сати и алкохолатура ове траве у дози 10—30 капи дневно у ча-ши воде. Или да се спреми сируп; за то се узима:

Врхова стабљике с цветом благовања..... 100 грама

Кључале воде ..... 1000 „

Шећера ..... 1600

Треба узимати по 100 грама дневно, тј. по 6 кашика. Чај и тинктура од ове билјке могу се употребљавати и против реуматизма и код нервнораздражљивих особа.

Лековити благовањ или изоп јесте мали полужбун од 2 до 6 деци-метара висине, са стаблом које је при дну дрвенасто, обрасло усправним и јако лиснатим гранама. Лишће је линеарно и ланцетасто, затубасто и тотово без дршке. У пазуху има праменак од ситнијег лишћа. Корен је дуго-вечан. Цветови су плави, реће ружичасти или бели. У нас је гдешто в по баштама сађена билјка, а дивља расте по камењарима „на истоку од Србије" (др С. Петровић). А код стоји: „Расте по сувим, каменитим местима у Крањској, јужном Тиролу, Аустрији" (значи да расте и на западу од Србије). Сади се по баштама као билзка за лек и за зачин. Јако и пријатно мирише. Цвета у јулу и августу. Олвајкада у употреби као лек.

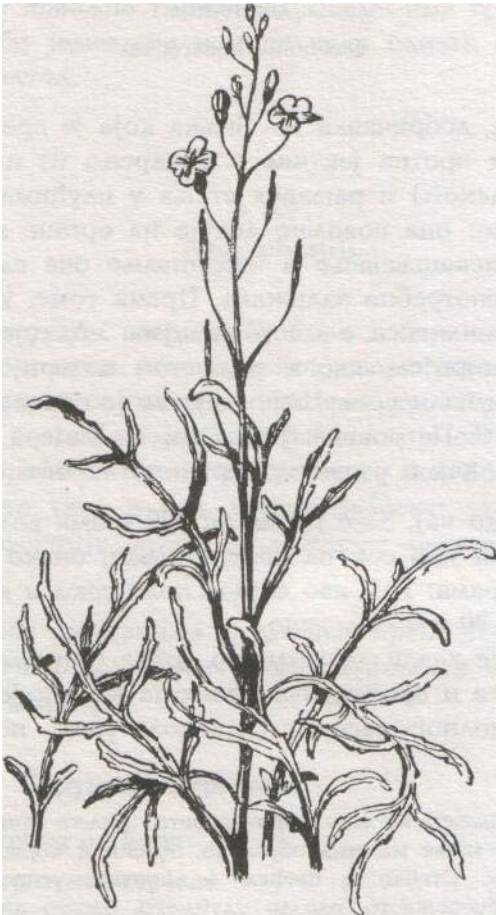
## б. дивљи КУПУС

За ову билјку Леклерк каже следеће:„ Она садржи у себи једну есенцију која, опет, садржи више састојака. Још ју је стари Диоскорид употребљавао као сред-ство за мокрење, а Матиол је приметио да она делује код грудних болести за избацавање слузи: „Кад се искува и кад јој се дода шећера, она помаже деци против кашља' — тврдио је он, „јер има иста својства, па н јача од угаса" (види 12). И збиља, дивљи купус (дивља салата) је билјка која заслу-жује да се примени. Брашно од њених зрна може заменити бра-шно од слачице; а сок, ако се попије, може дати већ помену-те користи: као средство за јачање и бољи рад органа, за по-јачавање лучења мокраће, као средство против слабости орга-низма (скорбута), а нарочито за избацавање слузи. Др Ш. По-тије, који је написао једну врло документовану студију, саве-тује да се од ње прави сируп: „

Од 40 грама сока свеже исцеће-ног и 100 грама сирупа, који се кувањем доводе до 100 грама;

а тако и тинктура у размери 10:100. Ја сам добијао у разним случајевима обилног шлајма у плућима и отеклих жлезда по-ред душника и бронхнја добре резултате од алкохолатуре у дози од 2 до 5 грама дневно, којој сам додавао, да бах јој поправио купус, који је доста тежак, алкохолатуре од калопера (конопљике, вратића, повратића)."

Нпр. Алкохолатура од дивљег купуса ..... 30 грама Алкохолатура од повратића ..... 10 „



### Дивљи купус

Давати од 40 до 60 капи у неком грудном чају, 4—5 пута дневно.

То је биљка-коров, са слободно развијеним гранчицама, боје сиво-зелене, при трљању непријатно мирише. Лишће јако исечено, рецкасто. Цветови приметно велики, жути као лимун, кад прецветају као кожа мрки. Махуне су му као цвеће у грозду. Семе ситно, многобројно, у два реда. Припада роду репица и купуса. Расте по камењарима и песку, а цвета од маја до октобра. Др Јосип Панчић налазио је ову биљку крај Ибра близу Краљева (др С. П.).

## 7. ДОБРИЧИЦА

Самобајка, добричавка. — Биљка која је пре играла важну улогу као лек против јектике и крварења из плућа (сок њен помешан с млеком) и рањавих стања у плућима. Али је данас једно поуздано: она повољно делује на органе за дисање дражећи их на искашљавање и избацавање оне слузи која се у бронхијама непотребно задржава. Према томе, корисна је код хроничних бронхитиса с много шлајма. Делује својим уљем, смоластом материјом, као и слузастом материјом која најпре слади, а затим пали уста. Њено дејство је слично дејству изопа (Леклерк, др С. Петровић). Код Ернеста Мајера она се наводи на осам места, чак и у дечењу нервних и полних болести.

Даје се као чај, 5—6 грама на 200 грама воде, али је болје да се употреби као сок од свеже биљке, онако сиров, у дози од 30 до 50 грама; или као сируп, пола сока и пола шећера, у дози од 40 до 80 грама дневно.

Леклерк се хвали да је добио добре резултате код хроничног бронхитиса и

проширења бронхија кад га је прописивао у облику алкохолног расола (алкохолатуре): по 2 кашичице дневно.

Ова по спољњем изгледу „бршљанаста“ биљка припада уснатицама и „више је или мање маљама обрастао, пузећи и корењави коров, који изгледа дугачак. Стабло с цвећем је кратко, усправно. Лишће му је округло — бубрежасто, одоздо удубљено, одозго личи на срце. Доње лишће има дугачке дршке. Цветови су плави до светлољубичасте боје, до 2 ст дужине, по шест цветова у пазуху стабљике. Цвет је два пута дужи него његов пехар. Расте поред путева, обала, на ивицама шума, на пустарама. Цвета од априла до јуна. Важила је одвајкада као лековита трава“.

## 8. ПУПОЉЦИ ОД ЈЕЛЕ И БОРА

Имају такође овде своју примену. Најбоље их је употреби-ти као чај у дози 20:1000 грама, по пола литра дневно (чаја). Или спремити од тога сируп и давати 100—200 грама дневно.

## 9. БОР

При непотпуном сагоревању бора добија се свима познати катран: течност црна, јаког мириса, опора укуса и густине као терпентин. Катран се раствара у спиритусу, етеру и уљима. Кад се помеша с водом, он јој даје разне своје састојке и боји је у жуто. Употребљава се на првом месту код болести органа за дисање, а исто тако и код других болести: за терање на мо-крење, дезинфекцију органа за мокрење, бешике итд. као и за знојење.

Овде је реч о органима за дисање; према томе. код хронич-ног бронхитиса и код других плућних болести може се употре-бити у овом облику:

Сируп од катрана:

Катрана од бора ..... 10 грама

Струготине од јеле ..... 30 „

Дестилисане или чисте, не кречне, планин-ске воде ..... 1000 „

То оставити да стоји 24 часа. Оцедити, додати белог шећера 1800 грама, и растворити. Узимати по 4 кашике дневно. Боље је узимати овај сируп после јела, поготову ако болесник има слаб стомак. има добар стомак, може га узимати пре јела.

Препарати: гвајакол, тиокол и др., који су улазили у сва-кодневну лекарску праксу, изваћени су из катрана.

## 10. МАЈКИНА ДУШИЦА И ТИМИЈАН

Бакина душица, поповац. — Обе врсте садрже танина, затим један горки састојак и једну есенцију коју чине два фенола, ти-мол и карвакрол (врсте карбола) — каже Леклерк. „Па како су једнаке у свом саставу, тако су једнаке и у свом деловању. Поред тога што имају и других особина, оне својим уљем делују добро на пулс и срчану радњу, повећавају физичку снагу болесника, поправљају душевно расположење, као и рад стомака. Делују и антисептично (убијају микробе), а против грчева у бронхијама; помажу крвоток кроз плућно ткиво и додир његов и пречишћавање с ваздухом; разводњавају слуз у плућима и *по-мажу при његовом избацивању*. Отуда се примењују и код кашља с грчевима код деце, тј. код магарећег кашља."

Најзгодније је употребити чај: по 10 грама на литар кљу-чале воде. Употребљава се цела биљка.

Као средство које је у стању да пружи користи у лечењу стомачних обољења нервно-подагричних болесника који у исто време пате од хроничног бронхитиса, злуотребљава се њена есенција, уље, затим пилуле. (прах од белог слеза)

Све за једну Лилулу; дневно узимати 2—10 пилула. Овај амигдалинсапун мешавина је стеарата, палмитата и содних олеата, добијених деловањем соде на уље од слатког бадема и друге врсте лоја и зејтина. Не треба да садржи ни глицерина ни вишка соде! Купање овим сапуном даје снаге и повољно делује на кожу и реуматичне појаве.

Мајкина душица је низак полужбун који расте свуда на сунчаним местима, ливадама и сувим шумским пропланцима, као и покрај путева.

О називу: није овде реч о „мајчиној", него о „мајкиној" душици. Према томе, правилно је само: мајкина душица.

**Цвета** од јуна до јесени. Дуговечна је биљка, јер из главног, јаког, дрвеног и усправног корена избијају у великом броју мале стабљике које леже по земљи, и које док су младе имају тамноцрвену или жутомрку боју; доцније на чворовима пуштају танко корење: навише из њих расту цветне стабљике, достижући 3—15 центиметара висине. Ове стабљике на крају се завршавају цветном главицом округлог или јајастог облика. Цветови су ружичасти, ребе бели.

## 11. ОЧАЈНИЦА

Смрдуша, горчика, кокочнтац, маруља, сумрак, пепељуга, је-трена трава. Ово је једна од прворазредних биљака за лечење плућних болести. Има многоструку примену, тј. не само у лечењу болесних плућа, после грипа и у случајевима туберкулозе (с ранама у плућима), него и код грозничавих стања, маларије (да може излечити грозницу и онде где се кинин показао као слаб, утврдили су клинички

Гарније, Ваније и Мадаус), тифуса и паратифуса и других стомачних грозница. Вреди забележити да на овој, још из старине познатој лековитој бил>ци нису нађени никакви паразити: претпоставља се да не могу на њој опстати због велике количине горчине коју она садржи.

Да објаснимо овде само начин њеног деловања на плућа:

„На основу разних посматрања може се закључити да овај лек мења сам састав слузокоже, раздвајајући слуз и убијајући бациле на слузокожи, те тако помаже њеном избацавању. За-хваљујући њој нема застоја шлајма у плућима, а с тим уједно престаје и кашаљ. Њено деловање може се упоредити са деловањем терпнина (лека изваћеног из терпентина). Чак је и боља од овога, јер не делује тако брутадно и не суши слузокожу, већ чини то што би се могло назвати чишћење метлом. Према томе, не треба се бојати да ће она у дози која се даје моћи да иза-зове бидо какво запаљење или какав надражај. Поред тога, како ова биљка не шкоди варењу и односи се према стомаку као активна горчина — она знатно помаже и изазивању апетита" (Леклерк).

. Цветови су збијени у гомилице без петељака, с изгледом непрекидног класа. Цела биљка може достићи висину до 1/2 метра. Очајница, као што понегде и само име показује („смрдуша") има јак мирис („на мошус"), укуса је лутог и горког. Цвета од јула до септембра.

Поточарка, резаница. — Ова биљка заслужује велику пажњу; прво, што се може корисно да употреби код грудних болести, чак и код туберкулозе; друго, што се може употребити и код шећерне болести, о чему ће бити говора у делу о болестима размене материје у телу. Због тога се употребљава ради чишћења крви у пролеће.

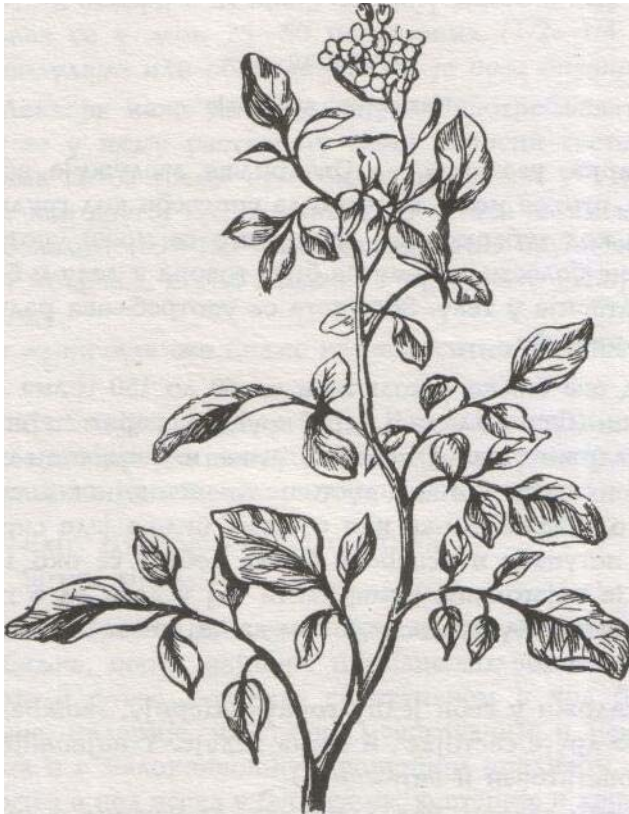
Сок од ове биљке у количини од 60 до 150 грама дневно у хладној супи (баш у хладној, јер у врућој испаре летећи састојци које она садржи у себи) повољно утиче и мења стање код хроничног бронхитиса с много густог слузаво-гнојног шлајма. Сок се добија од свеже биљке или се сама бил>ка једе сирова. Од 275 грама истуцане и исцећене биљке добија се око 190 грама сока. Али је најзгодније припремити чај у дози од 6 грама ове биљке на шољу клучале воде, с тим да чај кисне 20 минута. Тре-ба пити 2—3 шоље дневно.

Угас садржи у себи једну горку материју, гвожђе, фосфор, јод и разне друге састојке<sup>1</sup>, и њима дедује. У најновије време у угасу је констатован и витамин Е. Још стари лекари, као Хипократ, Диоскорид и др., употребљавали су ову биљку као средство за избацавање шлајма код хроничних катара плућа, код промуклости певача, болова у гуши и гркљану беседника, глумаца и професора и др.

<sup>1</sup> „Рафанолид, један гликозид — гликонастурцин, који ферменти (пшто се налазе у овој билци) удвостручавају у гликозу и сеневољ, есенцију с јаким мирисом слачице." Ова анализа свакако није за нестручне читаоце, али је наводим да се види важност овог лека.

Она спада у фамилију крсташица које све садрже зејтине (сумпорно-азотне) и у стању су да повољно измене лучење слузи у бронхијама, чак и густог, слузаво-гнојног (Леклерк).

Напомена. — Болесници код којих се после краћег или ду-жег примања овог лека случајно појаве болови у мокраћној бе-



### Угас

шици нека" знају да је то последица овога лека. То су приметили како стари тако и савремени лекари (Аристофан, Бленд, Леклерк, Бримето).

Ова биљка је дуговечна. Расте поред река, по потоцима, јасно је зелена, често пузи и из стабла пушта корење, али кад плива по води, може живети и размножавати се без додира са земљом. Стабло може да до-стигне 2,5 метра дужине, па и три. Лишће је меснато, има га и под водом

и изнад воде. Цветови су у грозду, на дугачким дршкама, бели, налик на цветове репице или купуса. Зато се негује поред текућих (не стајаћих) вода, па и у нарочитим базенима као салата за јело. Стабљике које још нису цветале боље су него процветале, јер су мање љуте.

„Цветови ове биљке, даље, садрже мед и због тога их јако посећују пчеле. Грана коју бисмо метнули у слатку текућу воду живи врло добро и убрзо пушта корење којим се прихвата" (А. Сатив).

### 13. ШАФРАН

Јесењи шафран. — О овој биљци говорићемо подробније у одељку о женским болестима. Овде је наводимо само стога што се и она примењује код плућних болести. Др Лијежоа, по Леклерку, који је имао често прилике да је примењује код хроничног бронхитиса, сматра да њен главни састојак, ароматична есен-ција, при пролазу кроз плућа стишава кашаљ на тај начин што опија завршетке нерава у уским мехурастим бронхијама.



Од шафранових наранџастоцрвених цветова припрема се чај у дози 15:1000, тј. 3 грама на шољу чаја, и пије по 2—3 шоље дневно; или се узима 2—5 грама тинктуре дневно, пошто се справи-у размери 10—20 на 180 грама шећера. Спремљен сируп узимати супеним кашикама.

## 14. ОРЛОВИ НОКТИ

Лоницера цаприфолиум

Козја крв. — У лечењу ове болести употребљавају се суви дветови и кора. Цветови — као благо средство које стишава кашаљ (др С. Петровић). Чај је добар нарочито код оболења плућа услед назеба, а тако исто и код астме.

Доза је: 4—6 грама на шољу кључале воде, и треба пити по 2—3 шоље дневно.

Др С. Петровић казао је даље: „У француској књизи за справљање лекова прописан је сируп од цветова ове биљке (100 грама чаја: 180 грама



Орлови нокти (*Lonicera caprifolium*)

„Кора је некад препоручивана као лек за чишћење крви у сифилису и кожним болестима. Сад се ова биљка само у популарној медшци употребљава." Разуме се, у наведеној дози!

Ово је жбунић с танким гранама које се увијају једна око друге. Расте у јужној Европи, а гаји се и по баштама. На врху његових грана израсте грозд цветова, као кита, која кад прецвета даје црвену главицу, зрна, „јагода" као плод. Листови на неплодним деловима грана с доње стране су плавозелени и усамљени, а на горњим плодним деловима грана расту срасли по два у основи, „као да су листови прорасли један у дру-ги". Кад се обавија око другог дрвета као павит, може да достигне велику висину (30—50 метара) и може дуго да живи (30—50 година).

## 15. ДИВЉА САЛАТА

Отровна салата. — Лековити састојак салате (тзв. лактука-ријум) добија се на исти начин као што се добија опијум из мака, наиме: кад је салата у цвету, на њеном се стаблу направе разрези из којих процури бели сок који се на ваздуху згусне и постане мрк. То је лактукаријум — млечњак.

Лактукаријум има јак мирис, горак је и у стању је да успава као опијум. Доза му је мала: десети део грама до пола грама (0,1—0,5 грама) највише. То се може уваљати у пилуле, или дати у неком соку, сирупу.

Кад се изгњече стабљике дивље салате и добије сок и тај се сок помоћу топлоте згусне и исуши, добија се такозвана тридаса.

И млечњак (лактукаријум) и тридаса употребљавају се у медицини као средства која могу заменити опијум, као што је већ речено. Али се не држе дуго и брзо изгубе своје дејство; зато их треба примењивати свеже.

Ови лекови нарочито су добри против нервног кашља. Према томе, из њих могу да се спреме овакви лекови:

Згустка од лактукаријума ..... 0,25 грама

Шећера ..... 100 „

Дестилисане или чисте планинске воде' 500 „

Кад узмемо да се згустак опијума може дати у дози од пет центиграма (половина десетог дела од грама или једна дваде-сетина његова) — значи да се згустак лактукаријума (млечњака) може дати у истој количини; дакле, горњи лек може да се узме у 15 пута или у току пет дана-по-три пута дневно. Тако се и подели.

Још је једноставније спремити лек од тридасе (видети на-I пред), а нарочито сируп:

Планинска вода, која није кречна, по моме искуству, може да замени апотекарску дестилисану воду.

Тридасе (згуснутог сока од исцебене стабљике дивље салате) ..... 25 грама

Дестилисане или планинске воде .... 50 „

Сирупа од шећера ..... 980 „

Може се спремити лек с половином материјала.

Даје се по 30—60 грама дневно код нервног кашља (стално голицање без слузи).

И најзад, у нашим јужним крајевима може се спремити овај лек од млечњака и опијума:

Згустка од млечњака ..... 1,05 грама

Згустка од опијума ..... 3/4 грама (0,75)

Бела шећера . . . . . 2000 грама

Сока од лимуна ..... 1 кашичица

Воде од поморанџиног цвета или коре 40 грама

Од свега тога направити сируп. Доза је 30—60 грама дневно против нервног кашља, акутног бронхитиса итд. За децу се доза рачуна према годинама: 1/16 — за децу до 1—1,1/2 годину; 1/8 за децу до 3 године, 1/4 — до 6 година, 1/3 — до 8—9 година,

1/2 за децу до 12 година, итд.

„Наркотична (успављујућа) особина дивље салате позната је била и старим лекарима. Хипократ, Целзије, Галије и други лекари употребљавали су је као лек. Стари Римљани имали су обичај да је увече једу повише, кад су желели да боље спавају. Стари су такође мислили да она слаби органе за плођење" (др С. Петровић). Она стишава велику похотљивост. Течан екстракт употребљава се (2—3 кашичице дневно) за испирање код жена.

Као свеже зеље употребљава се и баштенска салата и у тзв. пролетњим лечењима ради прочишћавања крви у већим количинама, упоредо с одговарајућом лакшом дијетом, с употребом сокова од воћа или са чајевима од лековитих биљака. О томе види подробније главу „Опште болести организма“.

Салата је толико позната биљка да је, мислим, непотребно да се надугачко описује. Једногодишња је биљка. Њене стаблике су усправљене, глатке и гранате, цветови су поређани у гроздове. Сеје се по баштама.

## 16. МИРТА



### Мирта (mirtus comunus)

Уз ове лековите биљке могу се навести и друге са истим или слабијим дејством. Међу њима је најбољег дејства и најчешће помињана коњеда — о којој се говори у одељку о заразним болестима. Поменућемо још једну биљку: Расте близу Средоземља, као жбун; садржи есенцију миртол и добру дозу танина. Миртол се може употребити ректално: у чепићима по 0,25—0,5 грама. Иначе се мирта може узимати као чај (15:1000), као течан екстракт (0,20—0,6 грама) и као тинктура (2—4 грама), и то код оболења плућа и мокраћно-полних органа.

## ТРУЛЕЖ И ТРУЛЕЊЕ У ПЛУЋИМА ПЛУЋНА ГАНГРЕНА

### БЕЛИ ЛУК

Алиум саставум

Код дуготрајних бронхитиса са непријатним задахом, мири-сом трулежи и обиљем испљувака из уста најкорисније је употребити бели лук. Нећемо да говоримо много о томе шта у гла-вици белог лука има (есенција са сумпором итд.), него ћемо на-вести шта о томе леку каже такав ауторитет као што је проф. Лепер у својој књизи (*Лечење плућа и туберкулозе*, стр. 127, изд. 1932. год., Париз).

„Бели лук је био препоручен од стране др Леклерка код бронхитиса и од моје стране има већ петнаест година. Мој први болесник имао је труљење (гангрену), омртвљавање у плућима на три места, и био је излечен тинктуром од лука, коју је узимао и пио. Та мибао да употребим бели лук дошла ми је случајно кад сам констатовао код једног излеченог болесника да мирише на бели лук после убризгавања у вену препарата арсеника (како-дилата), који се, као што је многим познато, даје за појача-ње крви. Лек, који ми је спремио Иријер (Нитег), није био ништа друго до наквашен бели лук у алкохолу од 60 гради. Таква тинк-тура је јако активна и садржи оне лековите састојке којима делује.

При мерењу температуре болесникове може се видети како она постепено и стално опада кад се овај прост лек редовно даје, и како се она одмах пење чим се изостави. Затим, како поново опада кад се продужи давати, и најзад долази излечење."

Други научници потврдили су такође ово деловање белог лука. Тако је проф. Лемијер приказао једног болесника Друштву болничких лекара у Паризу, који је био врло поучан случај. Је-дан болесник, који је био лечен два и по месеца свим могућим средствима, рачунајући ту и серум против трулења плућа (ган-грене), и без успеха — био је излечен за 17 дана свакодневним узимањем тинктуре од белог лука, по 50 капи. „Може се тврдити", вели проф. Лепер, „да се од свих средстава која су досад упо-требљавана за аитисептику плућа (убијање бацила у њима) бели лук показао као најсигурнији. Ја не верујем да је неки специ-фични лек (једини најбољи за ту болест), али у сваком случају он даје изванредне резултате." И Леклерк признаје ово иску-ство проф. Леперу. Још ако су то болесници с повећаним притиском, онда је примена белог лука, који делује на снижавање крвног притиска, утолико умеснија.

У том случају он се даје по 20—30 капи као алкохолатура пре ручка и вечере у току два дана, затим се два дана изоставља, па опет даје два дана, и тако наизменце. вароши, где се људи боје да миришу на бели лук, може се овај давати ако се скува у млеку или чистој супи, или ако се направи од њега сируп (узима се 1 део лука, 2 дела воде и то-лико исто шећера) и даје по 2—3 кашике дневно. Лечење белим луком може трајати месецима, па и читаве го-дине без икакве штете. Др Е. Мајер такође истиче, као и францу-ски научници, да је примена овог простог средства оправдана више тамо где имамо у плућима старе катаре с истовременим повећањем крвног притиска. Како бели лук делује повољно на снижавање притиска — може се применити и код крварења из таквих плућа. Да ли он делује у том случају преко срца или на крвне судове — није важно, главно је да делује. Радећи у том правцу др Е. Мајер добио је изванредне резултате и код старих катара плућа великих пушача дувана и честих рђавих последица од злоупотребе дувана, па и директног тровања дуваном, с цело-купним тешким стањем. У том циљу он као сигурна средства препоручује препарате *alisatin-sandos* и *camyljus biuuger*. Обе школе, дакле, и француска и немачка, утврдиле су лековито деловање белог лука на плућа.

## ЗАПАЉЕЊЕ ПЛУЋА

Одмах после великог назеба услед јаког ветра, кише, лежааа на хладној земљи, или у сенци на мокрој трави, од мокрих и прозеблих могу; после јаког бронхитиса, после грипа, па и после умора и случајне заразе — добија се запаљење плућа. Њега прати грозничаво стање, висока температура тела, дрхтавица, главобоља, болови са стране у ребрима, леВима, крстима, кашаљ с изба-цивањем испљувака прорећених крвљу, боје рјзе, несаница, кат-кад повраћање итд.

Чисто, самостално запаљење плућа састоји се у приливу крви у један део плућа услед заразе и концентрације (скупљања) ба-цила који изазивају плућна оболења на том месту. Ово стање може се каткад претворити у општу заразу крви и свршити болесниковом смрћу. Негом, дијетом и лечењем ова се болест може лако пребродити, ако је организам оболелога иоле отпоран и није сувише стар. Код ове, врло озбиљне болести потребно је, између осталог, узимати напитке ради доброг мокрења. За то треба давати:

Чај од липе, чај од црног слеза, чај од љубичице, чај од мешавине „четири цвета“ — увек све у дози;

10 грама на литар воде (или 5 грама на 1/2 литра),

Чај од ољуштеног јечма; кафу, прави чај. лимунаду, оран-жаду и одвар од кининове коре (купи се у апотеци) — све с мало коњака или слатког вина, а по жељи и са. слатким од помо-равди.

Доза за кининову кору (иако је то страна биљка, чинимо овде изузетак), јесте:

10—15 грама коре од кининовог дрвета на 400 фама воде.

То се кува око пола сата — док се не укува до 200 грама, и даје на сат и по 1 супена кашика. 0 физичким методама (обло-гама, чашама — вентузима итд.) да не говоримо. После пада температуре, не пре, даје се један од оних лекова који помажу избацивање слузаве материје из плућа (шлајма), а то су:

- 1) бели слез
- 2) мешавина „грудно цвеће“
- 3) сок од црвеног купуса
- 4) благовањ
- 5) добричица
- 6) очајница
- 7) подбел
- 8) пупољци од јеле и бора, као сируп.

Видети опис свих ових трава код акутног бронхитиса и хро-ничног бронхитиса.

## 9. ЈАГЛИКА

Чај од куваног корена ове биљке, који се по изузетку вади у пролеће и суши, ако се одмах не употреби, прави се од 4 до 6 грама на шољу кључале воде — и даје по три шоље дневно.

## 10. РАЗВОДНИК

*Пасквица.* — Узима се као средство за знојење и пречишћавање „нечисте“ крви. У овој биљци има састојака (сапонина) који, као средство за знојење, јако помажу решењу кризе код пнеумоније (па и запаљења марамнице с „водом“), Многи виђени лекари препоручују ову биљку и код других болести (реуматизма, подафе, сифилиса, кожних болести).

Прописује се стабљика ове биљке у облику одвара у дози 30 грама на литар кључале воде, или као сируп:

Узети разводникове ол»уштене стаблике, исецкане ..... 100 грама  
Додати кључале воде .....!.. 1500 „

После стајања у води у току 6 часова, ту течност процедити притискањем. Оставити да се течност избистри. Оцедити и додати

по 180 грама шбћера на сваких 100 грама течности. Опет брзо прокувати и чим проври — процедити. Од тога давати 50—100 грама дневно.

Према старим књигама о биљу, ова се биљка сматрала као отровна. Значи да мора само на овај начин да се спреми, тј. да се са стабљика ол»ушти кора и онда ове оставе да у води кисну

Стабљика ове биљке при дну је дрвенаста, има лозасте гранчице од 1 до 3 метра висине које у току зиме измрзну. Лишће је срцасто-јајасто округло, или јајасто-копљасто; на срцастом дну листови имају прирасла два мања листића, гола или слабо малава. Цветићи су мали, лубичасто-плави с крупним великим прашницима, који дају после мале, такобе ја-јасто-округле бобице, боје јасно црвене кад узру. Расте покрај путева и влажних места. Цвета од јуна до августа.

## 10. КАНТАРИОН

Госпођин цвет, госпоино зеље. — Ако после запаљења плућа постоји сувишно избацавање испљувка и то се избацавање отегне на дуже време, онда је кориено применити госпоин цвет (кан-тарион).

Примењује се као чај у дози од 10 до 15 грама цветних вр-хова, прокуваних брзо, у литру воде и даје по 2—3 шоље дневно пре јела.

Овај напиток је балзамичан, горак, али има то својство да подстиче апетит и умањује избацавање шлајма.

Веру у овај лек да може излечити туберкулозу треба сматрати за мит и напустити је сасвим.

Али је добро употребити га у мешавини с подједнаким деловима: очајнице, кичице, мајкине душице и изопа — по 20 грама:

да буде с кантарионом 100 грама.

Спремити: по 1 супену кашику на шољу прокуваног чаја;

2 пута дневно пити топло, изјутра рано и увече

## ЗАПАЉЕЊЕ ПЛУЋНЕ МАРАМИЦЕ

Сам назив показује да је то обољење оне танке слузокоже која са спољашње стране покрива плућа и прелази на унутарњи зид грудног коша и горњу страну дијафрагме (делом), коју та-кође покрива. Ако ово запаљење марамице није дошло услед туберкулозе, чије је жариште на другом месту, или услед неке друге заразне клице, онда оно долази најчешће услед назеба. Бо лесник почиње осећати да му се пење температура тела, добија дрхтавицу, теже и убрзано дише, почиње да га пробада на обо-лелој страни грудног коша, око брадавице, испод пазуха или испод лопатице; почиње суво да кашље, тј. иако нема шта да искашље, надражај на кашал је чест код болесника и кад дише, кад уздахне болови са стране су јачи. Принуђен је да лежи на оној страни на којој осећа болове, да би оном другом страном могао слободно дисати. У грудном простору између плућног тки-ва и грудног коша излучује се често светла „вода“, у количини до неколико литара, коју констатује или лекар или је болесник осећа по свом тешком и убрзаном дисању и притиску који она врши у прсима и на месту излива. Пулс постаје убрзан, јер је радња срца отежана. На то се надовезују и друге комплика-ције у самим плућима, бубрезима итд. Често се запаљењв мара-мице мора одвојити од реуматизма мишића тих места, од болести нерава, који се иначе налазе између ребара (грудног коша) — тзв. неуралгије, као и пробода од запал>ења плућа. Строго треба водити рачуна о томе да ли је запаљење туберкулозно или не, јер се лечење много разликује у ова два случаја.

Код запаљења плућне марамице услед назеба треба најпре болесника метнути у постељу и дати му да пије топле напитке и чајеве, који изазивају знојење и добро мокрење, а из хране из-бацити кухињску со.

## 1. КРАСУЉК 2. МАСЛАЧАК

Некада је красулак био познат као епецифично средство против запал>ења плућне марамице услед назеба. Сад се пак не употребљава сам, него већином с кореном маслачка, коме даје мекши, слаћи укус, а који помаже при том и рад црне цигерице (јетре). Корен красуљка делује и против скорбута, значи да у њему има неких витамина. Чај од лишћа красуљка употребљава се као средство против унутрашњих крварења (нпр. из плућа и из бубрега).

Чају који се добија од красуљка најбоде је додавати све-жег сока од корена маслачка (1 кашичица) и мало ракије. У не-достатку свежег сока од корена маслачкова, може се додавати овом чају вода од искуваног корена маслачка, тј. одвар, у дози 1—2 кашике дневно. Дакле 2 шоље чаја дневно.

Деловање маслачка објашњава се овде тиме што његов ко-рен и трава садрже много калијума, а који, опет, има своју до-бру диуретичку моћ (увећава мокрење) — што се овде тражи. Ради знојења може се дати као чај са сувим цветом од зове и

с димњачом (у дози 10—30 грама), али само у току осам дана (види разлог томе у опису димњаче).

Красулак је лековита и украона биља; расте крај друмова и ливада, а гаји се више врста и по баштама за украс. Цвета преко целе године. Доста је видети га и лако запамтити. Корен му је дебео и кос, биљка 2—3 дециметра висока; цвеће је бело, ишарано ружичастим или црвеним пругама, на крају стаблике носи по један цвет. Лишће је при земљи.

Маслачак (и његов корен) спада у коров; има дуговечан корен, ли-шће при дну и усправну стаблику, на чијем крају расте цветна главица с многим жутиим цветићима. Лишће је дугачко и зупчато као тестера с обе стране. Цвета од маја до октобра. Има га много врста: барског, усправног, сивозеленог, ниског итд., које се разликују најчешће према облику листа.

Уз ове биљке, поменућемо још:

### 3. ПАУВАЊАК

Раније се сматрало да ова биљка може лечити туберкулозу, меВугим, она је у ствари лако средство за знојење, као што је борач.

Примењује се као и красулак.

## ПРОШИРЕЊЕ ПЛУЋА (ЕМФИЗЕМА)

Дуготрајни бронхијални катар са задржавањем слузи у плућима и кашљем доводи — у вези с другим тешкоћама које су по-следица обољења срца, рђавог крвотока у плућима, старости са-' мог ткива, па и тешког занимања — до проширења плућног ме-хурастог ткива, које се проширује, те није у стању да се добро скупља и проветрава: плућа се постепено надувавају и ваздух се још мање обнавља. Последице тога су тешко дисање: слузаве материје, које се налазе у бронхијама, при удисању слабије пропуштају ваадух, а при издисању ваздух се враћа још теже и дуже. Човек постаје сипљив: теже дише кад год има да изврши какав иоде већи напор, а на крају сасвим ослаби, јер се после-дице таквог недовољног дисања преносе и на цело тело (на срце итд.) и цео изглед човеков.

Према томе, потребно је лечити бронхијални катар и не допустити да дође до задржавања шлајма, што баш омогућује проширење плућа.

Зато почнимо описом свих оних лекова које смо навели као средство за лечење дуготрајног бронхитиса. Овде се при оби-латом лучењу слузних материја из плућа, помешаним с гаојем итд. — могу да искористе ове биљке:

### 1. ДИВЉИ КУПУС

И др Сава Петровић пре више деценија и савременик наш др Леклерк наводе ову биљку као средство против хроничног катара у плућима. У Француској, вели др С.



Петровић, доскора је прилично био употребљаван сируп начињен од сока ове биљке. Но Леклерк каже да је најбоље давати алкохолни расол<sup>1</sup> ове биљке у дози 2—5 грама дневно. Да би се њен укус, који је доста опор, мало поправио, треба га мешати с алкохолним расолом грудног корења или дивљеан-гелике (ангелика силестиссу 30:10 грама. И од те смеше треба узимати 40—60 капи дневно, а поделити у 4—5 маха. Треба их давати у чају од неког плућног цвета.

„Ова је биљка ретка код нас. Др Панчић ју је налазио на Ибру." Спада у ред крсташица и у врсту ротквица. Цветови су јој жути, крупни и миришљави. Расте по камењарима, а цвета од маја до октобра.

Што се тиче дивле ангелике ил<sup>^</sup> грудног корена (ангелика силвес) она садржи у себи разне гумене материје и валери-јанску киселину, помоћу којих делује повољно код бронхитиса на стомак, нерве, главобољу и знојење.

## 2. ДОБРИЧИЦА

Самобајка, добричавка. — Ова билјка је помњана код хроничног бронхитиса. Али је овде поново наводимо, да се њено деловање не превиди. Тамо је описана ошцирније.

<sup>1</sup> Мада звучи мало необично, јер изазива представу о купусном расолу, опет мислим да је ово најподеснији израз за наквашено биће у алкохолу (нпр. расол од воде или расол од алкохола).

Даје се у облику алкохолног расола по 2 кафене кашичице дневно у неком чају. Једноставнија њена примена је узимање чаја, али је боље употребити сок од свеже билјке, чист, 30—50 грама дневно; или сируп, направљен од сока и простог сирупа у подједнаким количинама: дневна доза је 40—80 грама.

## 3. КОПИТЊАК

Коњско крпито, копитник, омиљник, лесковњача. — Од-вајкада је важио као лековит. Употребљава се корен и лист. Оба дела су ароматична.

Код болесника који имају пуне груди шлајма, што бива не гако ретко код деце и јачих људи, и где треба да се постигне чишћење плућа од шлајма, чак и повраћањем, препоручује се копитњак.

Треба употребавати увек свежу билјку или скоро убрану, јер се она брзо мења. Дозе за чај су; 7—8 листића на шољ вруће воде. Или прах од корена, такође у врућој води, у количини 1—2 грама на шољу. Међутим, алкохолни расол не изазива повраћање и делује као добар лек за избацивање шлајма у дози од 2 до 4 грама дневно.

Копитњак спада у групу лекова који изазивају знојење, а и међу средства за повраћање, што се може применити код оболеле деце. У том случају

рецепт би био овакав:.

Пет грама корена од копитњака предити шољом вруће воде

- давати кашикама, једну за другом, до дејства.

Копитњак је ниска биљка, с дуговечним пузећим кореном, има кратко стабло, и на стаблу обично два листа с дугачком дршком. Листови имају облик срца или бубрега, 2—6 центиметара ширине. Међу њима взбија један једини. цвет, с кржљавом дршком. Цела биљка мирише јако

- пријатно. Расте по шумама и жбуњу. Цвета у априлу и мају.

Овде се она примењује као средство за повраћање код ду-гог задржавања шлајма у плућима. Како ће деловати ова билка, чпја је примена у најновије време потпуно призната и оправ-дана, зависи од количине узете за лек. За повраћање, дакле, узима се исечен корен, у комадићима, у колични 15—30 грама и кува се у 300 грама воде док се не укува на половину.

За избацивање само шлајма употребљава се 4—5 грама ко-рена и спрема се исто тако; узима се 5 или 6 кашика дневно.

Добијен одвар заслади се с 50 грама сирупа добијеног од свежих цветова.

Сируп од љубичице, који има и лепу боју и добар укус, спрема се на овај начин:

Свежих цветова од љубичице . . . . . 100 грама

Кључале воде ..... 1000 „

То се остави да кисне 12 часова. Добро се поклопи! Затим се процеди притискивањем. Течност се остави да се избистри, онда се одлије и дода шећера 1800 грама. Све ово може се ура-дити са десет пута мањом количином.

Може се применити и на овај начи:

- 1) Корена од љубичице у праху 30 грама, на 4 или на 2 часа наврх ножа.
- 2) Или као чај у дози 10 грама на 200 грама воде;  
5—6 кашика дневно.

## 5. ПЕРУНИКА

Овако се исто могу овде применити плава перуника или виноградска ружа што расте око Пирота (ирис гремара), и жуга водена перуника (ирис псеудроцум).

За спремање лека од њих употребљавају се мале дозе: по 1/2 грама корена за две чаше чаја. Те две чаше пију се у току 24 часа. Сок из корена или екстракт водене перунике показао се као добар за заустављање крви, нпр. из носа (ушмркивање) код плућних болесника.



## Перуника

У смеши с описаним красуљком може се узимати и против унутарњих крварења. Немачки назив за ове биље је, што значи „мачсруника“, тј. да корен имају јак, с много изданака у земљицама им је лишће танко, широко и дугачко као мач. Из средине биљке избија дугачко стабло, које на врху носи цвет (док се није развио, округлог, дугачко-копљастог облика) плаве (у првом случају) или жуте боје (у другом).

## СТАРАЧКИ БРОНХИТИС (кашал. и заптивање)

Ко иоле познаје човечји организам мора признати, ма не био лекар, да хроничан бронхитис код људи у годинама није исто што и бронхитис после назеба, грипа, запаљења, инфекције, операције итд. младих људи, па и људи средњег доба. Ту постоји разлика у стању самих плућа, тј. у свежини или слабости плућног ткива: да ли су плућа проширена или нису, јесу ли попустила услед многих прележаних болести раније; да ли су крвни судови млади или су већ мање или више склерозирани, је ли наступило скречавање њихових зидова, је ли срце слабо, постоје ли срчане мане и друге какве болести: гојазност, подагра (гихт), реуматизам, болести јетре, бубрега итд., које задржавају и влагу у плућима (слуз, шлајм).

Према томе, у оваквим случајевима, поред лекова који лече поједине болести „на лицу места“, а припадају групи плућних болести, као нпр. хроничан бронхитис, расејан у једном или у оба плућна крила, проширење плућа, астма, па и старачка туберкулоза (јер има доста и таквих случајева) — болесници ове категорије морају узимати и лекове који делују на срце, крвоток и крвне судове (нпр. на склерозу), као и на сапутне болести. Другим речима, болесници не морају сав шлајм искашљати и избацити кроз уста, него могу његово стварање и извирање у плућима спречити другим путем, нпр. јачим мокрењем, дакле, деловањем на бубреге или путем чишћења. Због тога ће они узимати лекове који поправљају крвоток, или лече склерозу, или испражњују јаче и брже трбушне органе и, специјално, црева. Јер каткад се постиже много бољи резултат кад се иде овим другим путем него кад се иде горим, тј. кад се узимају само лекови за „избацивање шлајма“. И уколико је болесник старији утолико је овај начин практичнији, јер бронхитис, хронични катар и застоји шлајма „у дну“ плућа, како у доњем левом, тако и у доњем десном режњу, и у оном делу што лежи ближе кичми и углу између грудног коша и кичме (ребра, грудна преграда, кичмени стуб) тешко се чисте и ослобађају слузастих и уопште влажних материја и код млађих болесника. Ти се делови тешко проветравају и свежим ваздухом, а камоли нечистим. Још ако код болесника постоји склероза крвних судова, а с њом и слабост плућног ткива, које није у стању да лако избаци штетне материје из уских и широких бронхија онда је узалуд давати само средство „за избацивање шлајма“, него је боље дати средство за мокрење и чишћење, каткад благо а каткад и врло јако. Стога нека читалац потражи упутства и у оделку у којем се говори о лечењу бубрега, о болем мокрењу, а и тамо где се говори о лечењу млитавих црева и затвора.

Као основне лекове код старачких бронхитиса треба сма-трати ове:

## 1. ЦЕЛЕР

Целер се сматрао као лек од прастарих времена. Његово лишће скувано с млеком — пије се топло, и нарочито је добро за старије луде који не мокре добро, а имају уз то реуматизам и подагру (гихт), болове у зглобовима итд., као и наклоност к отоцима.

Чај од лишћа целера у дози 15—20 грама на литар клучале воде треба попити у току 24 часа.

Корен од целера даје се у другу сврху.

„Корен ове биљке је вретепаст, а постаје меснат и крупан кад се лепо гаји. Двогодишња је биљка, од 2 до 6 дециметара висине; глатка, миришљава. Цвета је ситног, белог. Сабена по баштама. Стабло је усправио, шупле, јако гранато, ижлеблено. Амрели су насабени на кратке пуполке; сложени од 6 до 12 кракова" (др С. Петровић).

## 2. ГАВЕЗ

Гавез црни, воловски језик, црни корен, пљушч.— Употре-бљава се његово цвеће и лишће за справљање чаја: по 10 грама биљке на литар воде. Изазива знојење и јаче мокрење и благо делује на прса, на бронхије и кашаљ.

*Примедба.* — Не сме да се спрема у гвозденом посућу, јер од тога добија лош укус.

Гавез расте поред потока и на влажним местима. Сматрао се одвајкада као лековита биљка. Цела биљка може бити кувана у води или у вино, или од његовог лишћа и цвећа може бити спремљен сируп, у ком случају се даје мала винска чаша до шоље од чаја 2—3 пута дневно после јела. У Америци се употребљава његов корен. Кафена кашичица иситњеног корена прелива се шољом клучале воде и оставља да кисне пола сата. Кад окисне, пије се пуним гутљајима 1—2 шоље дневно.

Корен му је дебео, вретенаст. Стабло усправно, тврдо, до 1 метра висине. Има грања. Лишће широко копљасто, са дугачким оштрим врхом, има грубо рапаве мале. Цвеће је у грозду, у две ките подељено. Цветовн дугуљасте, боје жућкасте или јарко црвене. Цвета маја или септембра.

## 3. ЦРВЕНИ КУПУС

Сок од ове врсте купуса са шећером даје сируп који врло добро, бдаго делује на плућа. Познат је био одавно под име-ном Берхавов сируп (др С. П.). Исте особине има и сок од других врста купуса, али је црвени у том погледу бољи. Вода од куваног купуса може се попити зашећерена као чај.

Спол.ну примену купуса описали смо на другом месту (виде-ти Хируршке болести). Овде да наведемо укратко шта је казао др С. Петровић: „Купус има у себи више креча него иједна врста

биљне хране, па је чудо што није употребљен у болестима које се одликују недостатком креча. У расолу од купуса има доста млечне киселине, а и фосфорног креча, раствореног у тој киселини. По томе би расб могао заменити сируп или вино од млечно-фосфорног креча, који се у апотекама скупо продаје." Разуме се да такав расо не сме бити слан (примедба писца).

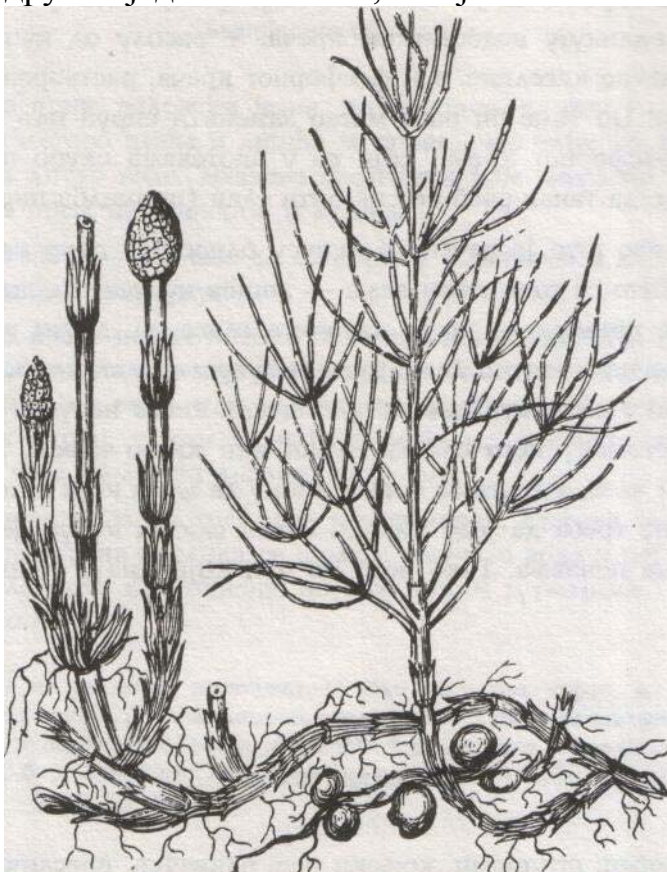
Све ово што је речено о купусу односи се само на сок од купуса. Што се тиче

самог зеља — лишћа купуса итд. као хране и његове примене — то је нарочита глава, тј. други разговор. Узгред да напоменемо да се кувани купус, сладак или кисео, те-шко вари у стомаку. Сладак пресан или кисео некуван боле се вари у стомаку него сладак куван или кисео куван. Први се вари за 2 часа, а други за 4 часа. Кажу да људи који пате од главобоље не треба да једу никако куван сладак купус, јер им се главобоља понавља. Тако исто ни они који имају уопште слаб стомак.

#### 4. РАСТАВИЋ

Коњореп, штукавац, коњски реп, пливачка, пресличица пол-на, сребрњача, косова трава, гајдица, пискавец креш, вошће, крастек пољскн. — Ова трава, која расте по песковитим местима поред река и потока — употребљава се цела биљка — потиуно одговара задатку који се од ње тражи: добра је и за плућа и за мокреће. То је биљка у којој има силицијума, врло корисног за плућне болести.

Најбоља је она која расте поред камења вулканског порекла, као нпр. у Врњцима. Употребљава се као одвар или кувани чај. Најбоље је да се даје с другом једном биљком, а та је:



Раставић

#### 5. СМРДЉИВА КОПРИВА

Воденичица, мртва коприва. — Ова трава спрема се на овај начин: узимају се две кашике и потопе у 300—350 грама воде. То се кува 20—30 минута док се не укува до половине — на је-дну шољу. Затим се процеди и пије топло, млако, без шећера — на празац стомак и пре спавања, дакле два пута дневно. Спрема се увек свеж чај. Ако се укус не подноси, може се додати кома-дић лимуна у шољу. „Ова је биљка слабог мириса. У њој има смоласте материје. Употребљава се гдешто, нарочито у Немачкој, против катара плућа. Она улази у састав Блакенхајмовог чаја, који у Немачко} простији свет прилично троши и даје се против јектике, но нема никаква особита деловања, већ прмаже искашљавање као и добричица и друго сродно биље" (др С. П.). Покојни др Ковја-нић из Врњаци топло је препоручивао смешу ове билке с раставићем, и ја сам је многобројним бодесницима препоручивао и чуо само похвале о њеном деловању. Реч је о свим врстама брон-хитиса и плућних катара, изузев туберкулозе, па и ту је умесно употребити раставић, о чему ћемо говорити у излагању о тој болести. Лечење раставићем последњих година постало је вео-ма популарно; благодарјећи нашим упутствима свуда га беру и траже.

Смрдлива коприва има стабло усправно, 1—3 дециметра високо, гранато, с многим коленима, а изнутра је шупље, покривено густим и кратким маљама. Лишће је ланцетасто, јако је малаво, цвеће у пазуху жолену обично је бело-жуто, с изузетком ружичасто. Припада уснатч-вама Једногодишња је бил>ка. Цвета у јулу и августу.

## б. момчик и КША

Може потпуно да замени страну биљку сенега, која се употребљава у исту сврху, • много се код нас користила. Ове две билке треба, дакле, применити при крају акутних катара, кад ови почну „сазревати", код хроничних катара и уопште свуда где се лучи много слузи (др С- Петровић). Добро је да их употребљавају стари људи код ко- \_дих болест иде ка оздрављењу.

Ове билке су и боље од стране билке јер јочају органе за варење и подстичу их на рад. Оне садрже у сржи корену 2% сенегина и полигалову киселину, дакле исте овине као сенега. Могу да замене и најчешће давану другу страну биљку — гуану, која, како каже проф. Лепер, код малокрвне деце и стараца не делује добро, јер се рђаво подноси и изазива често тешко малаксавање срца и нервног система. Може се давати је-дна или друга биљка, као сродне, и то у облику јаког чаја: по 90 грама на пола литра воде; или као исушена исцећевина („во-дни екстракт" апотекара) по 0,1—0,5 грама, у каквом сирупу или у пиулама. Прва биљка је дуговечна, кратког корена. Има при дну дрвенасто стабло, које навише тера многобројне широке гранчице. Лишће при дну је као кита, има облик јаЈасто-округли,' нарочито у мла-дих биљака, средње има облик дугуљасто-округли, а горње ланцетасте и линеарне. Цветови' су светлоплаве или црвене боје и висе на краткој и танкој петељци, а на подужем струку као грозд. Момчић расте по сувим ливадама, цвета у мају.

Друге врсте, сродне овој биљци, разликују се од ње по томе што имају Или цело стабло веће, или им је доње лишће веће, или имају боју цвета друкчију (плаву), или се прилагоде терену и расту као локално биље. Таква је и горка кија. Расте по ливадама виших брда.

Исто тако и вечито зелена кија, која се на-лази по планинама, може да се употреби

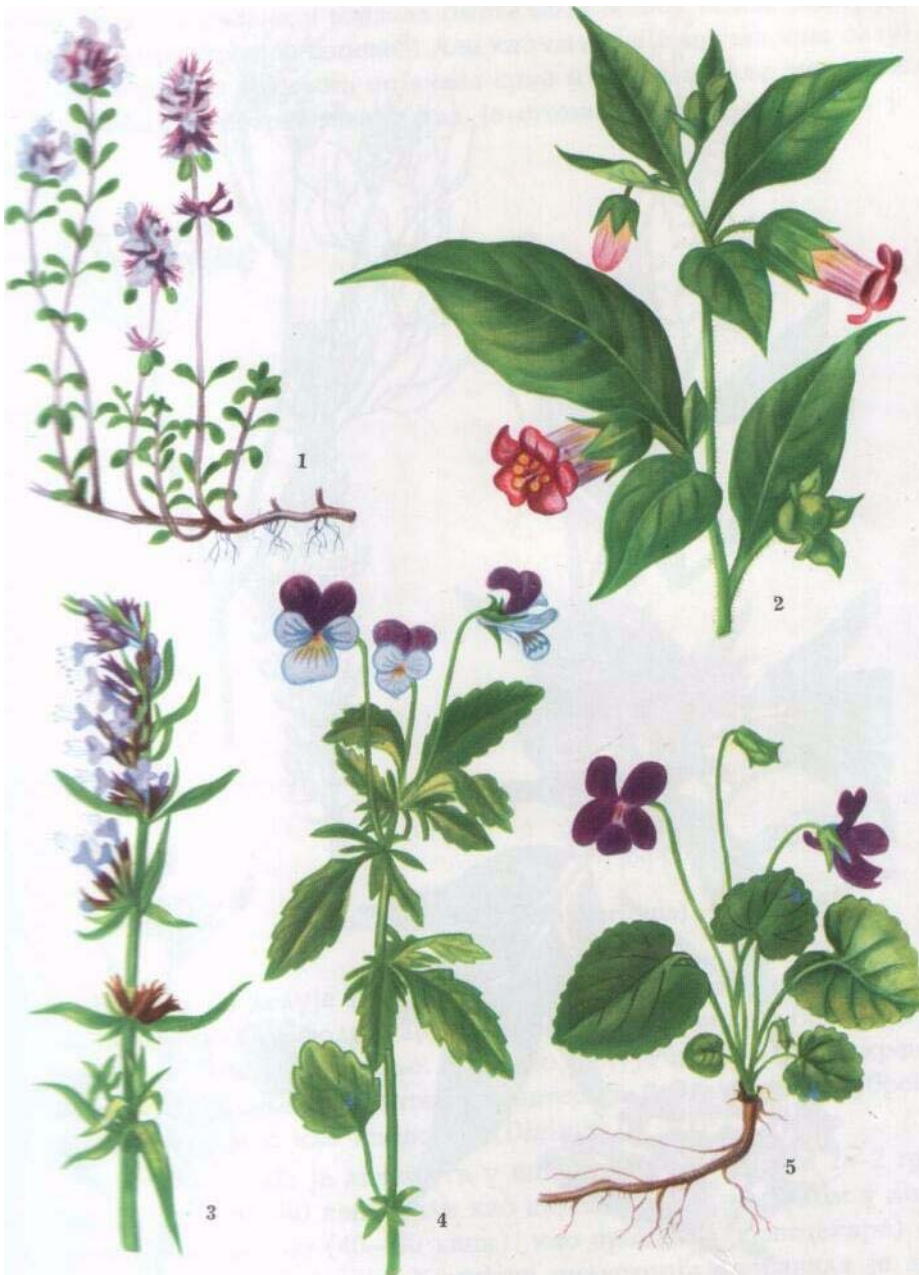
у исту оврху.

## 7. ПРИМОРСКИ ЛУК

„Ова биљка спада у ред биљака којима је доњи део стабла задебљан у чено-лук.“ Она расте по приморју јужне Европе и као лек много је поузданија и истисла је друге биљке с главицом, а нарочито: лалу, крин, зум-бул, пресличицу, процепак, врањски лук, пасји лук, царску круну, пашине тугове итд.

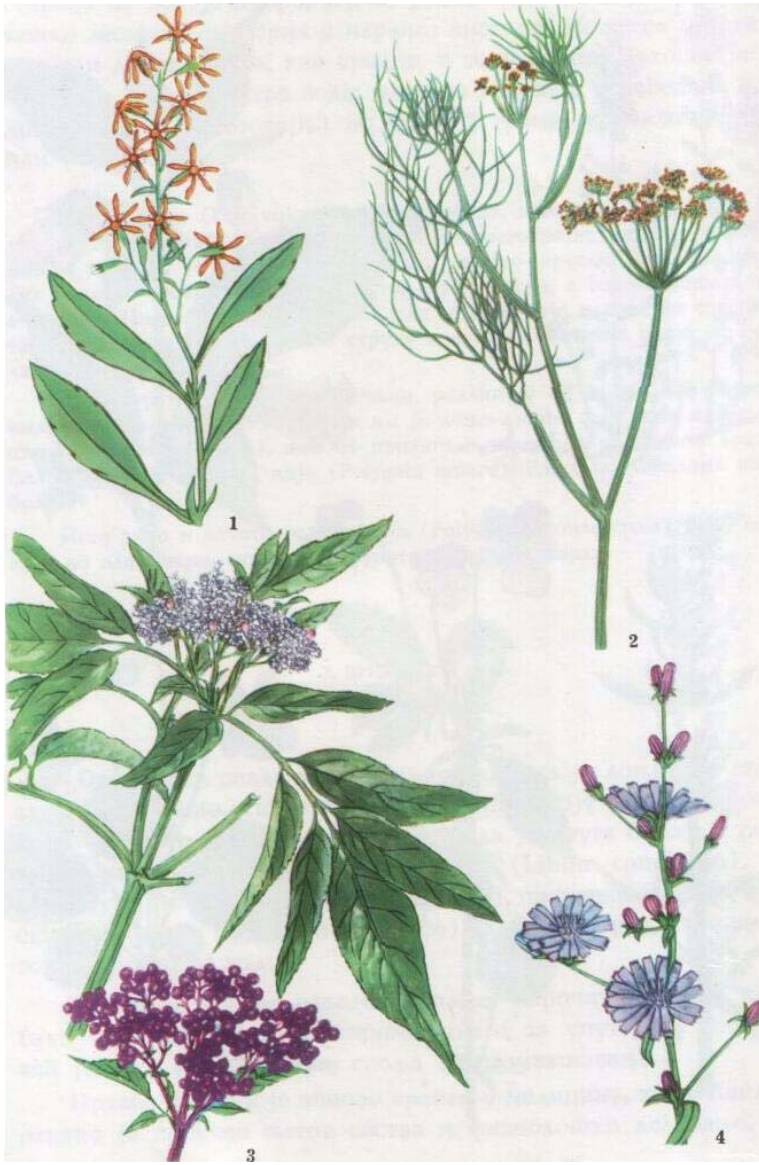
Према томе, ове наведене биљке, нарочито царску круну (као отровну), не треба примењивати за унутарњу употребу, већ једино, као изузетак, споља за размекшавање.

Приморски лук је поново враћен у медицину, каже Леклерк, откако је проучен његов састав и физиолошко деловање. *Све-ТАБЛА 5.*



1 — мајкина душица; 2 — велвбиле; 3 — благовањ; 4 — дан и ноћ; 5 — љубичица.





1 — челеби-грана; 1 — морач; 3 —

апта; 4 — водопија .

— биљка је опасна и изазива **омртвљење** живог ткива. Кажу да је то „фини отров за пацове"! Али кад се сасвим исуши, она делу-је **нарочито** на **крвоток**, **појачава** **срце** и **изазива** **боље** **мокрење**. Ве треба га употребљавати кад је **стомак** **слаб**. У **доза** **која** **ј**



## Приморски лук

прописана он делује на лечење бронхитиса и шлајма: шлајм се иојачава, постаје воднијав, мање се лепи за зидове бронхија и лакше се избацује напоље. Упоредо делује и на боље мокрење ва избацавање свих штетних материја из тела кроз бубреге. Укратко, делује као напрстак.

Најподесније је давати га у виду тинктуре: у дози 1—2 грака дневно (20—40 капи) или као сирће с морским луком у дози 2—4 грама дневно (40—80 капи); као прашак (за апотекаре) од до 0,5 грама дневно. Хемијска индустрија направила је два

лека: сциларен (8апс1ог) и сциликардин (др Деген и Кут), који се дају такође у капима. Даље, морски лук се налази и у препаратима: Диуретизат Биргера и у нефризму апотекара Ци-тена из Солна. Деловање овога лека на бубреге је снажно.

## 8. ДИВЉИ КЕСТЕН

Код старијих болесника, где се може подозревати и претпо-ставити да постоји проширење вена у душнику и да је крварење и пљување крви настало услед њиховог „отварања“, као и у оним случајевима где постоји катар плућа услед застоја крви и слабог отицања (крви), те тај део плућа личи привремено на црну цигерицу (тј. није мек као сунђер, него тврд — кад би се могао опипати) — може се применити дивљи кестен. Оц ту де-лује на тај начин што разблажује (разводњава) згуснуту крв, делујући кроз зид крвних судова, и чини је мање лепљивом. Као таква она боље и брже тече кроз вене, јер је постала „житка“.

Делотворни састојци налазе се у кори дрвета, а још више у мрком омотачу кестеновог плода (танин, танинско-кестенска киселина, слична сапонину и др. — Леклерк).

Најбоља врста лека од дивљег кестена је алкохолатура ке-стена (плода). Даје се у дози по 10 капи пре ручка и вечере, 15 до 20 дана сваког месеца.

Дивљи кестен употребљава се нарочито код хемороида (шуљева) и проширених вена уопште; због тога треба видети те одељке у књизи. Исто тако код подагре (гихта).

Добра је ова мешавина:

Зелене коре од ораха (плода) .....	20 грама
Раставића .....	35 „
Коре од дивљег кестена (плода) ....	20 „
Кора од врбе (унутрашњи део) .....	30 „
Ловоровог лишћа .....	4 грама
Суве коре од поморанце .....	8 „
Кључале воде .....	200

Пошто се лорово лишће и кора од поморанце прелију кл-учалом водом, оставе се да кисну 15 минута; потом се течност процеди и зашећери. Чај се пије пре јела,

два пута дневно по 1 шоља.

## АСТМА — СИПЊА

Астма значи тешко дисање. Али за разлику од сипње, која означава стално отежано дисање, астма је изненадно, момен-тано погоршање дисања, тежак заптив и стезање у грудима, па био пре тога бронхитис у плућима или не. Напад овог тешког дисања, наступ ове кризе, бива најчешће ноћу, али и дању, ако је време мутно, влажно, ветровито, или ако неки особити узрок изазове ово стање. За време овог напада болесник се гуши: ула-зак ваздуха је отежан, издисање из плућа је споро; болесник тражи ваздуха („као риба на суву“) на све стране. Усне су му модре, на лицу мусе огледа патња, облева га зној, осећа тежину у грудима. Ако га гуши слуз, он то избацује у виду пене, или не избацује ништа, а кад престане криза, онда каткад избацује на-рочито леплив шлајм, с белим концима, налик на танко тесто, и друге твари (кристале итд.). Овакви се напади понављају кроз краће или дуже време. Узроци астме најчешће су: претходни или постојећи хронични бронхитис, срчана слабост, нервозе, наследна склоност, састав крви (подагра-гихт), болести јетре, а и случајни узроци: извесан мирис, извесна прашина, извесна јела (чак и јаја и кромпир), коњске длаке или перје из пери-не, прашина од памука, а тако исто и предрасположење ка тој болести у дано доба и услед непознатих мана и узрока. Чешћа је код мушкараца него код жена.

Како се лечи? Ако је у питању напад — онда треба учинити ово: широм отворити прозоре и давати јаку кафу сваких четврт сата (док траје напад); ноге држати у топлој води, или их омота облогама од слачице. Разуме се, ако је лекар у близини, лозвати њега, и он ће инјекцијама прекинути наступ и лековима учинити да наступи буду рећи или да сасвим престану.

Има врло добрих хемијских лекова који сигурно помажу гоотив наступа астме. Али ми се овде морамо држати свога ци-и ла наводимо само биљне лекове, и то за оне болеснике чија је астма у вези с њиховим оболелим плућима.

Болесници с бронхитисом који имају астматичне нападе и грчеве у бронхијама, с неочекиваним и изненадним гушењем и

•слостатком ваздуха, с кашљем тога тренутка или без кашља

могу корисно по себе да искористе лекове које ћемо поделити т Аве групе:

а) лекови за употребу изван напада, и б) лекови за примену при нападу.

У прву групу спадају биљке које већ знамо, а то су:

### 1. ДИВИЗМА

Цвеће ове биљке употребљава се као чај, јер изгледа да

у њему помало опојних састојака. Да би се могао лако упо-требити, тај чај не треба цедити по обичају кроз решетку, него платно, да би се задржале длачице и мале којих има много в пвећу. Даје се:

По 10 грама цвета на литар клучале воде. Неколико шоља дневно.

Стари астматичари могу је у истој дози (10 грама свежег

Ова трава зове се и „света јеврејска трава“. Чај од цветног **сгруха** даје се у дози од 4 грама на шољу **кључале** воде. Дневно узимати 2—3 шоље. Са жалфијом помешан може да се **спреми** као чај за **испирање** гуше против назеба с кашљем.

Може се **употребљавати** и алкохолни расб од цвета ове **биљке** у дози по 10—30' капи дневно. Или се прави сируп, те се узима:

Цветног врха (грозда) ..... 100 грама

Кључале воде ..... 1000 „

Шећера ..... 1600

Давати по 100 грама дневно.

### 3. ПОДБЕЛ

**Његовим** димом **кадили** су стари лекари болеснике **који** имају сипњу и кашаљ. Сада се **употребљава** као чај, у дози: 10 грама на 200 грама кључале воде. Нарочито је добар после ма-лих иазеба, да би помогао **лакшем** избацивању шлајма. Суво **лишће** може да се пуши и сад уместо дувана у случају јаког кашља и напада гушења — **криза** астме, јер **ублажује** и **проређује** те нападе.

### 4. ДЕСПИК

Лавандула, лаванда. — Да би се **ублажило** и **сузбило** голицање и **надражај** на кашаљ, **гушење** услед **стежања** у бронхија-ма и **прсима** при **наступу**, као и у друго време **изван** кризе, **ко-рисно** је **употребити** овде чај у дози: 10 грама на 200 грама **кључале** воде. Пити по **четири** шол>е дневно. Ова **биљка** може се **употребити** и као **средство** при **кађењу** (инхалирању) **воденом** паром, а тада се **води**, у којој је **наквашена** лавандула и из **које** се **диже** пара за **удисање**, **додаје** 5—10 грама **спиритуса**. У овом **случају** лавандула има и **дезинфикујуће** деловање и **утиче** на **промену** састава **бронхијалног** **лучења** **испљувка**. У **другу** групу **билака** за примену у **току** напада астме **треба** **уврстити** следеће:

### 5. ТАТУЛА

Лишће од татуле помешано с **дуваном** у **лули** или у облику **пигарете** пуши се за време **кризе**. Доза **тога** **лишћа** не сме битв том **приликом** **већа** од **грама** и по (1,5 грама).

Ради исте **сврхе** може се и **хартија** која се **употребљава** за **цеђење** лекова у **апотеци** **наквасити** у 50 грама **одвара** од **татуле**, **којој** је **било** **додано** **тлест** грама **шалитре**. Та се **хартија** **нај-пре** **осуши**, а **затим** **даље** **накваси** **јаком** **тинктуром** од **омана** (**алкохол** и **суво** **лишће**). У **тој** **тинктури** **треба** да има **уља** од **давандуле** (50:10

грама уља).

Професор Лепер у раније поменутом делу износи да се поједина лица која страдају од астме врло добро привикавају пушењу дувана у коме на 100 грама дувана има пола грама праха од татулиног лишћа. Тиме они задовољавају своје навике у дувану и умирују или предупредују нападе гушења.

Даље каже професор Лепер:

„Татула, помешана с беладонмом или шалитром може бити палена — да гори у неком суду крај узглавља или у близини болесника. Прашак се прави од подједнаких делова татуле, беладоне, бунике и шалитре. Дим који се том приликом развија нешто је мало опор, али не и непријатан, има стварно деловање на плућно-стомачни нерв и на бронхије. Тај дим мало успављује болесника. Навика на њега стиче се лако, али и отпорност од њега је доста велика.“ Значи, не треба злоупотребљавати овај лек.

Рецепт би био овај:

## 7.ВИДОВЧИЦА

Црвена овчарка. — ЈКод астме „од сена“, у пролеће од цветног праха, плућне склерозе са отежаним дисањем, и уопште код слузно-гнојних стања у органима за дисање, где треба појачати и рад срца — може се употребити за чишћење плућних пролаза од запушавања овај лек:

Течног екстракта од видовчице .... 1 грам

Еликсира Гарусовог ..... 30 грама

Сирупа Толу ..... 40 „

Воде (колико треба) до ..... 1500 „

Узима се по 1 кашика свака два часа, или по 20 капи овог течног еликсира пре сваког оброка у води.

Уместо морфина, који код напада астме има своје право на примену, може се применити цвет црвене булке (Рарауег гњоеаз). Препоручује се чај у дози: један захват прстима сувог цвета на шолу клучале воде; или као сируп: 10—30 грама сирупа деци. јер астма бива и код деце, и 30—60 грама одраслима.

## ВЕЛИКИ ДЕЧЈИ КАШАЉ

Ако је права — ова болест се добија услед заразе. Најчешће је добијају деца од 1 до 10 година. Свима је она позната, али ћемо поменути овде неке појединости. Болест почне као на-зоб и гнезди се у бронхијама. Надражаји на кашаљ бивају чести, дужи и изазивају чак и повраћање. Приликом удисања ваздуха за време напада, услед пене и шлајма у бронхијама, чује се као неко звиждање, рикање, налик на рикање магарца. Отуда и назив овој болести. Напади кашља су чешћи ноћу него дању. Болест траје 35—40 дана. За то време дете услед честог кашљања,

повраћања, заразе и мале температуре може ослабити, а и у плућима му се могу појавити **осложњења** (компликације), која треба засебно лечити. Зато, да би се спречиле те **компликације**, које могу бити и врло озбиљне (**запаљење плућа**, **запалење плућне марамице** итд.), треба применити и **лекове** који убијају заразу, **лекове** који стишавају кашаљ, и помажу **избацивање шлајма** — или одржавају снагу болесникову док не преброди **кризу** (прве 2—3 недеље) и почне **оздрављати** по-сле пет недеља.

Прву врсту чине **лекови** које смо раније помињали код болести гуше, наиме:

- а) **лишће** од еукалшггуса,
- б) **терпентинско** уље,
- в) **кипарисова** есенција.

Један или други лек сипају се у лонац с **јако** сланом водом и то се онда прокува. Пара која иде из таквог суда **распростире** се по соби болесниковој, мења састав ваздуха и чини добро болеснику (Народецки). Количина за ситно исецкано еукалипту-сово **лишће** је: 10 грама, а за **терпентинско** уље — највише 10 ка-пи, јер веће количине **надражују**.

У исту сврху може се употребити и **кипарисова** есенција.

Напади **угушливог кашља** могу се ублажити ако се узме један део **кипарисове** есенције и четири дела **алкохола** и од тога по једна **кашчица** сипа у лонац с **кључалом** водом ради **удисања** паре и **дезинфиковања** собе.

Да се и **индустрија** лекова служи истим средствима, може да послужи **као доказ** и најновији немачки **балзам** за велики кашаљ чији је састав наведен на **омотачу**.

Тешаеров.

Загрејаним овим **балзамом** треба увече **четкицом** намазати прса, врат и **лећа** болеснику, или **зејтином** од **мајкине душице**, **еужа-липтуса**, **терпентинским**, „**ћилибарским**“ (из **јелове смоле**) или **зејтином** од **кипариса**.

Другу врсту **лексиа** чине: **булка**, **салата**, **мајкина душица** и **божур**.

## 1. БУЛКА

Примењује се овде као чај, осушен цвет. Доза: **колико** се може **ухватити** између два **зпрста** цвета на **шољу** **кључале** воде. Најбоље је спремити од чаја **сируп** и од тога давати по 10—30 **грама** дневно, према **узрасту** (до 12 год.).

## 2. САЛАТА

Испарена **исцећевина** баштенске салате (истуцане у **авану** и **топлотом** испарена течност, сок) даје **згустак** који добро **де-лује** и постиже **одличне** резултате. „Не

садржи у себи отрова, умирује нервни наддражај и изазива сан, умањује голицање, на-дражаје на кашал» и не изазива накнадно рђаве последице. Онде где се дају опијумски лекови, он их поправља, тј. спречава да делују рђаво" (проф. Пуше).

Најзгодније је давати тај згустак у сирупу и у малим до-зама, и то 1 грам згустка на литар и по сирупа, до 15 кашика дневно деци до 12 година. Или 7 кашика дневно деци до 6 го-дина (на два часа), 4 кашике деци до 4 године (на 3—4 часа по једну) итд.

### 3. МАЈКИНА ДУШИЦА

Разни „пертусини", „тимозати", „пилке", "тимистини", „ту-ропини", течни екстракти тимуса и други патентирани лекови у апотекарској индустрији нису ништа друго до зејтини, згусци мајкине душице или смеше њене са спиритусом, глицерином, бромом, шећером итд.

Сви ови лекови за своје деловање има да захвале мајкиној душици, која има особину да утишава кашаљ и угушује грчеве у бронхијама. Тако је њена примена код великог кашља поста-ла најблагодарнија. *Најзгодније јв узимаги је у облику чаја. Употребљава се цела биљка: по 10 грама на литар кључале воде. Неколико шољица дневно.*

У примени ове билке код магарећег кашља постигли су одличне резултате и најстручнији лекари — посматрачи.

### 4. БОЖУР

Код ове болести, као наркотично (успављујуће) средство против грчева може донети користи тинктура од божура у дози од 5 до 15 капи дневно — у три пута, у води. Вал>да због тих особина прашак од корена употребљавао се раније против епи-лепсије.

Ове две сличне биљке, као што смо о њима казали и раније, могу заменити сродну им страну биљку (сенегу) и свуда где је

' Видети код Старачког бронхитиса, под 5.

потребно помоћи да се лакше избацује непотребна и штетна слузна материја из плућа. Ове биљке дају се као чај: по 90 грама на 1/2 литра воде. Или као исушена исцећевина — згустак, у малим дозама по 0,1—0,5 грама, тј. по један грам у десет пута, у току три дана.

Исушена исцећевина може се добити на тај начин што се бичка најпре држи дуго у води, затим се та вода испари док не остане само талог. То је такозвани прост течни згустак, који се после употребљава са сирупом у дози предвиђеној горе. Најбоље тај згустак (екстракт) могу спремити апотекари, код којих се у повољним приликама и може поручити и потом давати према дози.

### БРЕСКВА

Праска, праскова. — Један од најбољих и најпоузданијих лекова против магарећег кашља је бресквин цвет.

Бресква је позната воћка и не треба је описивати. Њен цвет се употребљава за чај, у сразмерама: 30 грама на пола литара кључале воде или кључалог млека: пије се процеђено; за-тим се може узети као млечни напиток; или као сируп који би се правио за време цветања од 6 грама сока од цвета (једна пуна кашичица); или од течног згустка и 94 грама сирупа, тј.

Пије се по 1 или 2 велике кашике дневно. Кад се узима пре спавања, постиже код великог кашља тројак циљ.

1) „Умирује и умањује грчеве у плућним цевима, услед којих се јављају наступи кашља, 2) ослобађа болесникова црева од свакојаких трулежи и влаге, и 3) чини непотребним све друге лекове којим кљукају овакве мале болеснике њихови роди-тељи и околина" (Леклерк).

Кад се помисли само колико ми имамо тога цвета од брескве и како је лако осушити га и чувати преко целе године! Али колико њих о томе знају?

## 7. РОСУЉА

Росуља или, латински, дрозера позната је и дечјим лекари-ма. Пре је сматрана, нарочито од стране хомеопата, као особи-ти лек против туберкулозе. Али најновијим радовима многих научника утврђено је са сигурношћу да она неоспорно делује код магарећег кашља тиме што „смирује кашљуцање и голицање, те чини да су напади кашља ређи и краћи и утиче повољно на повраћање" (Леклерк), дакле, делује на уклањање грча у бронхијама.

Употребљава се свеже лишће дрозере, које се бере у време цветања; а може се употребити и цела биљка.

Прописује се најчешће тинктура од дрозере у дози: 10—20 капи, и то по 3—5 пута у 24 часа.

Деци се може давати у облику сирупа овако спремљеног:

Тинктуре дрозере ..... 2 грама

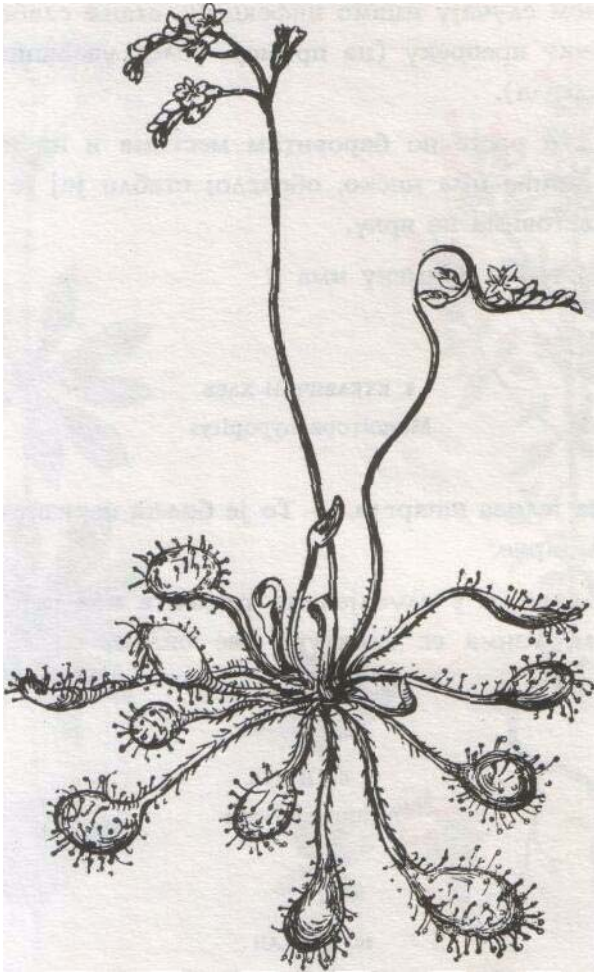
Сирупа од црвене булке ..... 200

У свакој великој катици овог сирупа има по 10 капи тинк-туре.

Раније патентирани лек „пнлка", који су давали лекари против великог кашља, у капима, био је спремљен од мајкине душице; „тимоллизат" је од разних врста мајкине душице; „ту-самаг" је састављен од течног екстракта питомог кестена и мајкине душице; „тимодрозин", исто тако „прозерин", од разних врста дрозере; и „тимипин Голаз" од мајкине душице и дрозере. Из тога се види важност мајкине душице, што и лекари треба да знају:

Ако се употребљава цела биљка, треба је тако иситнити и прелити кључалом водом (по 1 кашичица на шољу) и давати у одређено време.





### Росуља (дросера ротудифорнија)

Росуља као лек може се применити и код одраслих после вазеба и инфекције душника, поштрених душничко-бронхијалинх запаљења, као и у току заразних болести, кад постоје на-вали кашла, изазвани надражајима и грчевима, тзв. пароксизма, и друге појаве уз то кашљање, као што су: кијање, по-раћање, бол у прсима, при чему се мора водити рачуна о томе да ли у даном случају имамо инфекцију, стање слабости ткива или механичку препреку (на пример, услед увећаних грудних, хилусних жлезда).

Ова биљка расте по баровитим местима и на песковитом земљишту. Лишће има ниско, обрасло; стабло јој је голо, чет-вртасто с цветовима на врху.

Исто дејство и примену има и

### 8. КУКАВИЧИН ХЛЕБ

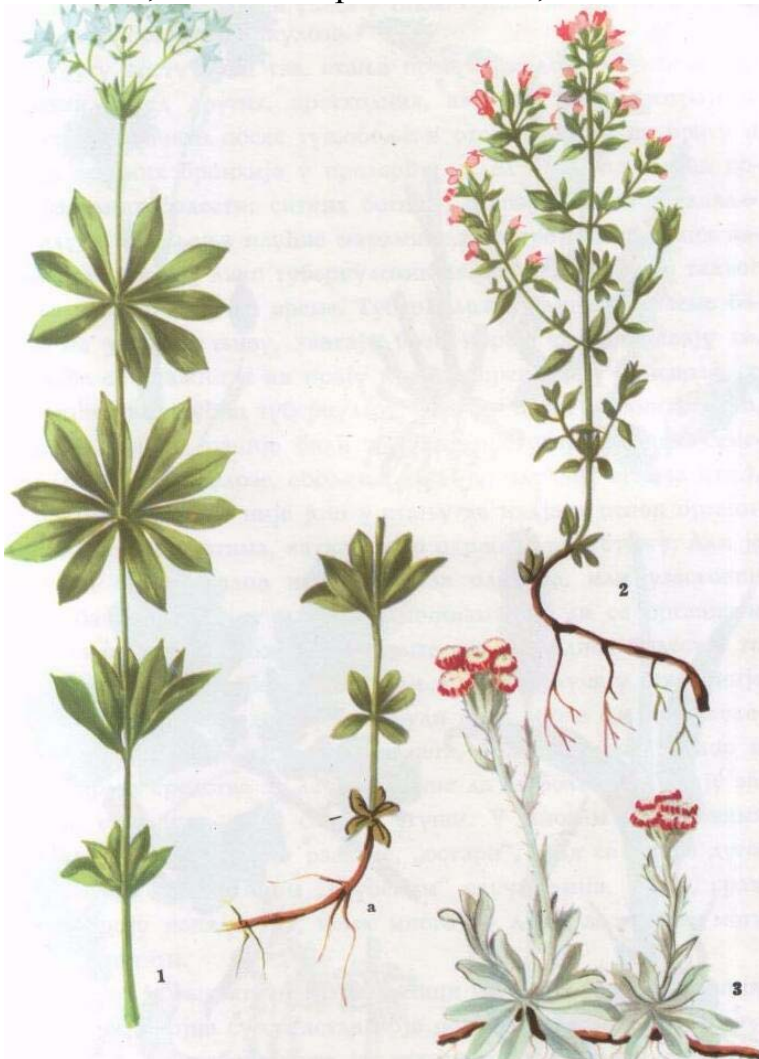
Безлисна јелова шпаргла. — То је биљка паразит на корену јеле, бора и смрче: Употребљава се у случајевима трахеита код пушача са су-вим кашљем. Узима се тинктура ове бил.ке, по 25—30 капи дневно.

### 9. БЕЛИ ЛУК

### 10. БРШЉАН

## НАКЛОНОСТ, ПРЕТУБЕРКУЛОЗА И ТУБЕРКУЛОЗА ПЛУКА

Познато је да код неких људи постоји склоност ка обољењу од туберкулозе, разуме се, неволно. А то значи да су извесни организми, услед своје телесне слабости, слабости крви и сокова,



1 — лазаркиња, a — приземни део билке; 2 тимијан; 3 — српонуц.



1 — кокотац а — гранчица у цвету, б — корен, в — цвет, г — плод; 2 — различак; 3 — срчењак, а — корен и приземни део билке, б — горњи део билке у цвету; 4 — храст, а — гранчица са плодовима, б — зрели плодови, в и г — цветови.

унапред изложени зарази: довоља је најмања количина тубер-кулозних бацила која би ушла у такве организме па да се у њи-иа развије права туберкулоза. Другу врсту чине тзв. стања претуберкулозе. Ослабели ор-ганизми услед других, претходних, акутних или дуготрајних болести, нарочито после гушобоље и отока жлезда на врату и поред великих бронхија у предсрћу, услед обољења плућа после заразних болести: ситних богин.а, грипа. грипозног запаљење плућа, запаљења плућне марамице, дуготрајних плућних катара итд., постају лако туберкулозни ако се не извуку из таквог стања и не ојачају на време. Туберкулозне клице, као семе ба-чево на узорану њиву, хватају брзо корен, размножавају се, одомаће се снажно и на крају крајева превладају и испоље се најчешће као плућна туберкулоза. Или су такви организми већ, мање или више, раније били засејани претуберкулозним семеном (разне скрофулозе, обољења костију, плућних врхова итд.). Та постојећа зараза није још у стању да надјача отпор органи-зма: он се бори, отима, каткад дуго одржава равнотежу. Али је ДОВОЉАН само прилив нових бацила однекуд, или узастопни —осев бацила, ма и у малим количинама, па да се организам розболи од туберкулозе и распламте све последице болести: то де онла већ јасна туберкулоза. Али и у том случају ствар није жена, јер не подлегну сви људи који оболе од туберкуло-ж, Већина се ипак спасе: боља нега, боља исхрана, одмор и она друга средства за лечење учине да се болест на крају заустави, ограничи, па и сасвим угуши. У многим случајевима остатне се да се болест развуче, „остари“, и да се учини дуго-трајном. И само у оним „осућеним“ случајевима, крјих, сразмерно броју нападнутих, нема много — људи засада не могу ништа учинити.

Главна је запамтита да болесници не треба никад да очајавају. Многобројна су средства која помажу. Никад не треба губити наду, јер туберкулоза је, истина, опака болест, али је и људски организам живав. Жилави су, дакле, и такви болесници. те кад примене средства која им се пружају, имају разлога да се надају, у најмању руку, дугом животу, а често и потпуном оздрављењу.

Зато нека болесници с пажњом проуче лекове које им пре-поручују, те да их заједно с онима које им препоручују и ле-кари и из апотеке, и уз припомоћ других физичких начина лече-ња, искористе најповол-није у згодан час и у одрећеном циљу.

Стога њих ради у даљем излагању понављамо и додајемо опис оних биљака које на целокупни развој плућне болести имају највеће деловање, па према томе заслужују пажњу и најширу примену. Према резултатима које су у лечењу туберкулозе постигли најстручнији лекари, можемо рећи да се савремено лечење ове болести састоји у истовременој примени трију лекова: изони-азида, „пас“-а и стрептомицина. Међутим, не треба одбацити друга помоћна средства. Ту првенствено треба поменути арсе-ник, фосфор, мале дозе стрихнина и материје које садрже при-родни танин, тј. танин у биљкама. По тврбењу многих познатих аутора (у првом реду проф. Киса), под утицајем танина оболела места зарашћују, стварајући препреку даљем раселавању ту-беркулозних клица по телу. Танин помаже исушивање слузо-коже, смањује запаљења око туберкулозних огњишта,

што се окончава оздрављењем. Стога треба јачати организам и оболела ткива свим расположивим средствима. Таква су, на пример:

кипарис, храстова и кининова кора, и многи чајеви или вина из коре и средина које садрже лековите супстанције.

Средства која помажу избацавање испљувка, угишавање кашља, итд.

## 1. ДИВИЗМА

Говорено је о овоме леку код бронхитиса (акутног, хроничног и старачког), па због појединости упућујемо читаоца да пре-гледа те одељке. Овде износимо следећи факт:

Цвеће ове биљке, свеже убрано и скувано у млеку, има исто деловање као што га има рибљи зејтин или руски кумис (заквашено млеко од степских кобила). Тако тврди енглески лекар Квинлен, и немамо разлога да запостављамо овај тако прост и сваком доступан лек. Доза је: *10 грама сувог. цвета на литар млека.* Млеко се мора процедити кроз платно, јер на цвету има мал>а које би иначе изазвале голицање у грлу. Цвет се суши у сенци да не би поцрнео.

## 2. ИСЛАНДСКА МАХОВИНА

Штитарка. — Најбоље је купити је у апотеци. Врло је добар лек против кашља, плувања крви и кад се подозрева да има рана у плућима. Болесници се сами често жале „као да имају рану у плућима“, што у ствари и бива.

Ова биљка спада у групу „шлајмлифераната“ (Е. Мајер), тј. делује нежно, умањује надражаје на кашаљ. Лек се спрема на овај начин: у литар воде спусти се 10 гра-ми маховине и све се стави на ватру. Кад прокључа, вода бе од-лије да би се избацида горчина. Остатак се испере хладном во-ЈЦМС и наново кува у литру воде. То кување треба да траје пола часа. Пије се шолицама као кафа или Као салеп. Кувана с мле-ком, без горчине, ова маховина је хранљива: појачава апетит. Али је више научника нашло да је исландска маховина врло жорисна кад се не лишава своје горчине, јер онда добро делује

•против повраћања или против кашља с повраћањем, с боловима у глави (мигренама), боловима у области јетре (црне цигери-иѐ) итд.

У овим случајевима најбоље је применити алкохолну тинк-тчгрт у дози по 50—60 капи дневно, а на 2 часа по 10 капи у шло воде и пре јела (Леклерк).

" Иако се зове „исландска“, ову маховину др Сава Петровић описује у свом делу и наводи јој име „штитарка“ — што значи да она расте и код нас. Он каже: „Расте по присојним странама виших брда, и то на земљи, по стенама итд.

Ова маховина нема ни корена, ни стабла, ни лишћа, већ све то расте уједно, састављено, и то на корену другог биља. „Лишће“ изгледа као нека опна, која је разграната, пљосната, усправна и подељена на кришке, на врху раширена и затупаста, боје маслинасте или кестењасте. Има нарочито плодноносних делова који су светломрке боје.

„Исландска маховина нема мириса, а укуса је горког. Ис-ландска маховина употребљава се за храну на острву Исланду (на крајњем северу), пошто се

кувањем очисти од горке мате-рије. У том стању даје се и за дек против пролива и поремећаја органа за варење, као што се даје салеп и скроб.

Но у лекарству се даје са својом горком материјом, и то као средство које ојачава, а нарочито као лек од разних болести плућа (курзив је мој) па и од јектике" (др С. Петровић), Тако се сматрало онда, па се то потврђује и данас.

Згодно је примати је у овој мешавини, која има предност што даје меку столицу:

1) (морач, дивла мироћија), 2) (исландски лишпај), 3) (караген) и 4) (корен од слеза) — све по 25 грама. Узима се по једна кашика на шољу воде — то се прокува и пије вруће.

Бели оман, велики корен, обратиш, питоми оман, велико зеље, вели корен. — Савремени научници потврдили су мишљење старих лекара да ова биљка ублажава кашаљ и да чисти плућа од штетних испљувача. Па и наш народ зна за овај лек. И кад би-сте потражили од које наше „биљобере" на пијаци да вам да какав грудни лек, она би вам мећу првим понудила овај корен. Према једном од медицинских ауторитета, лекови справ-А.ени од ове билке не дају да се множе туберкулозни бацили, задржавају њихов раст, чак их и убијају. У најмању руку, она може да ублажи кашаљ, да утиша грчеве у душнику и у бронхјама, који су узрок отежаном дисању, као и да измени састав испљувка. Чистећи и сушећи путеве за дисање, она спречава и размножавање бацила — клица. Између осталих састојака, у корену има и оманске камфоре назване хеленин. Проф. Ренон, чувени париски научник, употребљавао је врло мале дозе ове билке против кашља грудних болесника, па и туберкулозних (само по 0,06 грама корена дневно — доза равна средњој дози кодеинског прашка), и уверавао да она има моћи и да јача опште стање таквих болесника.

С таквом препоруком само ове билке — ко може порицати звачај и деловање тзв. „народних" лекова, кад су они у исто време и факултетски? Ове билке, белог омана, има свуда, и у низини и у високим брелима. За лек треба узимати ону што расте по брдима, и то *Љен корен*. Овај корен, каже Леклерк, може бити примењен с успехом у случају ма и најмањих тешкоћа, као што је катарални бронхитис са сталним кашљем и обилним испљувцима који долази после грипа.

Па како код грудних болести, услед случајних назеба итд., често долази до погоршања, да кажемо подлућивања болести

бели оман може служити двојачко: да чисти плућа и помаже умаљивању бацила, и да утишава голицање у грлу и у душнику.

Примењује се као чај у дози 10—15 грама корена на 1/2 литра кључале воде. То се после налије у добро испрану бочицу, која се добро запуши и онда се из ње даје више пута дневно по 1—2 капике. ЦАИ се употребљава као тинктура у дози од 2 до 5 грама дневно (до 100 капи). Инхалације (удисање паре) од кључале воде, којој се додаје по једна кашичица те тинктуре, даје ст Аеклерку добре резултате кад их је саветовао болесницима с хроничним обољењем душника.

Добар лек од ове билке добија се на тај начин што се 80 (фома омановог корена држи у литру јаког јужног, нпр. тиквеимг прног вина. То се после пије, по 20—50 грама дневно (пре-

ма узрасту). Екстракт од корена даје се у пилулама. За 30 пилула узима се грам и по. Дневно се даје по 3—6 пилула.

Оман је дугогодишња биљка, јаког и усправног корена, слабо раз-гранатог стабла, које достиже висину изнад пола метра. Приземно му је лишће крупно, дугачко, широко, на врху сужено. Горње лишће срцасто или заокружено, а на врху такође заострено, неједнако," али свуда зуп-часто, обухвата основом својом стабло; на доњој страни обрасло је мекком маљом. Цветови су врло велики, по један на крају гране, боје жуте, с многим звездасто сложеним цветићима. Гаји се чак као лековита биљка. Време цветања: јул—август. Постоји више врста које су налик на ову биљку, али се наша одликује тиме гато је права: према горњем облику листова и цветова.

#### 4. ДОБРИЧИЦА

Самобајка. — Примењује се у почетку саме болести, а на-рочито чим се појави пљување крви из плућа.

Сок ове биљке помешан с млеком лечи гнојне испљувке. Код рана у плућима добре резултате даје чај од ове биљке.

Чај се спрема у дози: 5—6 грама на шољу кључале воде. Али је још боли сируп од ње у односу 1:1, тј. *колико сока то-лико и простог сирупа*. Видети одељак о носу и хроничном бронхитису.

#### 5. КРАСУЉАК

Држећи се принципа да ништа не треба одбити што може да користи, наводимо красуљак. Он је добар као чај у дози:

5:200 грама кључале воде, али је још бољи кад се томе чају дода једна кафена кашичица сока од маслачкова корена, или, ако је сезона



прошла те сока нема, онда се томе чају  
дода вода од

Красуљака. степног маслачковог корена с нешто ракије, у количини 1,2 кашике дневно. Прописује се: две шоље чаја дневно.

## 6. ЈЕЛА И БОР

Кол хроничног запаљења плућа и рањавих плућа — уопште свих плућних обољења, одвајкада су сматрани као одлично срежтво ови четинарски пупољци. Они се могу искористити чај у дози до 50 грама на литар воде; дневно треба пити по пола литра и више чаја. Или узимати сируп, по 100 до 200 гра-ма дневно. За инхалације примена ових средстава опште је по-зната.

Ови пупољци, разуме се, беру се рано у пролеће.

## 7. ОЧАЈНИЦА

Смрдуша, горчика. — Ова биљка може и овде да се употре-би с успехом, јер су је и стари употребљавали против рана у пр-сима, као и за избацивање шлајма. Као активно горко средство она јача организам на тај начин што изазива апетит и поправља стомак. Јер иако нема моћи да уништава бациле (ни тубер-кулозне) — има моћи да спречава њихово размножавање, те и ту умањује зле последице од њих.

Најбоље је употребити ову биљку у алкохолу, јер је он у стању да раствори и прими у себе све њене лековите састојке. Зато се и прописује овако: 60 грама суве биљке прелије се јед-ним литром белог далмагинског вина и то остави да кисне недељу дана; од тога вина се даје 100—150 грама дневно.

Апотекари могу да спреме екстракт од њеи да направе од тога сируп по овом



рецепту:

Водено-спиритног екстракта очајнице . . 3 грама Простог сирупа .....;..... 200 „

Треба давати по 2—3 кашике дневно. Као хладан чај у већој количини служи као средство за столицу.

Видети: „Хроничан бронхитис“ и ширу примену ове биљке.

## 8. БЕЛИ ЛУК

Услед тога што се он брзо излучује преко плућа — сок белог лука (есенција) може лако да измени стање у плућима, тј. да помогне изbacивање шлајма. Проф. Лепер и др. Леклерк имали су, као што смо напред изнели, успехе с њим и код најзапуштенјих, гнојних и трулих обољења плућа, нарочито кад се осећа тежак задах из груди и уста услед рђавог стања у плућима. Најбољи успех се добија од тинктуре или алкохолатуре у дози по 20—30 и 50 капи дневног (према узрасту). Проф. Лепер саветује да се за спремање лека узима само свеж лук, а спиритус да има само 60%. Таква је тинктура јача, снажније делује, јер садржи главни лековити састојак (дисулфид диалила). Даје се по 50 капи дневно, у три маха. Овој групи лекова, који имају моћ да помажу изbacивање шлајма треба додати и следеће:

1. Семе од жиловлака (крупног и ситног —, које се даје као чај. Свакоме позната биљка

2. Ирландска маховина, караген која се даје у облику куваног чаја, у дози: 2:200. Попити у току дана. Може се купити у апотеци. Ово средство добија се из исушених морских алги, у и које поред слузавих материја садрже и јод. Омекшава слузокожу, побољшава стање у цревима, чак и код пролива. По свему делује као наш салеп, те се код грудних болесника, код којих црева нису у реду, може дати у мешавини с другом биљком, као на пример: лнвизмом (10 грама), слезом (20 грама), жалфијом и лишћем ол купине (народна медицина) по 25 грама и караген (20 грама).

Узима се по 2 кашике на шољу воде. Чај прокувати и у току дана пити кашикама, на свака 2 часа. Видети: „Трулеж и труљење у плућима.“

## 9. ЦРНА ТОПОЛА

Црна топола делује против трулежи и као балзам антисептички у органима за дисање оболелих од јаког бронхитиса са обилном гнојно-влажном секрецијом, кашљем и гушењем, као у органима за мокрење.

## 9. ЗИМЗЕЛЕН

Добре особине ове биљке признате су од многих лекара. Неки је препоручују као лек против цурења крви из носа, дру-ги као специфичан лек против гушоболе,

трећи као лек против запаљења у плућима итд. По Леклерку, главни њени састојци јесу: танин, пектин (видети даље код руже) и горчине које се растварају у води. Они оправдавају њену примену као горког средства које јача, стеже и зауставља крв. Зимзелен утиче по-вољно на болеснике који пљују крв, као што је то констатовано и утврдио др Жорж Пти на многобројним случајевима, и због тога је препоручује.

Препоручује се кувани чај од лишћа (одвар) у дози 60 грама на литар воде. Пити по неколико шоља дневно. Али се сигурнији резултат може добити ако се употреби прашак од ње (2—5 грама дневно), или течан згустак у истој дози, 2—5 грама дневно, или као вино по овом рецепту:

Исецканог лишћа од зимзелена .... 100 грама Вина жупског ..... 1000

Оставити да то кисне 10 дана, процедити притискујући и лавати 2—4 кашике дневно пре јела.

Ово је добар, јевтин и сваком приступачан лек за лечење трудних болесника кад пљују крв из плућа. У Француској се употребљава као средство које треба да пресуши млеко код жена које неће да доје.

Зимзелен је биљка чије стабло лежи поврх земље, дрвенаста је и пушта у земљу жилице. Гране на којима расту цветови усправне су, листови расту парно „један према другом“, сви су копљасто-јајасто дугуљасти. Цветови су усамљени, по један у пазуху гранчице, с дужом .

Круница цвета је светлоплава или светлољубичаста, ретко вела. Зимзелен расте по камењарима, у заклонима, на влажним местима, т шумама, а сади се и по баштама као украсно биље. Цвета од априла др маја.

## 10. ИМЕЛА

Мелина, депак. — Ова биљка се употребљава у озбиљним случајевима повећаног крвног притиска и склерозе.

Али, како је њено деловање поуздано у погледу слабљења апона у крвним судовима, она тим самим и зауставља крварење из плућа. Делује на мождане центре, а ови на бољу регулацију нерава који „командују“ крвним судовима, слаби притисак и крварење се зауставља. Употребљава се прашак од лишћа 1—1,5 грама дневно. И— се прави вино од ње:

Свеже биљке ..... 40 грама

Белог вина ..... 1000

Ово вино треба да кисне 12 дана. Даје се по 130 грама дневно. Може се употребити и чај од држака имелиног листића саставу:

Дршке од имеле ..... 40 грама

Раставића и трскота по ..... 30

По једну кашику на шољу воде прокувати и преко дава у размацама испити гутљајима.

## 11. РАСТАВИН

Коњореп, лисичји реп, крешг, штрукавац. — Раставић и њему сродне врсте биља показали су се врло корисни код крва-рења, како из плућа тако и из носа. Захваљујући свом саставу раставић је корисна биљка и за поуну минерала у телу груд-них болесника, јер по тврђењу научника то је биљка у чијем пепелу има 90% силицијума. Према томе, то је биљка која гонна на мокреће, зауставља крварење и појачава минерализацију оболелих организама.

Проф. Ренон сматрао је да она помаже оболели организам у његовој борби с болешћу тиме што у болесном гнезду изазива бржи раст везивног ткива и ћелија које угушују заразу. И другим научницима је она дала добре резултате у случајевима крварења не само из плућа и носа него и из задњег црева и материце. Као што сам и раније казао, раставић употребљавам одав-но у својој пракси често, и увек са сигурним успехом.

Преписује се као одвар. Узима се 50 грама суве билке и 500 грама воде. То се кува пола часа. Одвар који је тиме добијен садржи у себи 0,3 грама силицијума. Пије се дневно два пута, ујутру наште и пре спавања. Или се узима прашак од истуцане биљке у дози од 1 до 2 грама пре ручка и вечере (то је за поуну минерала у телу). За заустављање крви може се принети течан згустак) и давати по 5—20 грама о, а кад треба да болесник боље мокри — само по 2—5 таквог згустка. Мој начин давања био је овај; две каши- Е суве биљке раставића и смрдљиве коприве и 400 грама воде вгвају се док се не укува вода до половине (200 грама); то се и пије млако два пута дневно. Одвар се кува ујутру и ваште и увече пре спавања, по неколико недеља, али с пау- недељу дана, ако пијење досади. Шећер се онда додаје, се може укус поправити лимуном.

Раставић расте по влажним ливадама, њивама и крај река, а његовапо шумама и по барама. „Све ове врсте јесу дуговечне биљке с оним стаблом које далеко пузи. Ваздушне стабљике њихове су браздовите, зглобовите, једноставне и при зглобовима пршленатранате. Стабљика је између зглобова шупла, а на самом зглобу в. И стабло и танке гранчице се откидају у својим зглобовима као откила мишји реп." Граме имају при зглобовима три до четири. Ова биАка расте до 2 дециметра висине. Стабло на коме расте 1 ЈС просто, дебело, има боју сламе, израсте у пролеће пре онога стабла ; остаје јалово, али на коме израсту многобројне гране.. И раније, пре сто година и више, ову су биљку ценили и поштовали.

## 12. ТРАВА ОД УШАЉМЕ

Рамалст, црна боквица, змијина трава. — Биљака овог рода 40 врста, али лековитом се показала само Уегошса. Раније се сматрала као биљка веома корисна против них болести и туберкулозе. И сада ужива велику популар-код лекара у Немачкој. Да ли има онако лековито дело какво јој је приписивано до данас, остаје тек да се испита. I чај од ње помало је горак, али може служити за умирење сника, а може се применити и против кашља, заптивања и дуготрајног катара у плућима. V лечењу се употребљавају и дветни врхови, а и цела биљка. Чај од лишћа треба да кисне пола часа.

Кувана биљка (одвар) употребљавана је против скрофуло-х. • против пљувања крви. Испробати је — није наодмет; она заслужује поверење. Трава од ушљама има в друго име: европ-ски чај.

За чај је доза 30—60 грама литар воде.

Овој групи лекова против крварења из плућа припадају и следећа народна средства:

- 1) Терпентиново уље, по 5—10 капи неколико пута дневно (на шећеру),
- 2) чај од красуљковог листа,
- 3) чај од врбинрг листа,
- 4) чај од ланеног семена,
- 5) чај од корена цикорије,
- 6) сок од боровнице, и др.

Трава од ушламе или обична вероника биљка је затворенозелена обрасла белим длакама. Корен јој је дуговечан. Стабло је гранато, длакаво, полегло и пушта жиле у земљу. Лишће је нешто мало набрано, длакаво, јајасто-дугуљасто, рецкасто и сужено у кратку дршку. Цветови су у збијеним гроздовима. Гроздови су у пазуху листа и засебни, ребе је да су напрамни; крунице су бледоплаве боје и ишаране затворено-плавим цртама; ређе су беле с ружичастим цртама. Расте по шумама и крај потока. Цвета у јуну и јулу (др С. Петровић).

Лекови против знојења грудних болесника

Др Ернест Мајер (Бердин) каже:

Опште знојење које бодесницима тешко пада, као што то бива код увећања рада штитне жлезде, али нарочито код фтизи-чара ноћу, може се успешно сузбити дедовањем биљних лекова, на челу којих стоји, без сумње, жалфија.

Зато почнимо од ње;

### 13. ЖАЛФИЈА

Кадуља, кадуна, калавер, славја, краставица, пелен црногорски, славула, куша, куш. — Овој биљци савремени лекари не придају велику пажњу. И то служи као пример колико је

Листа од жалфије ..... 80 грама Грчког вина (са Самоса)' ..... 1000 „ Оставити да кисне осам дана и давати по 1—3 кашике по-сле јела. Чај се пак спрема од 2 кашике исецканог лишћа ва шољу вреле воде, и узима се пре спавања. Има више врста жалфија: а) с цветом плавим и лубича-стим — лековита жалфија, б) жутим или бледожутам „белим", тзв. „леплива" жалфија и аустријска жалфв-ја, и в) с цветом-плавим, ружичастим, или белим као вунаста или етиопска жалфија, „чупава", лавадска, шумска, „трошошкаста". Онде где она омане — друга средства мање помажу, ади их треба ипак употребити. А то су: чај од изопа (лишћа), чај од исушене зелене коре ораха, сирупа од бе-лог лука, као и лек агарацин, који се добија из труда (печурке) што расте на аришу. Прах од исушеног труда тешко се може мерити, зато је боље тражити чист агарацин.

Жалфија је низак полужбун, достиже висину од 3 до 5 дециметара. Лоњи део стабла јој је дрвенаст. Младе гране су танке и сиво-маљаве. Листови су сви с дршком (петелком), дугуљасто-округли, дуго-копљасте, незнатно усповраћени. Чашица на цвету је зелена, јајасто-копљаста, цве-тови по 4—6 на броју у виду класа. Цвет припада уснатицама. Боје је плаве или љубичасте, ретко беле. Као домаћа биљка расте на приморју (Котору и околини, итд.) као и код нас у центру земље. Време цветања јун—јул.

Као апотекарски препарат важио је, део немачког порекда, спремљен од жалфије. Даје се на 2 сата пре знојења, по 30—50 капи.

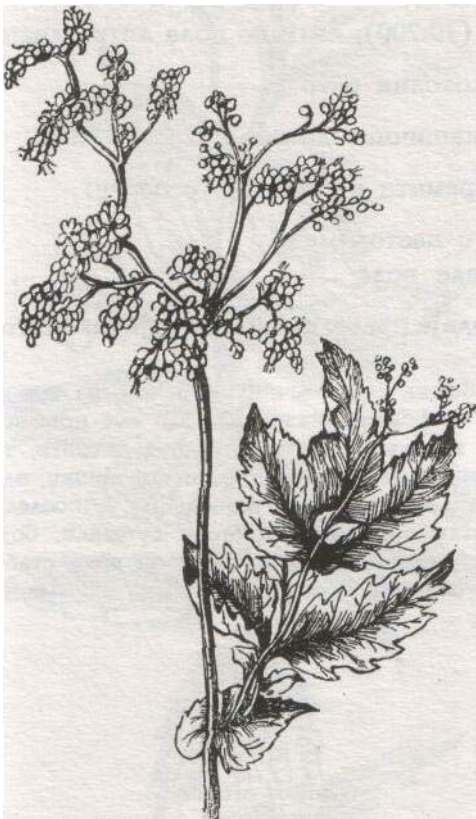
0 примени жалфије видети и у одељку о женским болестима — тачка 12.

Биљке као лекови против компликације код дуготрајних плућних катара и туберкулозе

Као једно од најчешћих и најважнијих осдожђења у овим случајевима јавља се оток на ногама, на трбуху, на јетри. Треба то, дакле, сузбијати. Као средства узимају се ове биљке:

Може се заменити власотиначким, тиквешким (кавадарским) природним далматинским вином.

#### 14. МЕДУНИКА



#### Медуника

Суручарка, свињурак. — Ова бил>ка се примењује у лечењу гуумних болесника који су добили водену болест и отоке. Али •Г справлању лека треба пазити да вода у којој се кува не искључа, јер с воденом паром испаре и они састојци који лече. Због тога треба температуру воде довести само на 90онда шалжсти на биљку и оставити да тај чај кисне 12 часова; али претходно посуду чврсто поклопити.

Затим процедити прити-скивањем и у чају растворити двоструку количину, по тежини, шећера. Од тога се онда даје болеснику 100—200 грама дневно. Дозе само за чај без шећера јесу:

5:100 (10:200); пити по пола литра дневно. Дозе за алкохолни расо: 1—2

кашичице дневно. Може се спремити и сируп по рецепту:

Ките с цветовима ..... 250 грама

Клучале воде ..... 2000 „

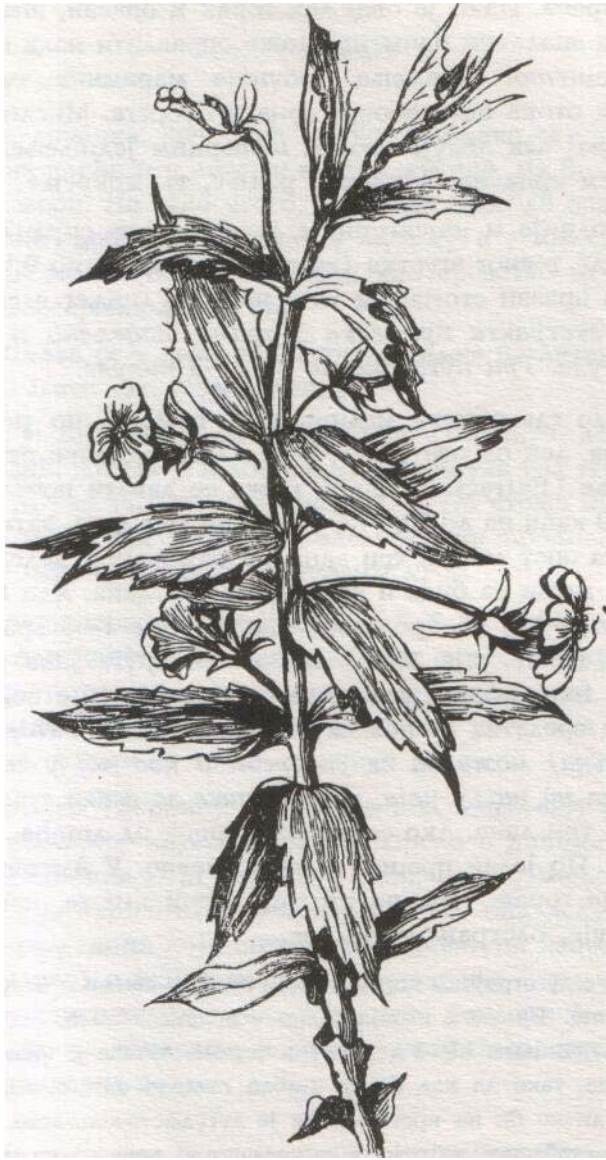
Шећер се додаје према количини чаја, као што је већ речено.

Медуника је биљка с дуговечним кореном, из ког избија једногоди-шње стабло од 0,6 до 1 метра висине. Стабло има црвенкасту боју и нема маља. Листови су велики, сами испрекидано лиснати, тако рећи, засеб-ним мањим листовима, иако имају заједничку дршку, од којих онај што је на крају има три лисна дела и највећи му је последњи, средњи. Сви су зупчasti, округло-ланцетasti. Цветови су мали, боје жућкастобеле, сладуњава мириса, многобројни, као кита на врху стаблике. Биљка расте по ливадама, обалама, влажним местима по целој Европи. Време цветања: јун—јул.

## 15. ПРОЛЕВАК

Милица, мјесечник, гренкула. — Како је раније употребљавана и у којим случајевима, не вреди говорити да се не би бу-нили читаоци. Објављујемо оно главно што каже Леклерк.

Код грудних болесника с хроничним запаљењем трбушне марамице, као и код оних који имају отоке у трбуху или у но-гама, па и на рукама, а кемају оболелу слузокожу у стомаку и цревима, тј. могу да једу без болова и тешкоћа, може да се при-мени овај лек ради уклањања отока, нарочито ако то захтева



### Прољевак

хитна потреба. Иако је овај лек горак и опасан, ипак, кад се с пажњом и зналачки примени, може оправдати наде код увећане јетре, хроничног запаљења трбушне марамице туберкулозне природе и отока од слабости срца и бубрега. Мисли се (Е. Ма-јер) да овај лек делује својим шећерним једињењем (гликози-дом) путем срца на бубрежну радњу, тј. мокрење.

Најзгодније и најсигурније је давати га спремљена у апотеци у виду течнок згустка (течног екстракта) по 0,1—0,2 грама ујутру на празан стомак, и то у чају од дивље слезе, по овом рецепту: *екстракта прољевка 3 грама, подељено и спремљено за 30 пилула. Три пута дневно по 1—3 пилуле.*

И тамо где обична медицина не помаже, по тврђењу многих лекара, лек од ове биљке може дати одличне резултате. Те-чан згустак може се давати почев од слабих доза по 20 капи па до 50, ујутру у току три дана, затим три дана одмора, па опет давати три дана, до очигледног деловања на болест. што може да буде и кроз четрдесет дана. Али Кост и Бил-мен кажу да чај од Прољевка, ако се узме 1—3 грама кеговог лишћа за шољу чаја, може да замени друга јака средства за чишћење, нпр. јалапу, као и да се излечи њиме водена болест кад друга средства не помажу (Ханин). *Према томе, прољвак (цела биљка) може да се употреби и као чај у горњој дози:*

*1—3 грама на шољу чаја, узети наите за свака три дана с одмором од три дана.*

Ако се узима прашак од лишћа, доза му је:

0,2 грама. По један прашак 3 пута дневно. У Америци кажу за њега да је горак, тера на столицу, гони глисте, јача мокрење, и успављује, одстрањује болове.

Биљка с дуготрајним кореном који пузи по земли и испушта жилице, с чланковима. Из њега избија једно усправно стабло, једноставно или с малим гранчицама, 1,5—3 дециметра висине. Лишће је унакрсно, двојно, наизменично, тако да кад би се стабло гледало одозго, положај лишћа на стаблу личио би на крст. Лишће је дугуљасто-копљасто, нема дршку и обухвата стабљику, врло је мало урезано на врху по ивицама. Цветови су усамљени, на дугачким дршкама, избијају из пазуха листова. Цвет је боје беле до црвенкасте. Време цветања: јун—јул. Расте по мочварама и јарковима.

## 16. МИЛОГЛЕД

Мнличе, личарка, личарица. — Употребљава се против плукрви из плућа и у лечењу појава жутице, ма била она и ујслабијој мери. Не тако често, али ипак бива да овакви болести (грудни) добијају и незнатну жутицу, а у том случају потребно је да се ова биљка примени као средство за повећање краће и растеривање болести.

Употребљава се у дози од 20 грама биљке на литар кључале за чај. Пити две шоље дневно.

некад је ова биљка сматрана као свеопшти лек", каже др С, Петровић, „отуда је и добила име саникула (од апаге — излечити). У њој се налази мало материје што стеже и зато се угларној медицини и употребљава против пролива, срдобое, одлива, нарочито против пљувања крви."

Лова медицина је не употребљава." Тако је било пре педесет година. Али нова ју је медицина опет почела употребљавати ридесет година од тога доба (др Народечки) и зато је наводимо, јер се у медицини не зна увек шта је ново а јвв је старо, а народу треба пружити лека.

Др Е. Мајер (Берлин) наводи је код запаљња органа за Јикање и хроничног катара плућа (упоредо с лишћем од бршљена сапонина који садржи у себи, ма и у мањој количини. Итиче је нарочито код крварења, где она делује својим а (средствима која стежу), а сужавајући капиларе (уза-г судове) у ткиву изазива згрушавање и издвајање бе-к и запушавање пролаза за крв. Леклерк је примењивао ову биљку за испирање у лечењу метритиса: по 1 кашику лнтар прокуване водеаластим биАкама. Амрел му је једноставан и састав-2 ло 8 неједнаких зракова. Лишће је палмасто и по ободу рецка-1. — Дугачкедршке насаћено. Цветови су бели или црвенкасти. Цвеће завија јуну, зрели плодови имају на површини свуда кратке пипке којима се закачињу и разносе.

## 17. ГАВЕЗ



Овде се употребљава корен ове биље као чај у дози 100—200 грама на литар воде. Корен треба да стоји два часа у клучалој води, па тек онда да се употреби. Прописује се у лечењу грудних болесника који имају слаб стомак, или оболео стомак с проливом. Може се применити и као прах од корена. У том се случају узима с медом. Само се не сме довести дотле да се дуго задржава у цревима. Др Е. Мајер описује један случај како се код једног тубер-кулозног болесника, кога је лично видео, од сувишне употребе корена у праху направило у трбуху читаво клупче у величини дечје главице, које се морало отклонити оперативним путем. Видите више о овој билци у одељку о старачком бронхи-тису.

Средства за јачање грудних болесника

## ОРАХ

Орех, орахово лишће, орјехово лишће. — Не може се порећи да орах користи грудним болесницима својим танином и другим саставним деловима, који јачајући органе за варење и мишићни систем, врше неоспорно корисно деловање.

Као унутрашње средство даје се: -

Чај од лишћа у дози 20:1000 грама

Или у облику згустка (екстракта) по рецепту који је дао чувени француски специјалиста Кис:

Згустак орахова лишћа (екстракт . . . 60 грама

III Глицерина ..... 120 гр

Воде колико треба за 300 кубних центиметара.

Давати по 1 кашичицу после ручка и после вечере. У свакој хашичици има по 1 грам згустка. Ова доза постепено може да се удвоји — да буде два пута већа.

## 19. РУЖА

РУЖИНО цвеће, трандафил. — Опис непотребан, слика такође. Аоказано је да, слатко од ружа и други сирупи од ружиног та добро делују на грудне болести, како због свог зејтвда о н због танина које садрже у себи, затим због благог деловања на стомак и на црева, нарочито ако постоји наклоност ка кшву.

Ковзерва од ружиног цвета може да се направи по овом

рецепту руже у праху ..... 10 грама

Воде од руже ..... 20 „

Шећера у праху ..... 65 „

Глицерина ..... 6 „

Такав је био раније пропис у Француској (1885). Али како | иежа такав укус као што га има наше слатко од ружа — ^им. шје је узимати наше слатко. Најбоље је ружу спреми-следећи начин:

Узети **ужине** цветове док су у **пупољку**, откинути **свакој**

— (пветном листићу) **репић**. Затим **гњечити** и **истуцати** у

•**к-** с **трн** пута **већом** количином **шећера** (по тежини), **томе** воду од **руже** док се не добије **смеша** налик на **мед**. **вити** по 50—100 грама дневно **тога** лека, **КОЈИ** ни у **ком** **слу-гивге** **ас** **може** да штети.

**Авхдсрк** наводи случај јако **грудоболне** младе жене која **ие у жку** читаве једне године **просто** уништавала **слатко** од **ружа**., **му два пута дневно** (по **захват прстима**) **праха**. од тако се **излечила**.

Да би **рвом** приликом било **доказано** једном **засвагда** **колико** је примена **руже** оправдана, не **као** неки **презрени бапски** или **народски** лек, **него** као **научно-медицински** лек — **преводим** из најновијег дела **париског професора** **Лепера** ово место:<sup>1</sup>

„**Пектин** (лек)<sup>2</sup> **заслужује** да се на њему **задржимо**. Овај лек је у **последње** време био јако **хваљен**. Његово **де-ловање** сродно је **деловању** **желатина** (**пиктијама**) и **натрију-мове** **сдузи**<sup>1</sup>. То је једна **врста** **слузавог** **сока** — **средина** **измебу** **пиктија** и **смоласте** **масе**, **састојак** који се **налази** у **појединим** **билјкама**, **појединим** **цветовима** и у **појединим** **плодовима**, **воћу**, као и **ружи**, **кестену** и **генцијани** (**линцури**). **Интересантна** **ствар**:**конзерве** (**слатко**) од **ружа** **некада** су се **употребљавале** као **лек** против **крварења** из **плућа**, **нарочито** на **Истоку**. **Кинез** **Мент** Се **много** је о **томе** **говорио**. **Тврде** **још** да је **Лузитанус** **први** то **употребио** да би **излечио** **неку** **краљицу** која је **боловала** од **ту-беркулозе**. **Одатле** **долази** његова **репутација** (односно **репута-ција** **ружиног** **цвета** — **аутор**) **као** **лека** **код** **грудних** **болести** и **туберкулозе**. **Добра** **конзерва** (**слатко**) од **ружа** **није** **ништа** **дру-го** до **топљење** (**размекшавање**) **руже** у **глицерину** и **шећеру**. Ова **конзерва** је **била** **означена** **још** 1898. године **као** **добра**." **Пектин** се **вади** **данас** не само из **лиштића** **ружиног** **цвета** **него** и из **једне** **мешавине** **руже**, **дивлег** **кестена** и **линцуре** (**генцијане**). Од **тога** се **прави** **раствор** — **течност**, која се **разлива** у **ам-пуле**. То је **раствор** **пектина** 1:100, који се **може** **дати** на **уста** по 5 грама или се **убризгава** под **кожу**. **Поједини** **научници**, **како** у **Француској** **тако** и у **Немачкој**, **постигли** су **тима** **убедљиве** **резултате** **код** **крварења** из **стомака**, а **тако** **исто** у **случајевима** **пљувања** **крви** из **Длућа**. Из **овога** се **види** да се **већа** **важност** **ружи** не **може** **дати**.

## 20. ГРОЖЋЕ

**Примењује** се као **природно танинско** **лечење** **грудних** **бо-лесника** **ма** у **ком** **стадијуму** **болести** **били**. **Спрема** се на **тај** **на-**

<sup>1</sup> Видети: *Лечење плућа. и туберкулозе.*

**Пектин** је **пронађен** **још** 1831. год. **Више** **аугора** **приписују** **његовој** **киселини** **моћ** да **усири** **крв** — **другим** **речима**, да је **заустави**.

**чин** **што** се **сува** **зрна** **грожћа** **истуцају** и **затим** **прах** **осуши** у **пећици**. **Узима** се **наврх** **ножа** **овог** **праха**, **пре** **јела** (**три** **пута** **дневно**).

**Исти** **такав** **резултат** **постиге** се и **применом** **црног** **грож-Ба**: **пије** се **шира** од **зрелог** **црног** **грожћа** **произвољној** **коли-чини**

## 21. РЕН

Његова улога је да надражи слузокожу и да поправи оп-ипу исхрану организма, јер поволно делује на све органе за варење; зато је од знатне користи код скрофулозе, обилатог избацивања шлајма из плућа, болесних десни и неактивних грудвих болести, туберкулозе и др.

Од рена се прави *сируп* који је врло активан. И то на овај начин: исеку се комади рена у колутове и разместе на мрежи (гази или сл.) изнад каквог суда. Преко колутова рена поспе се Аебео слој шећера у праху. Кроз мрежу после тога капље си-руп у суд. Од тог сирупа даје се болеснику по 1—2 кашике днев-ао пре јела. Споља као облог рен делује чак и јаче него слачица, што је каткад потребно за изазивање црвенила и притока крви о месту (код пробода, акутних бронхитиса, запаљења плуће марамнице, реуматизма итд.). Облог се држи 10—20 минута, без претходног мазања коже уљем. Има више врста ове биљке. Лековите су само од које се, гајене, између осталог прави и тзв. рев-спиритус. Као што се види из примене побројаних биљака, врло их је лако искористити, нарочито у лечењу дуготрајних болести, само је потребно знати извесне начине спремања лека, као нпр. ад руже и раставића, рена итд. Њихова примена, нарочито ре- —, корисна је и при појави отока, јер се сматра да делују (ра-скавић и рен) на ћелије бубрега које луче мокраћу (на бубреж-ни епителијум). У овом последњем случају може се применити и мешавина од 1) шипка, 2) корена од зечјег трна, 3) примор-ског лука и 4) вење; од сваке врсте узме се по 25 грама. За чај треба попарити једну кашику ове мешавине са шолом кључале воде. Пити 2—3 пута дневно по једну шољу. Ова мешавина може се претворити у прах и узимати 2—6 пута по једна кашичица.

## 22. ДУЊА

Гуња, мркатуња. — Употребљава се и као храна и као лек. Врло је добра, јер својим својствима, која делују стежући, ре-гулише рад црева и делује против пролива. У исто време својим танином помаже организам у борби против инфекције (зара-зе). Не квари слузокожу стомака а, међутим ње у цревима се добро упија, те и с те стране делује на болесна места и подстиче ка оздрављењу.

## СРЧАНЕ ТЕШКОБЕ У ВЕЗИ С ПЛУЋНИМ БОЛЕСТИМА

Убрзани рад срца („лупање“) Проширвње десне стране срца

Проширење леве стране срца и опште проширење, као и проширење аорте код старијих људи

Ако упоредимо срце с пумпом, а такво поређење и одгова-ра, онда из сваке тешкоће у плућима, нарочито ако дуго траје, проистиче и тешкоћа за срце. Оно мора терати крв кроз плућа, *те* уколико је препрека на том путу већа — услед запаљења, ка-таралног бронхитиса, проширења плућа, застарелих заразних процеса, па и склерозе плућних судова итд. — утолико оно мо-ра више да се напреже. Да би за исто време могло прогурати ишту количину *крви*, срце мора да брже ради: да би се пости-гло у плућима онакво напајање *крви* кисеоником *какво* бива

кад је срце здраво. У случају болести плућа, независно од свега *другог*, нпр. отровне инфекције итд., наступе чисто механичке тешкоће за срце: оно може да се премори, малакше, да се растегне, јако прошири и најзад изда. У случају тешкоће по срце настаје осећај недостатка ваздуха, тешко дисање, запитив, напад гушења, цијаноза (помодравање), тзв. „губљење даха“.

Стога је потребно да се у оваквим случајевима ослободе плућа од „нечистоће“, слузи, и да се тако што пре скине терет за срце и олакша му се рад. Олабавити напон у „пумпи“ значи помоћи срцу. Очистити плућа често бива тешко, каткад траје дуго, јер у плућима постоји старо огњиште болести, понека пут и туберкулозно, које се не може лако излечити. Нарочито ако се болесник не стави у добре хигијенске и климатске услове и не подвргне строгој дисциплини у начину живота, рада и одмора. Јер се тек у таквим повољнијим условима може очекивати и побољшање стања у плућима, тј. стишаване огњишта, а с тим упоредо и олакшавање срцу, у првом реду срчаном мишићу.

Од лековитог биља које може деловати двојако, да помаже чншћење плућа и да појачава срчани рад — навешћемо следеће биљке:

## I. ЈАГЛИКА

Јагличје, јагорчевина. — За избацавање шлајма из плућа ^погреблава се корен ове билке, а у недостатку корена и њен цвет. У корену има 8—10% сапонина, тј. оног истог састојка *каквог* има и у страној биљци која се у ту сврху употребљава — сенеги. Цвет стишава, умирује, и тим својим деловањем по-

еђава избацавање штетне слузи из плућа. Јагорчевина се примеје свуда где је потребно борити се против умарања срца због застоја у бронхијама: код бронхитиса, великог кашља, заоађења плућа, пре и после „кризе“.

У овој билци има и камфора (примулакамфор), те се она због тога може употребити онде где већ постоји срчана слабост, нпр. код старијих људи. и код млаћих нежних, малокрвних и сла-бих особа које болују од плућа и где постоји могућност да срце



Јаглика

малакше. У сваком случају, она је боља од чаја од липе. Препоручује се у облику чаја од куваног корена (одвара од коре-на) у дози:

2—3 грама на 100 грама, или

2—6 „ на 200 „ кључале воде.

Дневно по три шоље таквог прокуваног чаја.

Исте су дозе за чај од цвета, попареног (некуваног) у по-клопљеном суду. Или се спреми испарена исцећевина (густа теч-на маса) и употребљава у количини 0,2—0,5 грама<sup>1</sup>, то јест, гр

Да би се ова количина могла приближно одредити, треба имати ва уму да једна кашичица садржи 5—6 грама. Према томе, количина од пола грама износила би десети, а количина од грама пети део кашичице тога густиша се у 400 грама чаја од липе в узима се на два сата по једна чашица. Јачи треба да попију току 2—3 дана, а слабији за 3—4 дана. Ово најбоље могу спремити искусни апотекари. Стручњаци веле да јагличја има око осамдесет врсти, и због тога деловање није увек исто. Треба умети узабрати оно право, планинско, миришлаго, што у рано пролеће цвета жуто. Како овај корен, који има мирис анасона, има и особину ла тера на мокрење, а у исто време да благо чисти, може да се утаотреби и у почетку плућних запаљења, назеба и грипа. Он лелује тада и против ватре и против болести мокраћних органа.

## 2. БУРЋЕВАК

Бурћевак је добар као регулатор срчаних удара и као средство за мокрење код плућних обољења. Нарочито добро делује код старијих људи са слабијим срцем и кад се покажу отоци, кад такви болесници имају несаницу и већ пате од гушења и нервозе.

Цвеће бурћевка треба брати кад се развије: одмах га исушити, ставити у кутију и затворити кутију чврсто да не улази у њу ваздух и влага, од чега се биљка квари.

Ова је билџка нарочито подесна за примену у напред наведеним случајевима стога што може заменити друге Јаке лекове КОЈИ се не могу узимати беа контроле лекара (нпр. препарати дигиталиса, строфантуса итд.).

Узима се тинктура од цвета у дози 20—40 капи за 24 часа у случају нервозе срца, убрзаног пулса и раздражљивости.

Подробније о овом леку видети код срчаних болести. Овај се лек често примењивао у Русији, а и у немачкој медицини; у последње време постао је врло популаран. Нарочито спремљени готови препарати, од којих да напоменемо:

Дегена и Куга, који су издвојене гликозиде ђурђевка комбиновали с 5,5% раствора ко-феин-натријум-бензоикумом. Према сопственом искуству, каже др Е. Мајер, овај препарат може да се препоручи као добар.

## ТРЕЋА ГРУПА

### БОЛЕСТИ ОРГАНА ЗА ВАРЕЊЕ И ЊИНОВО ЛЕЧЕЊЕ ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ

Пре него што пређемна опис и ређање биљака које се при-мењују код болести органа за варење — морам учинити неко-лико напомена као увод у ту опширну област.

Болести органа за варење увек су сложене (компликоване) болести. Изгледа да су самосталне, али су у ствари увек по-везане једна с другом. Тако нпр., ретко да је стомак болестан сам, већ обично заједно с дванаестопалачним цревом (део на из-ласку из стомака и на почетку танког црева). Оба ова дела у вези су с радом јетре. Обољење јетре и жучне бешике са своје стране изазива застој крвотока у целој унутрашњој области између ребара и пупка а тако исто и застој у цревима, па и далеко у дебелом и задњем цреву, где изазива стварање шулева итд.

Грешке у јелу и пићу, алапљвост, пијанство, претовареност доводе исто тако до сложених обољења и органа за варење и општих. Али и без овога код појединих људи могу да буду млитави мишићи стомака и црева, а могу да буду болесне делимично или потпуно ситне жлезде у стомаку и цревима. Услед тога стомак и црева немају снаге да терају храну напред ка дебелом цреву и излазу, као ни да луче довољно сокова који варе храну ни до-вољно „мазива" да храна клизи по њима. Наследна обољења овде такође нису ретка. У ту категорију убрајају се људи који уз слабе стомаке пате и од нервозе и истрошених нерава: који су одмалена физички нежни и слаби, малокрвни, мрлави на јело; који пате од урођеног спуштеног стомака и црева, танких и дебелог, који пате од гојазности, за-творца, грчева и др. болести, стечених у трбушној дупљини живота (код жена нарочито).

Врло велику улогу играју овде запаљења било једног дела органа за варење, било целог канала услед разних бацила, ми-кроба и ситних паразита, као и ситних и крупних глиста. Та запаљења изазивају компликације од далекосежних последица (нпр. чак запаљење бубрега).

Услед тога никоме није лако извршити поделу стомачно-превних болести и распоредити према њима лековито биље. Ипак, у интересу нестручњака — који треба да разумеју ствари које се њих тичу — ја сам извршио поделу ових болести не толико према том строго научном захтеву, колико према прак-тачној потреби самих нестручњака и болесника, и то према знаковима болести које они могу на себи да уоче и да према њима тзнају лекове.

Разуме се да је најбоље да дијагнозу болести одреди лекар,

нарочито у тешким случајевима: кад постоји сумња на рану у стомаку, рану у дванаестопалачном цреву, на крварење у цревима, на гнојну ницину, рак и друге врсте тумора. Али где се то не може, саветујемо да се болесници и њихови ближњи, неоручњаци, задовоље овом нашом поделом болести органа зарење и према њима да примене одговарајуће билне лекове.

У лечењу органа за варење лековитим биљем, одвајкада

великулогу играју горки лекови. Огледи учињени грчицом и пјдучком травом дали су др Петеру Вегеру право да закључи да горчине „имају својство да појачавају, полако али трајно, у размени материја оксидацију, која се врши под контролом симпатичког нерва". Тиме се научно оправдава употреба горких лекова, и можемо рећи да су се они употребљавали у свим вре-менима и да су их лекари препоручивали да код болесника иза-зову бољи апетит, да подстакну на рад и варење остале путеве, побољшају исхрану и снагу организма пружајући му овако нова и јача средства за одбрану.

## БОЛЕСТИ СТОМАКА

Слабост, млитавост стомака и осталих органа за варење, тзв. ато-нија (тромост). Надимање — увећана количина гасова. Одсуство апетита услед психичких потреса: душевног нерасположења, бри-га, узбуђења, жалости итд.

Број оваквих болесника је врло велик. Зато треба у првом реду обратити пажњу на узроке оваквих стања и старати се да се они уклоне, и истовремено приступити лечењу.

Једно од првих средстава које подстиче стомак на рад, дра-жи га и крепи, а тако исто и остале органе за варење, терајући и ветрове из стомака и црева — јесте:

### 1. АНАСОН

Слатки короман', анис. — Биљка код нас врло позната по нашем напитку „ракији анасонлији". Само, како се овде не употребљава ракија него у другом облику,

подробније ћемо је описати.

Употребљава се семе, плод. Мириса је ароматичног, укуса пријатног, оштрог и сладуњавог. За ове особине има да захва-ли свом састојку — есенцији, која се на хладноћи стврдне (анетол). Остали део састава чини једна течна материја.

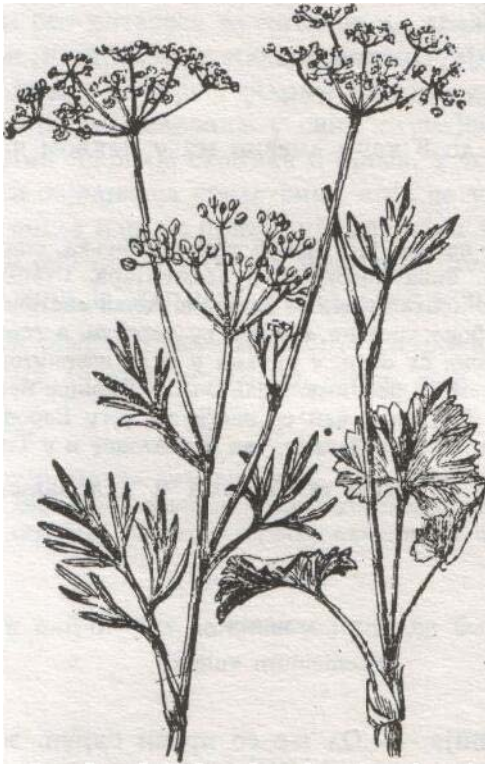
Па и само име ашзшп долази од грчке речи „избацивати“, „гаћати“, примењено на ветрове још у то доба.

Стари су га сматрали као средство које подстиче, умирује, крепи стомак и помаже човеку да заспи. Исто су то после својих испитивања констатовали научници Кадеак и Меније 1889. г. По њиховом тврђењу, есенција анасона делује према количини

<sup>1</sup> Назив из Ботанике проф. Снмоновића.

која се узме: у мањој количини и у прља време човек воли да ради, да дејствује, а ако се узима у већој количини и у дугом периоду, мишићи човечји сасвим омлитаве, он се осећа као пи-јан и пада у тежак сан. Према томе, примена анасона је погод-





на у оним случајевима где постоји млитавост и где се тражв ла се покрену на рад стомак и црева и да се умире нерви твх органа који утичу и на изазивање грчева и на поремећај ра-да срца и крвних судова. Ако код таквих бодесника постоји још н која плућна болест, астма, бронхијална спазма и кашаљ, онда је употреба анасона још умеснија.

жајбоље и најједноставније да се даје у облику чаја, у дози од 1 кашичице на шол>у клучаде воде. Или у виду прашка, 0,2—2 грама дневно; или у виду тинктуре, 1—3 грама; или у виду „алкохолата“. који се спрема од 2 грама есенције од ана-сона и 89 грама спиритуса од 90%, а даје се по 5—15 грама дневно.

Ако постоји и •бронхитис, најбол>е је да се спреме капљице по овом рецепту:

Есенције од анасона ..... 4 грама

Сумпора ..... 1 грам

Давати по 6 до 8 капи дневно ма у каквом чају, шербету, сррупу итд.

Анасон је код нас на југу добро позната бил>ка, спада у фамилију амреластих бил>ака. Бива висока 3—5 дециметара. Стабло има високо, цволикасто, обрасло кратким меким длакама. Доњи листови су јој прости, срцасто-округли, дубоко урезани, средн.и су перасти, а горњи прости или прореж>асти. Цветови су бели, у китама у виду изврнутог амрела. Плод ситан, с меким мал>ама и ребрима. Цела бил>ка мирише пријатно на неки зачин. Порекло му је Исток, али се негује на југу Европе као зачин и као лековита бил>ка; па и на Западу, чак и у Алзасу и у Тирингији.

Друга бил>ка с истим особинама и дедовањем на стомак јесте:

## 2. МОРАЧ

Дивла мирођија— Од ње се прави сируп, зејтин и вода која тера гасове из црева.

Кад су напети стомак и трбух, а у исто време постоји и оток јетре (црне цигерице), спуштени ут-робни органи и набрекlost целога трбуха услед надимања, па се показују и знаци отока — онда је за олакшање те напетости најбољи кувани чај од плода ове биљке у дози 25—30 грама на литар воде, или по 6 грама на сваку шољу кључале воде. Узима се после сваког оброка по једна шоља чаја.

За јачање слабог апетита и ради побољшања варења, тј. кад треба да се изазове дучење стомачног сока у већој мери и да се гоне гасови — треба употребити и корен морача: 40—80 гра-

•х кува се у литру воде. *Пити по 1 шољу после о.брока.* Или се може употребити сок од корена — по *кашику*, после оброка *вжоће*. Ко има зејтина од морача, може га употребавати по 1—10 капи на парчету шећера после јела. Чај од корена тера и

•а мокрење, те помаже и дисању.

Неће бити без интереса за читаоце да додамо да сви лике-Г и шартрези, који се дају због пријатног укуса и ради болег

•рења после јела, а и иначе, садрже састојке морача. Отуда се

•илк његово корисно деловање у свим случајевима где се тра-жж ла се подигне енергија стомака и црева. У том случају треба ха шрописивати заједно са средствима која се употребљавају за варење, јер после њих се примећује лабавост црева, па је баш исребно да се она не успавају. У њему има један састојак сли-чав камфору, који је, као што знамо, увек користан.

Прашак од семена дивлље мироћије (морача) даје се удози 4 грама дневно, подељено, после јела, За чај и зејтин

### 3. КИМ

Т случајевима надимања у стомаку и цревима код људи

.Јутају" ваздух (аерофага), чај од плодова или од корена биљке употребљава се у истој дози као морач. Јак прокуван *чвд лрбар* је за клизме против гасова у цревима. У ту сврху тремени чај у количини до једног литра.

Може се употребити и зејтин од кима по ; каиш после оброка у топдом чају од нане.

Ким је двогодишња бил.ка с вретенастим кореном („као колац") • чврстим стаблом, усправним, које достиже више од пола метра висине-Лишће у дршци има широку ласнину за обухват, иначе је перасто, јахо 'н дупло исечено, у доњем лелу расте црепасто порећано, горе је лишће ситно и разбацапо. Цветови су бели или ружичасти. Ситан, дугуљаст плод с многим уздужиим ребарцима. Цвета у мају и јуну. Гаји се радв зачина, за справљање ликера и за лек.

### 4. МИРОБИЈА

Копар. — Примена мироВије као зачина не тражи никаква објашњења: да није добра — не би се у сваки лонац (тј. јело) ни додавала. Ми овде само истичемо да

три напред помену<sup>те</sup> биљке: анасон, морач, ким и ова четврта, миро<sup>ћ</sup>ија, засебно или све заједно, чине групу биљака које крепе стомак и терају га-сове, чиме побољшавају варење код слабих организама. *Миро-ћија*, исто тако као морач, *изванредно делује против штучанм*, и то узета као чај. Нарочито код нервознихљуди. код којих умањује, па и прекида сасвим штучање, и повраћање. И стари Јевреји и стари Грци употребљавали су ову биљку као зачин због њеног мириса. Народ на селу је добро познаје, наши варошани такоће, због чега нарочити опис није потребан. До-зирање је исто као код морача и кима.

## 5. КРУПНА И СИТНА БЕЛА РАДА

Протав грчева и болова, а нарочито против упорног изо-стајања апетита, који се ничим не поправља, нарочито код груд-них болеспика и туберкулозних, као једно од врло добрих сред-става може послужити јак чај од беле раде (ситне и крупне врсте), који се узима изван оброка, у сваком случају пре јела, а не после јела као што се пије обичан чај.

Овај чај се справља од две пуне кашике цвета и шоле кљу-чале воде. То се оставља да кисне читав један час. Затим се про-пели притискивањем — да чај буде јак. Ако је неком тешко попити овај „чорбуљак“, Леклерк препоручује прашак од беде раде истрљан са шећером, у количини 3—5 грама (по пола). Треба узимати по 6 прашкова за 24 часа. За апотекаре би рецепт оваквог прашка био следећи:

Праха од цвета крупне или ситне беле раде 3 грама Шећера ..... 1 грам

За један прашак. Узети шест прашака дневно с водом.

Изгледа мало невероватно али је истина да наши људи, и то они са села, не знају која је то биљка кад им се покаже цвет, а сваки час га ногама газе. Варошани су отишли такоће у другу крајност: они знају за „камил-теј“, али на „белу раду“ такоће ве могу да се сете док им се не покаже сама биљка, или не каже њихово „камил-теј“. Један пример више како могу просте ствари да се не знају или да се изопаче кад се неки туђиназив одомаћи

## 6. КОРИЈАНДАР

Папрнц, паприч, кишнец. — Ова биљкаје из фамилије ам-реластих биљака. Расте по усевима око Алексинца, цвета у ју-т н јулу. Кад се исуши, губи непријатан мирис и тежак задах

постаје пријатно миришљава. Зато је треба употребљавати само осушену, и то као чај од плодова у дози 3:100. Или се отрема тинктура и даје по 10—20 капи после јела. Прашак се може давати у дози од 1/2 до 2 грама неколико пута дневно. И др Сава Петровић говорио је о њој ово: „У медицини се зрео плод као средство што дражи и даје се нарочито против тромости органа за варење и за истеривање ветршва. Апотекарски лекови у које она улази јесу такозвана Аиа игуа и. Пре су се много употребљавали. Добра је комбинација: семе од кима са семеном од кори-јандра — у једнаким деловима. Стуцати и претворити у прашак. Давати помало наврх ножа — после јела. У ову категорију биљака и лекова спада и сиријска врста умбелифера, од које су Египћани справљали лек кхели, који се сада и код нас преписује код плућне астме.

### Мешавине за лабав стомак

Постоје и мешавине побројаних биљака као средство за изазивање апетита и истеривање гасова.

2) Мешавина четири плода за истеривање гасова, названа „врућа“, од:

Анасона Миротрије Кима • Коријандра

Употребљава се као чај после јела: по 1 кашичица на шољу у клучале воде.

3) Мешавина четири семена, названа „хладна“, тј.:

Семе од тикве „ „ лубенице „ „ диње „ „ краставаца

Употребљава се као „емулзија“, као млеко које се добија

изд се очишћено семе истуца с водом. Даје се код запаљења у стомаку и цревима, нарочито у вези с оболењем мокраћне бе-

4) Мешавина горчина коју чине:

Лишће од чичка

Цветни врхови од кичице

Цветни струк грчице

Узети од сваког по 50 грама и смешати. Давати као чај пре чсла у дози 3—5 грама на шољу клучале воде.

### Матичњака

Узимати по једну кашику ове смеше на шољу чаја. Пити по 2 до 3 шоље дневно (др Мајер).

## 7. ИБИГОТ

Еарска миришљава трава, водени божур, рајска водсна ицова. мирисни корен, темишварка. — Личи на перунику. У ле-ковити се употребљава њен корен. Укус има ароматичан и прилаан. помало пецка, горчи и загрева. Поред тога што је сто-

**мачни лек**, он у исто време снажи стомак и подстиче га на рад.

Даје се као чај. Али улази као саставни део у друге горке сто-мачне лекове, тинктуре и смеше.

Ићирот може да замени цилет, те би се добро уштедело кад би се уместо цимета одомаћио у домаћинству. Раније је даван и против других болести, али је најбоље примењивати га само у случају поремећаја у варењу.

*Узима се као чај:* 20 грама на литар клучале воде. Даје се како пре тако и после јела — према потреби и ре-зультату који се жели постићи.

Леклерк је описао ову биљку (у *Медицинској штамп*, 1928. г.) опширније и лепше, па сматрамо да ће бити од користи да његово гледиште о њој овде изложимо.

„Као и сада, тако се раније употребљавао **корен** од ње, и го: против губитка памети, кад човека почиње да излапе памћење, у случају парализе, грчења, извијања (цонсвило), КОА болести бубрега с врло оскудним мокрењем, парализе језика (узетости) и усана и као мешавине уз друге лекове: против грчева у цревима (пракса немачких старинских лекара), сла-бости стомака, напада жучног камена и, најзад, као лек за по-правку апетита. За овај корен наука је утврдила да садржи у се-би: танин, **скроб**, етарско уље и једну смолу. Из уљасу научници извадили много састојака, а показало се да су сви ти састојци с онима што се налазе у **корену** врло лековити. Тако је овај за науку заборављени лек — мада га народна медицина није заборавила, а прости билобери су га такође много препоручивали — опет примљен у науку с великим почастима." Јер мала нема оних врлина које су му раније приписиване, ипак се ићи-рот (или миришљава трска) показао као добар лек за подсти-цање стомака на рад, на лучење сокова и варење у њему и у цревима. Дакле, код млитавости тих органа и одсуства апетита. а и као средство за истеривање гасова — он је показао своје добро деловање, што зависи од тога да ли се даје пре или после јела. У првом случају подстиче стомак на рад и изазива апетит, у другом, после јела, истерује гасове.

Поред чаја може се давати и као тинктура у смеси с дру-гим травама

На пример:

1) Тинктура од ићирота, корена ..... 30 грама, линцуре ..... 5 „ „ зечје стопе, корена\* ... 5 „

Дшати по 50—60 капи пре јела.

2) (За апотекаре) тинктура од ићирота . 15 грама „ „ кардамоме 4 „ „ „ ангелике . 6 „ „ коријандра 5 „

Смопати. Давати по 50—60 капи после јела у шољи чаја.

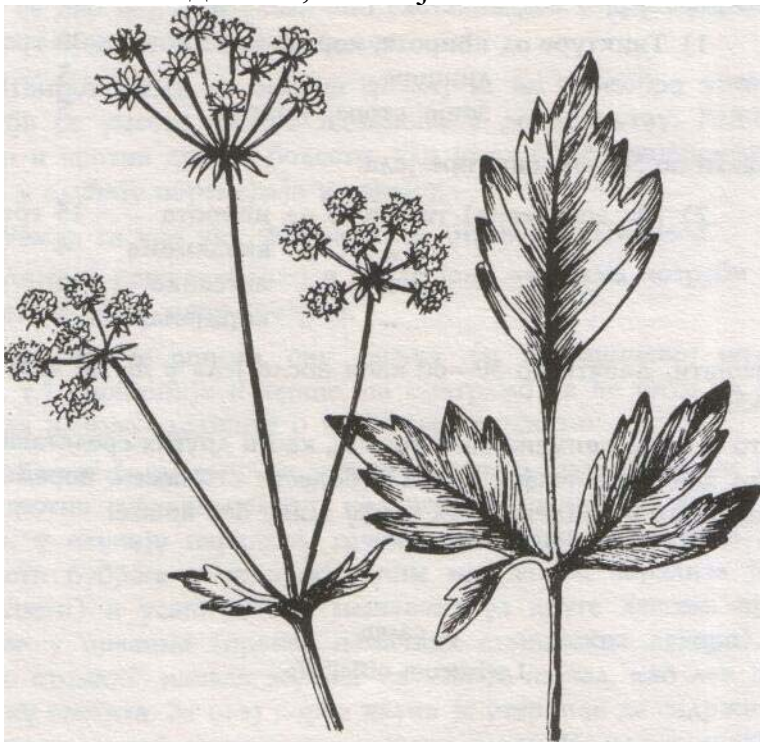
Што се тиче примене овог **корена**, као и других средстава за ређе код грозничавих стања и болести стомака с поремеће-мокрењем — видети и последњу главу ове

књиге.

## I. СЕЛЕН

Лествим официнуале „много крчи у стомаку" са местимичним грчевима у црево, н који у то исто време слабије мокре, те је потребно да се бубрези подстакну на рад (Леклерк). У том случају може ~~се правити~~ смеша с килавицом, ланеним семеном, медвећим цве-*тиашл*, у подједнаким количинама (видети болести бубрега). Узима *зе јслна* кашика за 2 шоље проклучалог чаја и даје по једна *тшашл*. неколико пута дневно. Употребљава се корен и семе, у воме има неке врсте терпентинског уља.

Селен се употребљава као чај у дози 10 грама на 200 грама •а.учаде воде; пити 2—3 шоље дневно, после јела.



Селен (ангелица арцхангелица)

И селен спада у амреласте биљке. С голим, гранатим стаб-лом, танким дубоко урезаним лишћем, белим цветом и ребра-стим семеном.

## 9. АНГЕЛИКА

Ангелика има својство да код *луди* који су изгубили апе-тит услед неких психичких потреса (*лушевних мук.а итд.*) уки-штава шткодљиву слуз на слузкожи уста и стомака и да надра-жује и подстиче на рад млитав стомак. Тражи се под називом радис ангелике тајог или радих арханеликуе

Препоручује се чај од плодова и корена ове биљке, пре је-ла, у дози 5:100 (10:200). Или се спрема као алкохолни расб •ли као тинктура, и даје се по 20—30 капи пре јела у мало воде. Нарочито га је добро спремити на овај начин: у шољу кључале



воле спустити неколико комадића стабла или корена, кад се могу набавити свежи. „Пријатан мирис ове биљке, њена осна-жујућа својства и помало умирујуће деловање на нерве — оп-равлавају њену стару славу као средства против главобоље и против срчане слабости" (Леклерк), против надимања у сто-каку и против инфекција (заразе у цревима, тифуса, колере, аролива и сл.).

Ангелика се употребљава при лечењу и других болести — о чему ће се говорити код сваке посебно.

Лапонци (народ крајњег севера Европе) употребљавају ЛЦВ као храну, зачин и као лек. Чак је и ветеринска ветеринарска медицина употребљава као стомачни лек. На Исланду, као култура биљка стајала Русији: на Уралу у Полтавској и Могилевској гу-бернији, Литви, у Норвешкој, Пољској и Италији употребљава се као средство против грчева у трбуху изазваних нервним поремећајима.

У последње време јако се препоручује употреба корева ангелике с угљенисаном кафом (средина између пржене кафе и углена), која врло добро делује код поремећаја у цревима с обол-ењем слузокоже и њиховим нервним надражајима. Може се узимати одвојено, а може се комбиновати корен с друг-лековима, нпр. алоем, екстрактом жучи, гуштераче и папаверином.

Постојала је таква формула зрнаца (пилула) — назовивамо их ангеличним — с научно основаном применом:

• Корена ангелике ..... 0,02 грамг

Алое ..... 0,005

Активног екстракта жучи ..... 0,004 »

Активног екстракта гуштераче .... 0,05 „Папаверина ..... 0,02 »

Све за једну пилулу. Помешано у угљенисаном кафи. Дневно узимати 3 пилуле.

Корен се употребљава и као средство против пушења: исит-њен корен се жваће у устима као гука, а сок је добар за стомак-

Саставне делове корена чине етарски зејтини, смола — зва-на ангелицин, ангелична и валеријанска киселина, боја и горкв састојци.

Слично овој ангелици, казао је др С. Петровић, може се употребити и расковник, мушки расковник, с којим је народ правио разне враџбине: да може да отвори свака врата или да сруши сваки зид, тј. да уклони сваку препреку.

Ангелика или кривоац (шивиз), корен св духа, постоји као права ангелика која расте по високим местима, тј. такозвана архангелика, од које се за лечење узима корен. Врло јој је сродна, и налик на њу, ДИВЉА\*

Корен цраве ангелике је гранат, дебео, споља мрк, унутра бео. Двогодишња је Амрели су крупни, готово округли, с много длакавих кракова. Аишће је два до три пута перасто дељено, с јајастим или понајвише ја-јастоланцетастим режњевима. Вршни су листићи цели или на троје исе-чеви. Доње је лишће на рукавцу. Стабло је усправно, ижлеблено, наврху гранато и високо до преко метра. Време цветања: јул—септембар.

## 10. КИЧИЦА

Грозничава трава, зимничарка, кичица мала, грчка, грко зеље, grosничавка, трава од грознице, кичица црвена, златни грчак. — Поред других, врло добрих особина којима је обдаре-ва ова билка — наиме, употребљава се против грознице и ватре, о чему ће бити говора — она има и ту особину да покреће на рад органе за варење, подстиче их да луче сокове за варење и уми-рује болове код нервозних болесника

Употребљава се као чај у дози 30 грама на литар воде, или оо тинктура по 2—10 грама дневно (до 200 капи). Или као ис-шарен водени расо (талог од испареног воденог расола), у коли-чвни од 1/2 до 1 грама дневно — наврх ножа. Све пре јела.

Постоји више врста овог рода: ниска, узанолисна, прибреж-оа итд., али је главна наша обична кичица, која је карактери-стична по томе што су јој сви цветови (ките) на истој висини.

Кичица је летња биљка наших предела, с црвеним цветићима, ус-правним стаблом чак до 3 дециметра висине, које се најчешће грана усвом делу. Доње јој је лишће широко јајасто, прави при дну Јелну „розету“, убор, а горље парно, удалено једно од другог, облика ЈгЈастог до дугуљастог танкопродужног. Цвеће је боје јарко до тамноцрве-већином многобројно на једном врху гроздане дршке. Оно нема етељке,

Збивено је. Сва је биљка глатка. Расте по ливадама и песковитим мести-ма, на пропланцима. Цвета у јулу и августу. Горког је укуса. Званнчио се тражи као Негћа сепгачги пипопв. У медицини се употреблзва рас-цветана биљка. Раније је била позната као Негћа (— трава про тив грознице. У старој српској фармакопеји играла је велику улогу, јер је улазила у састав разних горчина и капљица ). Припада роду линцура и може да замени праву лин-цуру (генцијану).

## 11. ЛИНЦУРА

Угарска сириштара, горчица, равен, гореч, горки корен, зе-л>е од срца, срченик. — Разноврсност назива говори о томе ко-лико је ова биљка популарна у народној медицини.



Употребљава се корен. Улази у састав многих лекова, или се може дати и сам код слабог стомака и кад се скупљају у стомаку и цревима ветрови. Још боље је ако то стоји у вези с малокрвношћу, скрофулозом, слабим костима и грозницом болесника. Према анализама савремене науке излази да су у ко-рену нађене материје разнога рода: три шећерасте, два фер-мента (који изазивају врење); једна материја која оксидише, једна есенција и пектин; раније, кад је ствар посматрана јед-ноставније, држало се да у корену има горке материје, безуку-сне материје и миришљаве материје, која се брзо испарава и која „у већој количини тера на повраћање и опија (занесе) чо-века" (др С. Петровић). И обрнуто, у алкохолном раствору као горко средство показује оживљавајуће деловање, рефлектор-но, у случају клонулости с губитком свести и потпуне слабо-сти (несвестице и колапса)

Раније се сматрала, а и сада, као најдрагоценији горки лек (тоничан) за поправку слабог стомака.

„У великој дози, нарочито кад је свежа, линцура се не да-је, јер јако дражи стомак и тера на повраћање. Зато се не даје кад је стомак у успаљеном стању." Због тога треба пазити на прописане дозе, а оне су следеће: Линцурин корен у облику прашка: 1—5 грама дневно (пре-ма узрасту и јачини болесника). Или се сдрема расо: по 3 гра-ка на шољу хладне воде; то стоји четири часа, и онда се про-неди. Исто тако даје се и тинктура: по 30—50 капи пре јела, двапут дневно. Сируп се спрема од чаја корена и даје се по 50—100 грама дневно. А вино од линцуре спрема се на овај начив: 30 грама корена у литру белог вина кисне десет дана; то се процеди и даје по 1—2 чашице за ликер, до 4 чашице дневно, вре јела.

Као ова линцура могу се применити и све друге врсте рода генцијане, па и ситније, као што су отодавка (Сеп-папа уета), прострел, сириштара, које народ употребљава, али су слабијег деловања.

Има више врста линцуре: са жутим, црвеним или плавимветои, затим „угарска" (управо панонска). тачкаста, крсната, ливадска, „ладна", кратка лин-1ра (без стабла), баварска, мала, пролетна, „лежећа", меху-рава, снежна, горка, пољска, нежна, кепец-линцура

Од свих њих најлековитији *уе корен жуте линцуре*.

Расте то брдима, цвета од јула до септембра. Корен је дуговечан, лвбво. лугачак, ваљкаст и гранат. Цветови су жуте боје, усамлени на Т гране или у бокору, жбунасто на стаблу насађени (на коленима). лишће је с 5—7 нерава који су на врху примакнути. Доње лишће при корену је крупно, елиптично и има дршку. Стабло је право, усправно, расте ло исвве 0,6—13 метра, дебело је, једноставно и шупл>е.

## 12.РУЗМАРИН

Ррввариново лишће подстиче стомак на рад. Леклерк твр-лл је добијао добре резултате од чаја, у дози 5:100 грама, који су били сасвим клонули услед тифусне е, грипа итд., као и ослабелог стомака услед великих физичких и интелектуалних.

Некада је био јако хвален. Рузмарин улази у састав мири-шливог вина и миришљивих балзама за трљање и такозваног оподелдока. Проф. Партирије и

Русел признали су да, после уливања у дванаестопалачно црево, помаже лучење жучи, која постаје бистрија и лучи се у већој количини, што оправдава употребу рузмарина пре јела код хроничног запаљења жучне кесе, малих отока јетре, цирозе Лаенека и жутице услед обољења јетре. Рузмарин даје (кад се пече — дестилише) једну есенцију и један нарочити камфор; отуда вероватно и његово деловање да крепи, јача и — подмлабује.

На нашем приморју употребљава се лишће рузмарина као зачин у јелу, те се тиме потврђује његово добро деловање на стомак.

„Рузмарин се сади по баштама, али не може напољу зиму да прв-зими.“ Мириса је пријатног и јаког. Цвета у априлу и мају. Дивље расте у јужној Европи. Лишће му је кожасто, трајно зелено и рапаво одозго, бело и руновито одоздо, линеарно и нема дршке. П\* чб је, усправљев, гранат, доста висок.

### 13. ОСАТ

Благословена боца, блажени чкал», питоми чкал», бабино зел>е. —• У немачкој ботаници наводи се да је ова билка поре-клом из јужне Европе и да се понегде гаји као лековита бил>ка. Ова биАка садржи горчину која има све особине једног лека: изазнва осећај глади и подстиче апетит, што је важно код скрофулозних болесника. Лек се справља од сувих цветних кру-ница: једна шака круница кува се у 3 литра црног вина на ти-хој ватри док се не укува до 1/2 литра. Узима се по 1 кафена шоља ујутру и увече.

Др Оже примењивао је течан екстракт ове бил>кс у лечењу реуматизма и неуритиса, код повећања мокраћне ки-селине и урее. Дневна доза је до 100 капи овог екстракта: 'узи-



1 — потоцњак; 2 — јова црна, ж — ресе и зрели плодови; 3 — мечја шапа; 4 — покосница, а — корен, б — зрели плодови.

**ТАБЛА 10.**



1 — стрижуша; 2 —

напрстак); 3 — нар), а — расечен плод, б — семе;

4 — момчић.

ма се у четири маха у току 24 часа, тј. сваких 6 часова. екстракта, може се припремити овакав напиток: 3 грама ове биљке прелију се шољом воде. Пре оброка треба попити по 1 шољу.

## ГРЧЕВИ И БОЛОВИ У СТОМАКУ (без измена слузокоже и органских обољења у стомаку)

Велики број људи жали се на болове у стомаку. Али то не значи да им је стомак покварен, тј. да код њих постоји неко обољење слузокоже, жлезда или мишићног

ткива (зидова сто-мака). Таква стања ипак су врло ретка и износе према осталим само петину случајева, што значи да од болесника који се жале на болове у стомаку 80% не пати од органских измена у сто-маку, ни од болести слузокоже или стомачног зида. Како то болесник може одредити? Врло просто: измена слузокоже и друге органске повреде сталне су. Према томе, ако се грчеви и болови јављају с времена на време — значи да нема озбиљних поремећаја у стомаку. Само ако су ови симптоми стални — болест у стомаку може се сматрати озбиљнијом. У супрот-ном, ове појаве су пролазне, без озбиљних промена у стомаку, и при њиховој појави треба примењивати:

1) Најпре топле облоге, споља, на стомак; потом треба узети, не одмах после јела него мало доцније, шољу топлог чаја од липе или нане.

2) Ако се јаве болови услед гутања ваздуха и скупљања ваздуха у стомаку и цревима, због чега и долази до надувено-сти и слабе покретљивости органа за варење, то се лечи најбо-Ае кимом (Сагит *сам*).

Чај се справља од зрна или од корена кима у дози 25—50 грама на литар воде, или по 6 грама на шољу кључале воде. Узимати по 1 шољу после сваког оброка. Поред ових, могу се применити с успехом и следећа средства:

#### 1. ЈАСЕНАК



Јасенак

Рустен, бијели јасен, вилино цвеће. —• Свеже лишће ове биљке кад се растрља мирише на лимун. За своје деловање има да захвали етарском уљу које биљка садржи у себи. Зато сежао чај од корена може применити код нервозних и хистерич-

их лица, којима његов мирис прија. Деловање је врло добро (Е- Мајер). Најбоље је давати га у смеши валеријане и матичњака у овом односу:

Т-рае радициц дицтамни алби..... 5 грама

меллиссае..... 5 „

валерианае..... ... 20 „

Давати три пута дневно по 20—30 грама. Суво лишће може ха се употреби уместо чаја. Овај чај је добро стомачно средство л лаје се против болова и грчева услед надимања и рђавог ва-реаа, а тако исто и против несвестице, и ради бољег мокрења. За чај се употребљава и корен у дози 60 грама на литар воде. Тражи се под називом 11л. Овај корен, свеже ископан и дат као одвар, делује и против глиста у цревима.

Иако је др С. Петровић говорио да научна медицина не користи ову биљку, мада су је стари употребавали, ипак је француска и немачка пракса примењују код малокрвности, бле-Аоће и опште слабости.

Двогодншњи корен овог жбуна мирише пријатно, из њега избијаишс стабала, која достижу висину и до једног метра. Доњи листови су ку јајасте, горњи просто перасти и дугуљасте, слични лишћу јасена (оту-Аа валда и име). Листови су плитко изрецкани. Цветови, беле боје, поре-банн су у гроздове. „Кад се у топле летње вечери, кад нема нимало кажу Саге (Немачка фдора), дпринесе пламен цветном грозду јасенка — онда се етарски зејтин, који се ту излучио, може запа-АКГИ и изгорети."

## 2. НАНА

Кучерачка, метвица, нана, коњски босиљак. — Ова билка, ооред осталих својих добрих особина, које овде имају подесну прнмену, има и ту да се може борити против интоксикације,

тј. тровања која могу наићи или наступају у самом организму. Као есенција употребљава се споља, против мигрене. Начин употребе је једноставан: чај: 2—3 грама лишћа на 100 грама кључале воде (5:200). Свежа биљка даје пријатнији напитак него сува. Чај треба узимати послв јела.

Али може да се спреми од ње и алкохолни расб; у том се случају даје по 15—20 капи у чаши воде. Такоће после јела.

Нана је јако миришљава биљка, достиже висину до 6 дециметара. Лишће је дугуљасто, оштро на врху, средње зупчасто зарезано, на дршци, глатко или шупљикасто. Цветови су црвенкастобели, избијају у коленима главице дугог

класа. Не расте као дивља, већ се негује као лековита биљка. Лишће има у почетку љуто-ароматичан укус, а зати хлади, јер има у себи уља боје ветри. Време цветања: јул—август—септембар.

Нане има више врста: луте шумске („коњски босиљак“ — , барске пољске која расте по влажним местима, и тзв. ситна на-на (М. Добро делује код катаралних стања бронхија, па и код магарећег кашља — као чај. Све су се оне одвајкада, употребљавале као средства против трбобоље и грчева у материци, против гађења, повраћања и нервозних слабости, а последња, ситна нана, „као средство што помаже искашљавање у хроничним катарима плућа. Некада је давана и као лек од реуматизма“ (др С. Петровић). Према томе, ако код неког болесника са slabим стомаком и грчвима налазимо и плућна обољења и ре-уматизам, онда је најбоље изабрати овај последњи род нане.

Све ове биљке, нарочито љута врста, садрже 2—3% есенције (ветрећег уља), састављене од течног дела, тзв. терпена, и чврстог, камфоре нанине или ментола. Овај ментол је свима познат. Кристали ментола могу да се таложе у водици од ових биљака. Најбоља је она врста нане која се гаји у Банату. Дакле, гајена је боља него дивља врста. Врло је сличан по укусу, мирису и особинама дивљи босиљак — „Бића која га узимају осећају се чилим, енергичним, интелигентним, крећу се радо, поносито.“ Спрема се исто као нана, тј. као чај: 4—6 грама на шољу кључале воде. Примењује се како овде тако и код незадржавања мокраће ноћу (мокрења у постељу). Најбоље је употребити га у смеси по пола са медуником, плућњаком а као чај: једна кашика на шолју; треба пити 3 шоље дневно.

Ментол има разноврсну примену.

### 3. САЛАТА

Кад се салата истуца у авану, добија се сок. Кад се тај сок аомоћу топлоте испари, добија се згустак, такозвани тридас, у коме има три разна састојка.

Овај згуснути сок може се добити и на тај начин што се стаблика салате кад је у цвету попречно засече. Из тих зареза пури бели сок који се на ваздуху згусне и постане мрк. (др С. П.). Сок добијен на један или на други начин употребљава се у медицини као ублажујуће средство против болова и грчева у стомаку и у цревима. Нарочито због тога што не утиче рђаво на органе за варење, не изазива затвор, као што то чини опијум, не омета крвоток, не квари апетит, не ремети рад нерава, већ делује свуда повојно, без рђавих последица. Само се не држи дуго.

Најбоље је давати згустак у простом шећерном сирупу. До-за је 0,01 грам за једну кашику простог сирупа, што значи један грам на сто кашика сирупа. Треба узимати по 10, 20 па и 30 кашика дневно, према годинама болесника.

### 4. МАК

Афион, опијум. — Најзад лек коме нема равна против болова, свуда у телу па и овде: против грчева у стомаку и цревима. Употребљава се сок који исцури из

главице мака кад се ова засече у одређено време (док су главице младе

Како је то лек који спада у „силне лекове“ — доза кегова мора бити тачно одређена. Зато је најбоље употребљавати га у облику тинктуре (згу-стак преливен спиритусом и разблажен пет пута дестилисаном водом): по 50 капи дневно највише.

За децу, која су јако осетлива на деловање макова сока, проф. Пуше прописао је овај рецепт — као сируп за децу:

Згустка опијума (екстракт) ..... 10 грама

Алкохола од 60% ..... 30 „

Дестилисане воде ..... 340 „

Бела шећера ..... 640 „

У овом сирупу — 50 грама одговара једној дози морфина, колико се убризгава под кожу одраслима у великој нужди, у случају неиздржливих болова; а како једна кашичица одговара количина 5 грама — значи једну кашичицу (10 део) може узети слободно дете од шест година, па и дете од 3 до 6 година. Деца испод три године могу узимати једино сируп у капима, и то по 5—10 капи (у чају од липе или нане) у првој години, по 10—20 у другој и 20—30 у трећој години живота.

Ми смо богати маком. Млечни сок од мака, „афион“ с Вар-дара, садржи велики проценат морфина. Хемијски састав опијума је веома сложен, садржи органске матерпје: каучука, ма-сти, смоле, шећера, млечне, сирћетне и меконске киселине, неке минералне соли и око двадесет врста алкалоида, од којих су најпознатији и најважнији: морфин (10%), наркотин (7%), папаверин (1%), кодеин (0,3%), тебаин (0,15%) и нарцеин (0,02%).

То је усправна биљка, достиже висину преко пола метра, боје зеленопепељасте, гола или с маљама на дршци која носи цвет. Стабло је оскудно у гранама. У баштама је оно више. Ли-стови обухватају стабло својим срчастим широким крајем. Цвеће је велико, светло бело-плаве боје с тамном линијом при дну цветног листа. Семе се налази у главицама, које су голе. Познато је да се гаји и као индустријска биљка због семена, које се употребљава у исхрани људи, за храну птица и за до-бијање масног маковог зејтина.



## 5. ЖАЛФИЈА

„Света трава“, грчки чај, европски чај. — Некада, у Грчкој и у Риму, сматрала се у народу као света трава. Уживала је ве-АИКИ глас и код лекара.

Чак се ишло дотле да се каже: „Како би могао да умре чо-век који има у својој башти жалфије?“ Јер долази од— спасти, спасти се. И данас се њено лишће и њена цветна метлица употребљавају у популарној медицини, где се сматрају као стомачно средство, као средство које јача стомак и подстиче на рад. Сушењем ова биљка не губи од свог мириса, Аугог и помало горког укуса. Гране с цветом беру се у почетку цветања. Лишће пре тога: у јулу и августу.

Од ње се спрема вино, или тинктура и алкохолатура. За чај се узима 10 грама цветне гране на литар воде и пије пре јела, шолама (2—3), против болова и грчева у стомаку, код млитавог стомака и томе сл. Да напоменемо да прах од цвета жалфије заједно с пеленом улази у састав чувеног туринског вермута.

### НЕПРАВИЛНО ВАРЕЊЕ У СТОМАКУ (Диспепсија)

#### А. Недовољно лучење стомачног сока

Основни узроци оваквог стања могу бити: слабост мишић-ног (меснатог, средњег дела) слоја стомачног зида, малокрв-ност и недостатак лучења стомачне киселине, као и обрнуто:

превелика злоупотреба јела, умор и премор у послу, слабост стомака у погледу сажимања и прилива крви, недовољно лучење сокова стомачних жлезда итд. Исто тако шкоди и прекомер-но узимање течности: воде, вина, пива итд., услед чега се стомачни сок сувише разблажује и не вари. Рђаво варење изазива стварање гасова, које болесник „изригује“, кроз уста, штуца итд. Тај ваздух не мирише на покварена јаја, али има горак укус. На варење утиче и душевно стање, расположење, опште стање нерава, који рефлекторно делују на далеком растојању и утичу на рад органа

Каткад, услед тог недовољног варења, када стомак није у стању да протера храну даље (у дванаестопалачно црево), на-стају болови, прави грчеви у стомаку. Ти се болови преносе и на околинду: у ребра и на леђа, и наниже. Често овакви болесници имају и проширен или спуштен стомак (спуштено дно његово). Зато се при оваквом стању могу узети као лек све оне биљке које дају горчину и које изазивају лучење сокова у стомаку или га подстичу на рад. То подстицање стомака на рад почиње од дражења нерава за укус у устима, па надаље, што изазива и жељу за једењем. Или бива обрнуто. Жела за једењем изазива лучење сока у стомаку, а то се лучење с падом залогаја у стомак још правилније и јаче врши. Услед тога сматра се данас да је неправилно узимати ова средства за апетит много раније пре оброка, нпр. на 1/2 и 1/4 сата пре, јер се у том случају сок у стомаку излучи пре хране и стомак исцрпи, него је правилније давати их непосредно у почетку јела, те да њихово деловање и деловање хране појача

лучење у стомаку и започето варење.

У ред биљака које се овде с најболим изгледима могу при-менити спадају:

## 1. ЛИНЦУРА

О овој смо билци опширно говорили у претходном одељку. Сматра се да подстиче на рад стомак и остале органе за варење. Она не стеже, не надражује, а јача. Помаже лучење и жлезда у ус-тима и жлезда у стомаку. „Код болесника који пате од недо-вол.ног лучења сокова у стомаку можемо се после њене употребе надати добром резултату, било то пре јела, ради изазивања било после, кад треба да се побољшају хемијски про-при варењу" (проф. Вакез). „Најзад ова билка побољшава во стање белих крвних зрнаца, што може да се сравни деловањем које има исхрана богата месом" (Лер). Услед тога је полесна у свим случајевима где постоји природна сла-ввет, оронулост после дуготрајних болести, код малокрвних, ждезличавих итд. *Употребљава се њен корен.*

Начин употребе и дозе: као прашак од 1 до 5 грама днев-

•& Расо: 3 грама на једну шољу хладне воде; оставити да кисне 4 часа, потом процедити и пити пре јела. Или спремити тинк-давати по 30—50 капи пре јела у мало воде.

## 2. ВРАНИЛОВА ТРАВА

Пријатно мириса, а укуса је нешто љутог и горког. У н.ој има доста етарског зеј-Г— и гумозне материје која се донекле у води раствара и боја је у црвено (др С. Петровић). Раније су јој стари лекари ириписивали разна својства, од којих је највише био у праву Лиоскорид, рекавши за њу „да је вранилова трава корисна за ове који су изгубили апетит, који имају слаб стомак иштуцају квсело и непријатно". Леклерк продужује: „Одиста, чај орига-ва је добар лек за луде чији слаби стомаци не луче довољно сокова или су проширени, као и за оне који уображавају да болују много од стомака или гутају ваздух."

За чај је доза: 5—6 грама траве на 200 грама клуча-ле воде.

Ако треба да болесник у исто време и искашљује — при-мена је још оправданија, јер ова билка помаже и у томе: са-држи етарске зејтине и раствара плућну слуз, која се лакше избацује (код емфизема, обол.ења душника, бронхијалног катара). Корен је дуговечан, расте плитко. Из њега избија једногодишњс стабло, више или мање длакаво. Цветови вранилове траве су скупленн на врху грана у јајасте или дугачке класове, који заједно представљају рачвасту метлицу с примакнутим и усправним гранама. Лишће је јајасто или јајасто-копласто. Цветови су црвени, ребе бели. Расте по сувим ме-стима, сунчаним ливадама и шумама, нарочито на кречњаку. Цвета од јуна до августа.

## 3. ВОДОПИЈА

Женетрга, гологуза дивља. — Употребљава се лишће и ко-рен. Најбоље као прокувана или прост чај, јер не само да под-стиче апетит већ тера помало и на чишћење, па и на боље мо-крење. Ако постоје грчеви у области јетре, још је целисходније применити ову биљку — она је раније и носила назив „прија-тељ црне цигерице”.

Дозе: 5—6 грама лишћа за шољу чаја, или куван чај (од-вар) од исте количине корена за оне који страдају у исто време и од јетре или запаљења жучне бешике.

Према резултатима стручњака др Ф. Декоа (Обсаих), де-лује као помагач у лечењу жучи и стомачних сокова (свеже лишће), и чисти крв.

Водопија има корен налик на репу, тј. дебео и клинаст. Стабло је високо до 1 метар. Доње лишће расте као убор при дну стабла, има по-бочне огранке, дубоко урезане, а горње је мало, копаасто, заострено. Цветови, по 2—3, расту збијени у коленима. Цветови су велики, небесно-плави. Водопија расте по сувим ливадама, по мебама.

#### 4. ШИМШИРИКА

Жутн шипак, жута шипа, шимширика, кисели трн. — Про-Ч-је се као горчина за јачање стомака, у облику чаја од коре ена дивљег шимшира, у дози 20 грама на 500 грама кључале е. и пије по 2—3 шол.е дневно пре јела. Дакле, код хроничних поремећаја варења и одсуства апетита. Ово средство делу-је као покретач, динамично, ако се не преће доза. Тинктура — уашииае од коре корена дају се у дози по 5—10.Бобнице од дивлег шимшира могу се употребити за справ-Јнаке лимунаде, јер у њима има јабучне и лимунске киселине. добро утољава жећ.

Према Тибалду Ласкарету, а по Леклерку, његова би при" шимш била најподеснија онде где осим слабости стомака посто-ЈВ • оток слезине услед маларијв. Јер доиста он подстиче ор-гаив ва варење, али је његово главно деловање да скупља и сте-т ткиво услед маларијом отечене слезине и да отуда малариче кљвце истера у општи крвоток, где ће их дочекати бела крвна ^— да их разруше и кинин да лакше на њих утиче. У старој озшатској медицини ова је бил>ка играла велику улогу.

Примена ове биљке код крварења из материце поменута је Одговарајућем месту (видети „Женске болести”).

Главни састојак, берберин-алкалоид добија се из ткива коре схабла и корена. Он се даје у облику сулфата у дози 0,05—0,25 хдмха више пута дневно као\* прашак, пре јела; а најчешће за-једно с хмелом, по рецепту:

Узимати по један прашак дневно, тре јела.

Шимширика је гранат шиб од 1—2—3 метра висине, с повијеним гранама, чији су крајеви као оборени. Зеленосиво лишће расте абувасто, на дну (жбуна) има игала, остатака измењених листова. По-• аистови су јајастог облика, оштро зарезани. Жуто цвеће образује васеће гроздове, који миришу непријатно. Плод, мале црвене бо-Аугул.астог је облика и садржи 2—3 семена. Употребљава се и за слатко. Расте по кршевима и по баштама у целој Европи и у области умерене климе Азије до Хималаја. Цвета од маја до јуна.

Напомена: на унутрашњој страни његовог лишћа гнезде се зимњв споре (клице)

главнице, због чега га не треба трпети у близшш житних њива.

## 5. ПЕЛЕН

Пелин, осенач, бели пелин, горчика, пелинчек, пелунка. — Стари лекар Кондронхус назвао га је „пријатељем стомака" (уеп1пси1о апгисиз), дакле, одвајкада је био познат као стомач-ни лек. Познати француски професор Трусо био је мишљења да је подесан „као средство које подстиче органе за варење на рад у људи јако омршавелих и код стварних повреда органа за варење које су дошле као последица узастопних грозница; про-тив губљења апетита, против затвора — што се јавља код ма-локрвних, неурастеничара и оних који прездрављају".

Чај од пелена врло је горак, зато биљку треба само попa-рити, а не кувати, како се то обично чини.

Узима се по једна кашика или чашица пре јела. Доза за чај је 5—6 грама на 200 грама кључале воде. Овај чај је горак.

Најлакше је узимати тинктуру, 20—30 капи у води пре јела.

Наша пелињача представља алкохолатуру бил>ке („расо пелина од ракије") са слабим процентом алкохола.

Или се може спремити пелиново вино по овом рецепту:

Сувог лишћа пелена ..... 30 грама

Алкохола од 60% ..... 60 „

Белог вина ..... 1000

Треба оставити да пелен кисне у алкохолу 24 часа, па се онда томе дода литар вина и остави да кисне 10 дана. Затим се оцеди и процеди. Од овако добијеног вина сме се употребљавати само три кашике дневно (по једна пре јела). Шта то значи? — Значи да пелен у већој количини изазива велики надражај у стомаку и цревима, па и у целом организму, услед чега

се јаллају и знаци тровања: повраћање, збуњеност, несвеотица. То често бива кад се узме на празан стомак пуна чаша, а и две, 1— чаја (одвара) од пелена. Стална употреба алкохолног пиња-у коме има јаке дозе пелена представља опасност по лич•зст која то чини. Сматра се да у њему има неких опојних састојака Због тога се треба држати прописаних доза.0 примени пелена код других обољења, нарочито наступних грозница— говорићемо на за то одређеном месту. Овде ћемо в само укратко описати.

Пелен, пелин, осенач има корен дутовечан, тврд, граиат, из кога из- кратки и врло лиснати изданци и стабљике до преко пола метра.Биљка је маљава, бела, јако миришљава и горка. Стабљике су усправне, ћошкасте, беле и врло гранате. Лишће је озго тачкасто, зелено-беличасто, а озго је сасвим бело. Доње је лишће Исечено на коцкасте и затубасте кришке. Цвеће је на дугач — грозду — метлици. Цвета у јулу и августу, а расте свуда по ем утринама, баштама.

Поред ове врсте пелена има много других аему сродних наиме: пољског ниског север•ог метличастог аустријског римског простог тамноперастог класастог

„мутелинског" гАечерског вунастог камфорног (А. морско-обалског камењарског . Од свих њих као најлековитији о—гра се овај који смо описали, горки. Само ова последња врста издваја се као добро средство против упорног апетита, нарочито ако постоји туберкулоза трбушне ма-р—оше и цревног покривача. У том случају даје се тинктура од ~~дежеџ~~ лишћа, дневно 20—40 капи у води, пре јела.

Ол осталих врста мсД-у да доћу у обзир само: комоника, трномет), А. сатрезпз (дивља рутавица), поменута А- аћго (божје дрвце, рутавица), А. (рудин-схх пелен) и А. (ћул, ћабе-пелен, миришљавка), али које ае упогребљавају више као лек против глиста него за снажење ослабљених органа за варење.

Најзад, код болесника који имају катар у плућима а ие-мају апетита, те им треба горчине као најподеснијег средства за снажење стомака и појачање апетита, може се примешгв:

## ИСЛАНДСКА МАХОВИНА

О њој смо говорили код плућних болести. Овде само да изложимо два начина спремаа лека:

а) Без горчине: 10 грама исландске маховине на 1000 грама воде стави се да проври. Та се вода затим оцеди (а с њом и горчина). Затим се маховина испере у-хладној води и поново кува у литру воде пола сата. То се процеди и заслади шећером или неким сирупом. Узима се кафеним шољама.

б) С горчином: подеснија је спиритусна тинктура у дозн 5—6 грама дневно (по 15—20 капи у води пре једа).

Овај последњи облик и начин је „много интересантнији, јер се у њему задржава горчина, која, како су показали многи научници, може задржати повраћање и таме указати велике услуге у случајевима где болесници, нарочито плућни, повра-ћају; или имају мигрене, или пате од жучних болести, повра-ћају после хлороформисања (после операције) итд." (Леклерк).

### Б. Прекомерно лучење сокова •у стомаку

При повећаној или сувишној киселини у стомаку болесник осећа неку топлоту, осећа да га нешто пече у области стомака, у једњаку, у грлу, па и у устима. Он тада кисело подрнгује, а покаткад и повраћа. Мучи га горушица, нарочито кад се сто-мак испразни или кад је већ давно празан. Стомак га боли. Чим се наједе, горушица и болови престају; чим се храна свари, бо-лови или горушица почињу изнова. Овакво стање постепено јача и траје дуго, с прекидима, читаве године. Не подноси се:

ракија, вино, зачини, незрело воће, а каткад и најман>а кисе-лина. Болеснику често говоре, околина и лекари, да треба да се прегледа на рендгену. Рендгеном се, пак, не може ту утврди-ти ништа (ако не постоји рана у стомаку), осим, рецимо, неко проширење или спуштање стомака.

У сваком случају, било да је повећање лучења киселине у стомаку привремено,

било да је дуготрајно, лечење те неволџе остаје исто. Оно се састоји, пре свега, у дијети: *при узимању јела треба поступати обрнуто ономе што се обично чини*, тј. не почињати супом или чорбом или месом, него то оставити за крај, или не узимати, а сваки оброк (доручак, ручак и вечеру) почети маслом, кајмаком или зејтином; за овим узети брашнена јела и јела од печена теста, нпр.: хлеб с маслом, по-пару с маслом или на масти, резанце, макароне с маслом, трла-во поврће с маслом или зејтином (трљан пасул», грашак, кром-пир), за овим јела у којима има разбијених јаја, рецимо „ми-Анхброт", гурабије, палачинке с некиселим пекмезом, слатким итд. У исто време може се узети и слатко млеко, удробљено или чисто. И тек се напоследку узима, ако не изазива болове, супа и месо (види у прилогу „Дијета"). *Такав редослед јела мора се одржавати најмање шест недеља*, па ако се стање не поправи, заставити и после тога.

Што се тиче биља, код ове врсте болести смо у великој ме-ре ограничени, јер билке обично садрже киселине или горчине које изазивају још јаче лучење или увећавају постојећу коли-чнну стомачне киселине — дакле, забрањене су. Зато болесници нека обратe пажњу на поменуто правило у погледу дијете, која ое не може ничим заменити. Од бил>них производа и лекова — вежа се запамте ови:

## 1. ЗЕЈТИН

Пречшпћен зејтан од маслине и зејтин од ма каквог другог биља (ораха, сунцокрета, соје, сезама) које се једе. 0 примени •всАиновог лишћа — видети рецептуру. Треба употребити скроб од најболег шпеничног брашна или најситније самлевоног кукурузног брашна (качамак). Бра-шно, вода, шећер и масло (или маст) помешају се и кувају за-једно до густине каше која се жели. Једнако се меша. Уместо једног дела воде може се узети и млеко (1:1). Зрнца кравл>ег масла, „путер", уваљана у пшенично брашно као пилуле могу заменити сваки лек. Ове се пилуле могу носити са собом и у случају потребе узимати колико се хоће (у случају горушице, киселине итд.).

## 3. КРОМПИР

Кромпир треба испећи или скувати, најситније изгњечити (општи назив „пире") са зејтином или маслом.

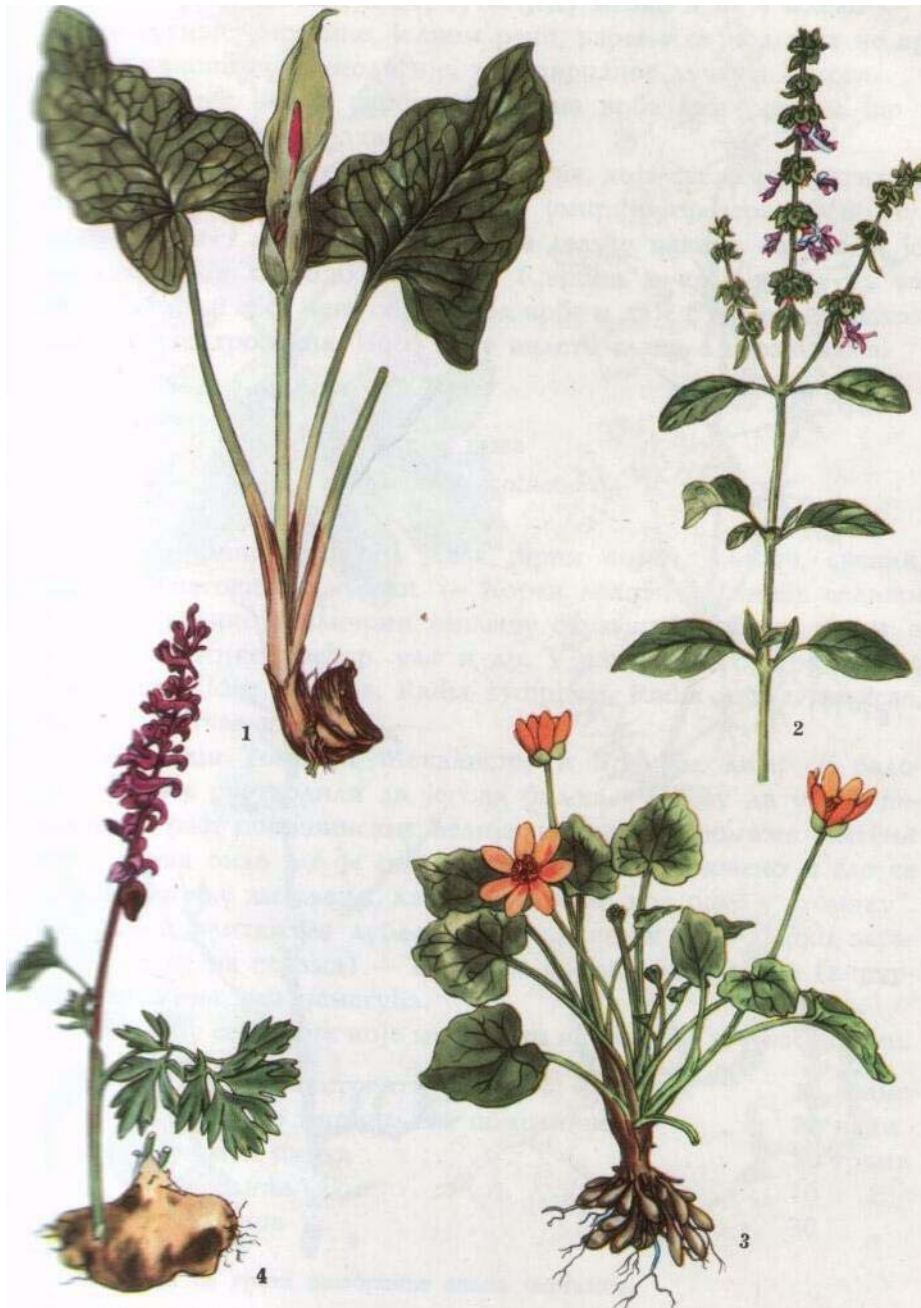
## 4. БЕЛА ВРБА

Врбова кора, врбина кора, врбовина. — Кора се узима са стабла или са грана које имају више од три године. Осујшена кора се истуца у прах, и узима по 2—3 грама пре сваког оброка. Прашак се може узимати у млеку или одвару од 50 до 100 грама дневно.

Расб спремљен од 50 грама истуцане коре и литра вина, и узиман по једну малу винску чашу пре јела — како саветује Ли-јежоа, који је увео овај лек у праксу код

повећане киселине у стомаку — може се применити, по моме мишлењу, само код нервних болесника који час имају а час немају знаке киселине и код којих је она на нервној основи и на нервном поремећају (стомачно-трбушног нерва). Они често једу месо и пију вино

ТАБЛА 11.



1 — козлац; 2 — босилак 3 — здатица; 4 — млаћа

ТАБЛА 12.



1 — ивањско цвеће; 2 — црни слез



3 — јарић; 4 — трн, а — гранчица са зрелим плодовима.и немају киселине; и обрнуто: једу масло и пију млеко — и амају сувише киселине, једном речи, рарење се код њих не вр-ш по законима физиологије, тј. природног лучења сокова.Белу врбу може заменити црвена врба или ракита, јер у њој има истих састојака.У кори беле врбе има, осим танина, који стеже, и других са-стојака који ојачавају организам, умирују претерану (болну) алергијивост живаца, дакле, који делују некако опојно, и је-лав нарочити састојак, салицин („врбин“), који може да за-мени кинин и због чега се кора од врбе и даје с добрим успехом кал наступа грозница. Но о томе видети главу о грозницама.

## 5. ГАВЕЗ

Гавез црни, воловски језик, црни корен, плушч, свеник, клињак, сватовци, волујски. — Корен лековитог гавеза садржи у себи у великој количини лепливу слузаву материју, танин, а

Аруге састојке: шећер, уље и др. Научници Томпсон, Мекалистер и Брамвел дали су радо-к т којима су тврдили да је ова биљка у стању да утиче по-вољно на раст површинских ћелија, наиме: „да помаже растење

новог ткива онде где је оно по површини надражено и где се иимци у стању запаљења, као што то бива код ране у стомаку". *Зиари*. код плитких и дублих рана на кожи које тешко зара-дити (ране на венама) — онда где је трансплантација (хирур-нв) отежана или немогућа.

Стављају се облоге које могу бити наквашене и у овој пасти:

Воденог екстракта гавеза ..... 12 грама

Есенције	миришљаве	поморанце'	....	20	капи
Оксида цинка	....."	.....	20	грама	Ланолина
.....	10	„			Вазелина
					..... 30

Узима се врста поморанце звана бергамот. Тиме се рана покрива и испод ње се ткиво обнавља, расте нов слој коже (епидермизација).Према томе, његова примена код повећане киселине у сто-маку, било да тамо има раница („гризлица“), било да има само огреботина на слузокожи, потпуно је оправдана. У ту сврху, по-ред јаког чаја (100—200:1000), спрема се овај напиток:

Течног екстракта гавеза . . . . . 10 грама

Сирупа од дуња ... ..... 100 „

Сирупа од рибизли (зрелих) ..... 90 „

Узима се по 2—4 кашике дневно.

Најбоље делује јак чај од корена ове биљке. Корен, у дози од 100 па и 200 грама на литар воде, потопи се и остави да стоји у води два часа. Пије се по једна

шоља на сат пре јела. Али не треба хшти и одвар, јер слуз и танин дају непотребан талог.

*Напомена:* пазити да се биле у коме има танина не спрема у гвозденим посудама, јер танин из бил>а и гвожђе чине лек неупо-требл>ивим.

## ПОМОЋНИЦА

Црна помоћница, мрачњак, мокуница. — Ова је биљка ра-није сматрана отровном и као лек који се орално узима није се употребљавала. Сушење чини ову биљку слабијом, зато је нај-боље одмах правити од ње алкохолатуру.

Алкохолатура се даје у дози 5—10 грама дневно (1—2 ка-шичице). То је добар лек против грчева у стомаку и у мокраћ-ној бешици.

Сок од ове биљке најбоље делује ако се цеди кад је она у потпуном развоју, али то време је врло кратко. Овај сок се узима највише у дози од 30 грама у случајевима напада и болова у жучној бешици у вези са стомаком. Ко је се боји, нека је не узима. Ова њена примена основана је на томе што је њено дело-вање у стомаку. захваљујући њеном главном састојку солани-ну, слично деловању кокаина, хлороформне воде и брома (кал-дијумовог и стронцијумовог брома) — лековима које често прописују лекари против болова и грчева услед киселине и ра-на у стомаку.

## В. Поремећај стомачних нерава и нервозна стања уопште

Уколико више улазимо у изучавање болести — све чешће валазимо да су стомачни поремећаји, рад и лучење сокова, по-следица нервног стања дотичног болесника. Поремећеност или изнуреност или тровање нерава (после тешких заразних боле-сти) могу бити општи, целог организма, или могу бити само у трбушном делу нерава, или само нерава који регулишу органе за варење, па на првом месту поремећај може настати у оним нсходним сплетовима нерава (чворовима) који командују сто-маку и одржавају његов рад у равнотежи.

Према томе, број болесника од „нервозе стомака" расте непрекидно, иако они пазе на исхрану. Разуме се да ту не спа-лају они који својим грубим

грешкама у исхрани, у јелу и пићу, ремете правилан и здрав рад свога стомака.

Зато се и лекови за ову врсту болесника одликују и блажим деловањем. Неки су нам већ познати, а неке помињемо први пут.

## 1. НАНА

Стари, испробани лек као чај, у дози 4—6 грама на 200 гра-ма кључале воде. Као што је већ речено, свежа биљка даје нај-пријатнији напитак који се пије после јела

## 2. ДИВЉИ БОСИЛАК



Дивљи босилак

У неким нашим крајевима носи назив марулка. — Примењује се у случају незадржавања мокраће, и то у облику чаја.

Дозирање исто као и код нане: по 4—6 грама на шољу кл»у-чале воде, за чај, који је врло пријатног укуса. „Овај напитац, како су показала опажања научника (Кодеака и Меније) при-бавља снагу, врло је добар против подригивања, болова, шту-цања. Његов зејтин сматра се као врло јако средство: животиње, којима се он даје и на које се жели деловати, показују се као размрдале, интеллигентне, изгледају задовољне својом снагом и моћи, крећу се са задовољством, шетају се гордо, има-ју држање поносито' и као да су неког победиле" (Леклерк).

Дивлзи босиљак је ниска бил>ка, с гранатим, најпре разведеним, а после скупленим и усправним стаблом достиже висину 3—6 дециметара. Аишће је јајасто, тупо по ободу, зупчасто. Цветови су јарко црвв' ни, по 3—5 на виљушкастој дршци заједно, правећи амреласте грозд. Корен је дуговечан, пузи и пушта изданке. Пријатно мирише, расте по шумама, а цвета у јулу и августу.

Има их више врста, зато се треба управљати према прило-женој слици. Врло му је слична по укусу и деловању:

### 3. МАЈКИНА ДУШИЦА

Описали смо је и примењивали код плућних болести, на-рочито код дечјег великог кашља. Овде је њена примена још оправданија. Код неурастеничара с поремећајем стомака, код људи који у исто време пате и од болова у згдобовима препору-чује се чај од мајкине душице, који је врло ароматичан. Доза:

4—6 грама на шољу воде. Употребљава се цеда биљка. Од ње је нарочито добра есенција, која се даје у облику пилула по овом рецепту (за апотекаре):

Давати по 2—10 пилула дневно после јела.

### 4. БОСИЉАК

Повољно утиче на болеснике с нервозом стомака, јер има својство да ублажује грчеве и умирује нерве, као и да гони од њих туробне мисли и уздиже им дух.

Његова најлакша употреба је: чај после јела (по 4—5 гра-ма на шољу). Може се употребити есенција од босиљка у дози 5—6 капи на парчету шећера — та-коће после јела.

Босиљак је врло сродан лавандули, која, као што смо видели, улази у састав миришљавих вода и алкохола. Бо-сиљак је употребљаван и против других болести. Неки су ле-кари предложили да његово уље замезди

камфор, јер је у стању да умањи надражај можданих и кичмених нерава. Али га треба употребљавати у малој дози, како је речено горе (5—6 капи), јер у већој количини изазива бунило.

Босиљак је позната биљка. Корен има једногодишњи, стабло усправно, маљаво и јако гранато. Цвета целог лета. Цвеће је сложено у клас, састављено од гомилица са 4—6 цветова, ситно, беличасто. Лишће је зелено, има дршке, облика јајасто-копљастог, пљоснато, глатко. Припада уснатицама. Мирис босиљка је пријатан, али укус му је горак и нешто љут.

## 5. ГРЧИЦА

Горка детелина. — Расте по барама око Буприје, цвета у априлу—мају (др С. Петровић). Може се сматрати као један од најбољих лекова за нервозне болеснике с лошим варењем. Употребљава се цела биљка. Саветује се узимање чаја од ко-рена или сувог лишћа, у дози по 50 грама на литар воде; или као тинктура, по 40 капи пре јела, двапут дневно; или као пра-шак, по 2—3 грама дневно; или као вино, за које је чувени проф. Робен дао овај рецепт:

Грчица 10 грама  
Вина ..... 100

Попарити клучалим вином, оставити да кисне пола часа и узимати по 1—3 кашике пре оброка.

Др Лијежоа је тврдио да може само да се похвали деловањем ове билке код болесника који добијају главобољу после ручка и вечере, а као узрок томе може се узети сопствено тро-вање у стомаку и цревима. У извесној мери делује и против по-већавања температуре.

Слично дејство има и лажни лотус сродна јој биљка, која се узима у истим дозама.

Грчица је водена билка с пузавим кореном и многобројним танким изданцима. Стабло је кратко, пузи или плива, с густим лисним жбуном. Листови имају дугачке дршке и троструки су, зупчасти. Цветови су бели, споља боје мяса, расту у грозду на крају цветне дршке, која је 1,5—3 дециметра дугачка. Чашице су кратке, зелене, круне звонасте, петоструко дубоко усечене, с многобројним дугачким длакама изнутра. Цвета у мају и јуну. Расте по мочварним ливадама (*Српска фармакопеја*).

## 6. ЗЕЧЈА СТОПА

Корен ове билке садржи поред танина и лепљивих материја и друге материје, као и један сложен мирис.

Према томе, овде се и употребљава баш корен као горко средство које јача.

Корисно је код лабавог рада црева и поре-мећеног стомака, а код особа слабог нервног система наклоње-них обољењу слузокоже, повећаном цревном лучењу и проли-вима с боловима.

Прописује се као чај. у дози: 60 грама на литар воде. Или као тинктура, 30—50 капи пре јела, два-три пута дневно, или као водени згустак, по 1—3 грама дневно

Овај корен мирише слабо на каранфилић који се употреб-љава као зачин јелу.

## 7. ЦРНА ТОПОЛА

Употребљава се угаА од дрвета тополе. У медицини се упо-требљава у случају надимања у стомаку и трулежи у цревима са проливом животињски угал (од костију животиња), али исто тако може ее употребити истуцан и овај. Старији лекари препо-ручивали су га против нервних хроничних болести стомака. Он заиста може користити против рђавог задаха из уста, кад овај долази услед болести стомака, а не плућа.

Употребљава се по 1/2—1—2 кашичице пре или после јела, према потреби.

## 8. САСА

Сусан, мачица, шукундеда, кучина, звоњача. — Примењује се као средство које умирује нерве и стишава болове услед гр-чева код нервозних стомачних болесника, код којих је у исто време и срце јако осетљиво, лако се узбуђује на сваки надражај, тј. показује да стоји у вези т; нервозом стомака и нервним чво-ровима (нерва симпатикуса).

Најбоље је давати лек од ове биљке у облику алкохолатуре (наквашене свеже биљке у чистом спиритусу), по 20—40 капи дневно у води, пре јела. Иначе, може да се даје у облику пра-шка или пилуле, у дози 0,1—0,4 грама; или као чај, у дози;

1:20—50, тј. 4—7 грама на шољу.

Иако је раније сматрана за отровну биљку. ипак су је у лечењу многих болести примењивали одлични лекари у горњој дози, тј. по 20—40 капи алкохолатуре дневно. Ми је на основу тога и наводимо као лек код поремећаја стомака нервозних болесника.

Корен јој је дебео и дрвенаст. Приземно лишће има дугачке дршке, кад је младо има меке мал>е; 2—3 пута је у уске линеарне делове разде-А.СНО. Дршке на којима стоји цвет високе су до 3 дециметра. Цветови су појединачни, велики, боје отворенољубичасто-црвенкасте, такође спољне обрасли маљама. Билка се развија рано: у марту и априлу. Расте на кречном терену по местима изложеним сунцу. Г. Катарално обол.ење, запаљење слузокоже стомака с повраћа њем, боловима и другим променама н тешкоћама у стомаку: про-ширењем, спуштањем, променом

положаја стомака итд

Наши људи се плаше речи „катар“, мислећи увек на нешто озбиљно, као нпр. на туберкулозу итд. Међутим, реч „катар“ употребљава се увек кад хоће да се означи неко лучен-е, неко цурење са слузокоже, ма која то слузокожа била (у носу, ждре-лу, душнику, стомаку, бешици итд.). Разуме се да кад је реч о стомаку такво прекомерно или нездраво лучење слузи долази услед већег или мањег запаљења тог дела слузокоже, а узроци самом запаљењу су многоструки, почев од хладноће и назеба, услед сталне употребе ледених пића, па до грозница, заразних клица, преоптерећења стомака великом количином јела, преко-мерном употребом зачина, паприке, сирћета, вина, дувана, не-довољним жвакањем (услед рђавих зуба или брзог гутања), или употребом покварених јела, фалсификата, отровних конзер-ви итд.

Тај катар може бити акутан или хроничан. Акутан је кад се после обичне „муке“ у стомаку појављују и озбиљнији знаци поремећаја: гађење, повраћање, болови, напетост, обложен је-зик, па чак и незнатно повећање температуре.

Хроничан катар стомака добија се ако се акутни катар не излечи на време већ се одуговлачи, или ако се у току времен

неприметно увлачи, док се једнога дана не покаже у таквој ја-чини да болесник не може без муке да једе. „Стомак не прима храну“ — било што апетита нема, или што је после примања хране човеку још теже: нагон на повраћање, тешкоће, напетост, па и затвор испољавају се у толикој мери да је тешко јести и варити храну. Услед тога настаје мршављење, потиштеност, нер-воза и све друге последице недовољне исхране.

С тим сталним појавама у стомаку — катар се шири и даље:

на дванаестопалачно црево, јетру, танка црева и дебело црево. Услед мршављења, а понекад и услед преоптерећења, као и услед претеране употребе алкохолних напитака, услед честих порођаја код жена, и разних хроничних болести: грудних бо-лести, срчаних болести, физичког премора, стомак се шири, че-шће се спушта његово дно и мења положај, налево и надоле.

Кад се све то скупи — имамо хронични катар стомака (тј. нездраво лучење слузи у стомаку с променама у ћелијама слу-зокоже стомака), с изменама у самом ткиву стомачног зида, услед чега се он тањи, мења и виси; а затим се надовезују и друге компликације.

Које и какве лекове треба применити? — На првом месту, благе лекове, који би повратили нормално стање у слузокожи и помогли и варењу; затим, лекове који би деловали благо на бо-лове, ако постоје, и, најзад, лекове који би јачали стомак или заустављали повраћање, или би онемогућили крварење, лекове који би спречавали стварање трулежи и борили се против грозни-чавих стања, као последице стомачних и цревних запалења, ако се она отегну. Ти су лекови следећи:

## 1. САЛЕП

Каћунак, кукавице, мошнице, јурјевке, кућуновина, вра-њак, пасја јаја. горов цвет, салепов корен, кукавина, дремовац, каћун обични (Стипанић).

— У лекарству се употребљава осу-шен корен (по српској фармакопеји) . У пирот-ском крају сељаци брђани га ваде, нижу на нитке, суше и про

дају у вароши алвацијама који од њега праве салеп. Скуван корен салеп даје се као чај ујутру на празан стомак и дању пре јела. Апотекарски се салеп спрема овако: узима се 1 грам корена салеп; то се помеша с 9 грама дестиловане воде и дода кључале воде 90 грама. Ово се меша непрестано док се течност ве охлади. Наши лјуди, иако га често употребљавају, не знају добро да он расте код нас и да је врло добро средство не само код катара стомака него и код катара осталих органа за варење, танког и дебелог црева, а тако исто и против пролива и срдоболје. Даје се са шећером и као лака храна, јер је слузав, густ, не вадражује слузокожу, напротив, благо је покрива и „премазује“.

Ова билка цвета у мају, а расте по високим присојима и кршевима. Салеп се добија из грудвастог корена (с једном или лве грудвице које се зову каћунице). У каћуницама има скро-оа, гуме и нешто мало горке материје.

Лек од салеп за децу и одојчад:

Зејтина од слатког бадема ..... 15 грама

Салеп скуваног ..... 30 „

Сирупа од цвећа и бресака ..... 10 „

По 1 или 2 кашичице дневно. За одрасле се кува са шећером у онаквој густини каква се хоће (житка, ретка или густа каша). Посипа се често прахом од цимета ради бољег укуса.

Салеп, по др С. Петровићу, добија се на овај начин: каћу-нице се држе кратко време у кључалој води, па се после осуше и истуцају. Или се лепо опране ставе у умерено загрејану пећ-ницу и из ње се изваде кад буду унеколико прозрчане. Тада се лако туцају и од њих добијен прашак зове се салеп. Овај се са-леп меша с водом по наведеном упутству и пије. Салеп спада у биљну фамилију орхидеја, која има много родова и врста. До-бија се од азијских врста и од наших балканских, домаћих биљака. И код једне и код друге, грудвице (каћунице) корена нису раздвојене, већ срасле. Ова друга одликује се тиме што су у њој приперци једнонервни, што је усна цвета по ободу ровашена и што цвета месец дана доц-није од прве, тј. у мају и јуну. Иначе, цвет им је у класу, са 6—9 цветова, који сви у један мах цветају. Стабло билке је високо 3—5 дециметара. Цветниклас има црвену до бледоцрвену или беличасту боју. Лишће је дугачко, копљасто. лшиће је шире и на ње-му има пега. Код нас би се могао култивисати, неговати и у већој мери и могао би изјутра потпуно заменити кафу. Штета је што су салепције ишчезле с наших улица и сокака и што је престала њи-хова рана јутарња монотона вика: „Салеп, врућооо!“

## 2. ДИВЉА САЛАТА

О дивљој салати смо говорили код плућних болести, али ћемо то поновити.



Ако истуцамо у авану зелену дивљу салату. добићемо водени сок. Кад га затим испаримо, грејањем, добићемо згуснут сок, тзв. лактукаријум, који се употребљава у медицини као лек у малим дозама — највише по 1 грам дневно или по једна кашичица (5—6 грама) за недељу дана.

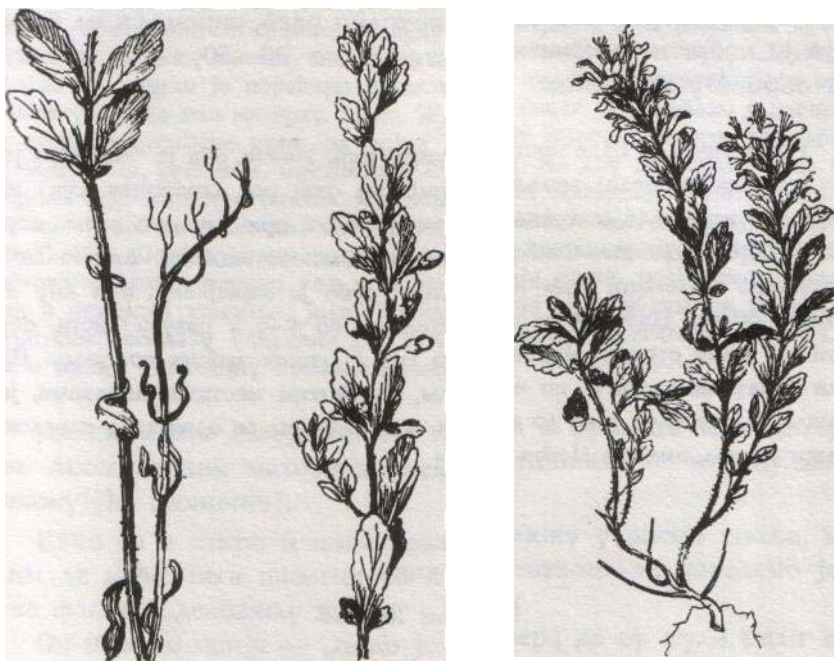
Згуснут сок од дивље садате може се добити и на тај начин што се стабљика салате, кад је у цвету, попречно засече:

из тог зареза потом поцури бели сок, који се на ваздуху згусне и постане мрк. То је онај исти лактукаријум.

Од изгњечених стабљика салате добија се такође сок, који се, кад се испаравањем згусне, назива тридаса. Обе врсте згуснутог сока употребљавају се у лекаству. Овај згуснути сок, добијен на један или други начин, има многа преимућства: не делује рђаво на органе за варење и органе за крвоток као што 10 чини опијум, нема као последицу затвор (што опијум изазива), нема рђавог утицаја на апетит, није отрован, а међутим стишава нерве, изазива сан, као благо средство ублажује бол.

Дозе су му ове: згуснут, испарен, природан сок од салате-од 1/10 до целог грама дневно (0,1—1). Згуснут сок добијен испаравањем расола (салата која је кисла натопљена у слабом алкохолу и затим течност испарена до густиша), употребљава се у још мањој дози: од 0,05 до 0,3 (1/20 до 3/10 грама); или једну кашичицу згустка треба утрити за време не мање од три недеље. Зато је најзгодније да се даје у виду сирупа: 1 грам згустка у сто кашика сирупа (литар и по сирупа). Према потреби, даје се по 10—20 кашика сирупа дневно: чист или у чају од нане. Као вода од салате даје се код надражених жваца (др Сава Петровић). Видети опширније о употреби дивље салате и код нервних болести.

### 3. ГАВРАНОВ КУК И ДУБЧАЦ



У старо доба обе билке су биле на гласу јер су употребљаване с успехом против трулежних рана и замењивале су садашње наше киселине карболну и салицилну (др С. Петровић).

У најновије доба утврђено је да овај род има антисептичне особине, тј. да може да убија бациле и друге микроорганизме кад с њима дође у додир. Поред тог својства, ове билке остају као горка и ароматична средства која снаже омлитавеле органе за варење, и подстичу их на рад. Пошто су и антисептичка средства — оне уништавају сваку трулеж која се налази у стомаку и цревима, те делују и против свих стомачних и цревних грозница и грозничавих стања уопште (грипа, итд.). Отуда је корисна њихова примена и код истовременог обољена и стомака и грознице.

Употребљавају се као чај, у дози 5 грама на 100 грама кључале воде (10:200); пије се по четири шоле дневно, пре јела. Тако исто употребљава се и алкохолни расо, спремљен од билке која је набрана у почетку цветања, по 30—50 капи пре сва-ког оброка у мало воде.

Најважнија је овде врста гавранов кук. Иначе, ова је фамилија рас-прострањена по целој земљи. Специјално овај род (гавранов кук) има низак струк: стабло је гранато, лежи ниско и при дну има танак корен или пузајуће изданке. Стабло је обрасло меким. Лишће му је продужено копласто, седи на стаблу, грубо је зарецкано, при дну има срцасти облик. Цветови су светлоцрвени, по 4—6 у пазуху листа, окренути на једну страну. Чаижда има пет једнаких зубаца по цвету. Припада уснатицама. Расте по влажним, баровитим местима, ливадама, јарцима итд. Цвета од јула до августа. Употребљава се одвајкада као лек и тражи се под именом Негћа зсогДц.

#### 4. ХМЕЉ

Амељ, мељ. — У медицини се употребљавају шишарице од хмеља. Сличан је пелену. Неоспорна су његова поволна деловања на апетит и на јачање стомака. Уз то он има и својства да умири, стиша и успава, те је како за болове тако и за узбудљива нервна стања врло подесан. Научним језиком, он је тоник, хипнотик, фебрифуге, и антилитик, принципијелно седатив.

Узима се као чај, у дози: 15 грама на литар кључале воде, по 2—3 шол>е дневно пре јела.

Или се узима као водени згустак, у дози од 1/4 до 3/4 грама (по 0,25—0,75); или у прашку, по 0,25 до 1 грам, и у обландама као средство за умирење живаца.

Сув згустак (екстракт) узима се у мањој дози: по 0,1—0,5 грама, тј. по пола грама највише. Тинктура од хмеља узима се по 2—4 грама дневно. Њу је, после чаја, најлакше спремити.

„Ова биљка представља једну врсту која се од копривастих биљака жатно одваја тиме што има лозасто стабло које се увија уз друго рашће. Цвеће и семена су без беланчевине и имају равну завијену клицу" (Гар-кс). Иначе, хмел» има дуговечан корен, а стаблику једногодишњу, који се може увијати уз мотку, жбун или дрво. Листови су наспрамни, имају дршку, облик широкосрцаст, на врху су оштри, с 3—5 режњева дубоко ажрезаних; озго су глатки, а оздо су врло рапави, али не пеку. Двеће је аволомно: мушко је поређано у наспрамне гранате гроздове, који стоје т пазуху лишћа или на врху грана. Женско цвеће је поређано у наспрам-

• е петелке насађене маце, од којих постају јајасте, опнасте шишарице с пространим, сушеним, мрежастим љускама. На дну приперака ових шишарица има мноштво ситних жлездица, и те жлезднице и материја коју ове луче чине активни део хмеља. Оне су познате под именом Аупулина" (.Ар Овај лупулин, који представља смоласту праšину женских цветова, садржи етарско уле које надражује кожу, једну смолу, какву има и индијска конопља, једну горчину, која се првближава по својим својствима абсинту (активни део пелена), један алкалоид. лупулин, и јелав танин (киселину хмељнотанинску)" — (Леклерк).

Дакле, хмељ делује својом горком и ароматичном материјом. Ароматичном материјом делује стишавајуће, а лупулином оснажујуће (тонично).

Како се и стари и нови лекари слажу у оцени хмеља, ми-слим да неће бити наодмет за наше читаоце да наведемо још ха факта о деловању хмела.

Он помало опија — „било је примера да су људи били као ијени, јер су се бавили у магазима где стоји хмељ и тако су успавали да их је тешко било разбудити. У Енглеској и Америци народ, а и лекари, дају јастуке на-

• уи.ене хмел.ом болесницима који не могу да спавају, а северни

• ароли врло често употребљавају хмељ уместо опијума. Поред ене код болести органа за варење и других болести (хро-ничног катара материце и бешике, малокрвности, рахитиса итд.), он се нарочито показао користан у болестима лимфатичног система "(скрофулози) код деце.

Врло је важно деловање хмеља или, боље рећи, његове активне материје на органе за оплођење, чију радњу стишава. И због тога се даје против пријапизма, против сперматореје итд." (др С. Петровић).

## 5. ЗИМЗЕЛЕН

Благодарећи својим састојцима: танину и горчини која се раствара у води, овај лек може да штави и да поправља слузо-кожу, и да изазива болче лучење стомачних сокова, чиме се по-правља варење. Нарочито је корисна примена ове билке у слу-чајевима где постоји у исто време и неко крварење: из носа, плућа, дебелог црева, шуљева и Т. сл., јер се ова биљка сматра од старине способном да зауставља крв. За унутрашње стомачно крварење она није подесна, због своје горчине, осим као врло слаб чај. Узгред напомињем да је у том случају најбоље давати одмах 5%-ни раствор желатина (марке Мерк) на 114 часа по 1 кашику.

Употребљава се лишће од зимзелена као чај, у дози 30—60 грама на литар кључале воде; пити по 2—3 шоље дневно. Или, као поузданије средство, прашак од сувог лишћа, по 2—5 грама дневно, подељено у три дела, пре јела. Може се давати као течан екстракт из исушеног лишћа (2—5 грама дневно), или као вино које се спрема по овом рецепту:

Истуцаног сувог лишћа зимзелена . . . 100 грама Вина жупског ..... 1000 „

Оставити да кисне 10 дана; затим процедити притискавањем и давати по 1 кашику пре јела 2—4 пута дневно.

Свеже лишће је горко, стеже, стипсира. (Ближе појединости о самој биљци видети код грудних бодести и туберкудозе.)

## 6. ЗЕЛЕНИКА

Употребљава • се корен биљке. Има исто деловање као и друга танинска средства што јачају, али у исто време може да се бори с грозницом и грозничавим стањима, јер пречишћава и тера на знојење и мокрење. Због тога је подесан код стомачно--цревних обољења с повећаном температуром или грозницом. Садржи илицин, илексову киселину и танине.

Употребљава се као чај од сувог и исецканог корена, у дози 15—20 грама на литар воде. У Немачкој се његово лишће употребљавало као допуна кафи (сурогат), а плод — зрна као средство за чишћење. Најбоље је спремити од-мах сируп и узимати у количини која чисти, али да не изазива повраћање.

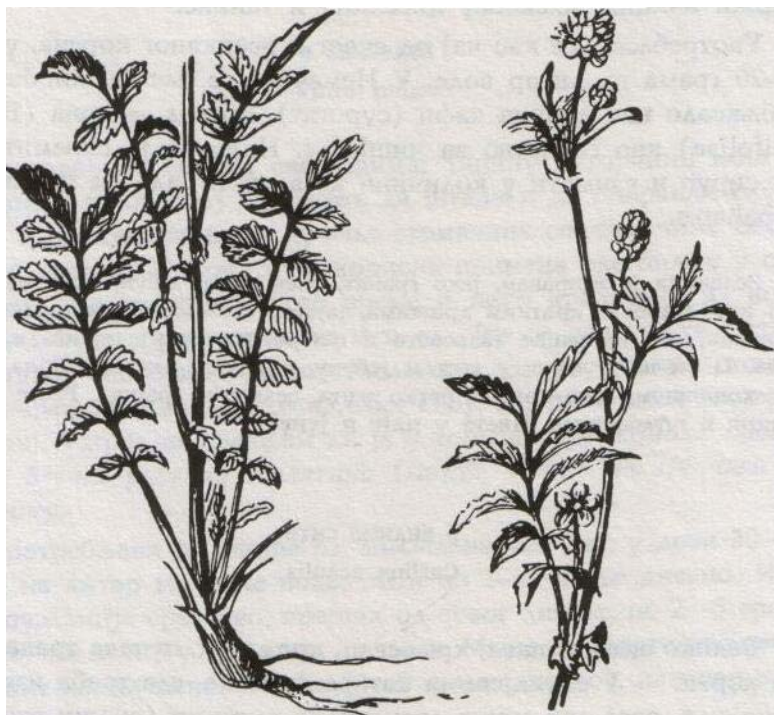
Зеленика је усправан, јако гранат, увек зелен жбун, дрво или грм, који има лишће с кратким дршкама, јаасто, дебело, сјајно, ретко цело по ивици, већ најчешће таласасто и оштро зупчато с трном на врху зупца. Цветови су бели, у густом жбуну, у пазуху листова. Зрна плода су с кошчицом, лепо црвена, ретко жута, величине грашка. Расте по кр-шевима и иЈумарцима. Цвета у мају и јуну.

## 7. ВИЛИНО СИТО

Ведико сито, пупава, краљевац, краљевак, пупава трава, крм-ски корен. — У судучајевима катара стомака, где треба изазвати и знојење, овај лек може дати видне користи (снажи стомак). Најбоље је спремити га у облику течног згустка из корена и давати га по 2—5 грама дневно у три маха, пре јела. Где нема апотекара, треба употребити чај, у дози 15—30 грама на дитар воде (2—3 шоле дневно).

Низак игличаст коров, готово без стабла. Корен му је дуговечан, тера једну розету, с дугачким лишћем које је зупчато с Дглама на крају. Главица једна једина, у средини. Покривачи цвета широко копласти, с 14 врло оштрим зупцима на крају; цвет беле боје, ретко тамноружичаст, црвен. Расте на сувом, каменитом, нарочито кречном терену. Двета у јулу и августу. Корен је важио увек као лековит.

## 8. ДИЊИЦА



Дињица

Своје деловање дугује танину и уљу које садржи. Због тога је лекарима неоспорно давала добре резултате у лечењу катара стомака и црева, па и код озбиљних стања у дебелом цреву, налик на дизентерију и томе слично.

Једни су је давали у облику одвара, по једну кашику ујутру и увече (6 грама за једну шољу одвара), а Леклерк тврди да

је лобно најбоље резултате од њене алкохолатуре, у дози по 30—50 капи после јела у било каквом ароматичном чају.

Њоме се уништава трулеж у органима за варење и спречава развијање гасова који муче и тиште болесника.

Дитмца је дуговечна биљка. Стаблике су доста високе (достичу

егар висине), усправне или на све стране разведене, ћошкасте, понекад витке, понекад, опет, при основи чекињасте. Лишће је сложено од 9 до 3 зеленх или оздо сивкастих, јајастих или округластих, при основи и-ечених или срцастих или јако зупчестих листића. Женски су цветови

врху класа и мало их је, мушки су при дну класа, а у средини су цв-ло—хермафродитни. Расте по ливадама и шумама, а цвета од јуна

## 9. ЈЕЧАМ

**Јачмен, ечмен.** — Проклијали јечам, исушен, исецкан истуцан чини такозвани слад (малц), који садржи у себи један фермент (ензим) за претварање скроба у шећер. Овај слад упо-1ребљава се против рћавог варења у слабом стомаку, у дози 2—4 (рама, као прашак. Или се може спремити као сируп или као во од слада, по овом рецепту:

Брашна од слада ..... 250 грама

Воде загрејане до 50°C ..... 1000 „

Оставити да се то раствара на тихој ватри 1/4 часа, па про-ае-иати. Талог на цедилу разблажити с 200 грама топле воде, па виет процедити. Обе течности

(процехевине) излити у један судАОАИТИ воде колико треба да буде један литар (ако треба). **Аодати** томе 1900 грама шећера и оставити да се све то раство-Г ва температури од 50°C (да течност буде топла). Од тога се даје 1—2 кашике после јела.

Прашак за боле варење у стомаку спрема се по овом ре-аепгу:	Слада у
праху ..... 1 грам	Пепсина
(из апотеке) ..... 1/2 грама	Истуцаног шећера
..... 1/5 „	

**Све** смешати уједно и узимати уз јело по 1 прашак.

У јечму има скроба, глутена (лепка), шећера, жуте смола-сте материје и особене материје — хордеина.

У проклијалом јечму има још и дијастазе, која се даје као средство које помаже варење. Зна се да се такав исти састојак налази у плувачки (птиалин) и да њом почиње варење хране



**Јечам** у устама. Према томе, да би она могла доћи у додир са скробном храном, треба да се сваки залагај добро сажваће у устима. Хра-на, залагаји који се добро не сажваћу у устима — на што не пазе Ауди који брзо једу и гутају несажвакану храну — пролазе без ијастазе и могу изазвати незгоде и тежину у стомаку. Зато се и каже: „Добро сажвакана храна је упола сварена храна." Да би се помогло у таквим случајевима слабим стомацима којима недостаје дијастазе, даје се дијастаза из слада и њој додаје пеп-син, по упутству које је дато.

одвару, куваном чају од јечма, који се може употребити у свим случајевима, зашећерен или као напитак у који се сипају други лекови, није потребно нарочито говорити. Доста је да на-поменемо да и пиво, које се справља од проклијалог јечма, има своју корисну примену у лекарству као горчина и као средство за поправку апетита и јачање организма слабих луди, нарочито грудних болесника и малокрвних.

Јечам треба разликовати од пшенице. „Клас његов је усправан или погнут. Сви су класови двополни и зрна црепасто порећана у шест редова, тако да клас изгледа стиснут и готово четвртаст, зато што су два реда слабије, а четири јаче испала. Плевсе су линеарно шилате. Доња плевица је елиптична, има пет нерава и завршава

се дугачком осом у средњем класу, а без оса је у бочним класовима. Цвета маја у јужним, а крајем јуна у северним деловима наше државе."

## Средства за повраћање

Може се десити да, из разних узрока (препуњен стомак, пи-јанство, тровање), некоме устреба лек за повраћање. Таквих средстава нема много. Од домаћих можемо употребити копитњак и љубичицу. Да би љубичица послужила као средство за повраћање, треба је припремити овако: 15—20 грама корена кува се у 300 грама воде док се количина не сведе на половину. Пије се гутљајима док не почне да дејствује. Ако треба да послужи као средство за изbacивање шлајма из плућа, узима се 4—5 грама ње-ног корена и кува у 300 грама воде: Пије се на два часа преко целог дана.

## БОЛЕСТИ ЦРЕВА

Како да објаснимо нестручњаку све поремећаје на овом ши-роком пољу а да не буде све уско научно, па ипак да буде тач-но, јасно и разумљиво? Како ће болесник искористити средства која му се пружају кад често не зна број ни симптоме болести црева, њихове узроке, везе и односе с другим болестима

Постарајмо се да му то унеколико објаснимо. Као болести стомака, и болести црева могу се поделити у три главне групе:

1) Кад жлезде у цревима, као и у стомаку, не луче доволно сокова или их луче сувише много, па се услед тога варење (поглавито у танким цревима) и друге радње (упијање хране, во-де итд.) не врше како треба.

2) Кад се кретање црева, таласање и сужавање, услед мишић-них или нервних поремећаја у њиховим зидовима, тако не врши у довољеној мери, те услед тога долази до застоја, задржавања искоришћених и непотребних остатака хране (измет).

3) Кад се цревни канал зарази: а) сићушним, ситним и крупним животињицама, понајчешће глистама, и б) микробима, ко-ји, како је наука открила и доказала, играју велику улогу у болестима црева. Према томе, ако се ствар тиче прве групе болести, тј. слабости и млитавости цревних жлезда за лучење или њиховог прекомерног надражења, онда ће бити лекови које смо навели код болести стомака извршити и овде свој задатак јачања, подстицања или планирања, утишавања рада цревних жлезди и лечења слузокоже црева. Ако је посредни катар танког црева, који изазива честу столицу или пролив, употребимо оне биљне лекове који чисте црева, ослобађају слузокожу од трулежи и у исто време је стежу, унеколико штаве и чувају док не прездрави. Ако је попустила способност кретања црева, што најчешће бива са дебелим цревом, онда се користе средства која онемогућују затвор на тај начин што надражују мишићни слој црева и гоне га да се таласа и тера испред себе измет. Излучење довољне количине жучи мора претходити овој радњи у цревима. Исто то

важи и за проузроковаче последње групе болести црева — паразите: глисте и бактерије. Прве треба „ошамутити“ и истерати, а друге „побити“ (данас се то каже дезинфиковати канал), или њихову количину и број смањити разним средствима која нам даје медицина, или снагом коју има сам организам.

Дакле: а) слабо варење с боловима и надимањима у трбу-ху; б) катарално стање с честом столицом или проливима; в) зат-вор с боловима у десној или левој слабини, и најзад г) глисте и микроби — најсигурнији су знаци обољења и запаљвња црева. Разуме се да ове основне групе болести црева имају често компликоване узроке и стоје у вези с другим болестима, али је главно да болесници знају и то да они не могу имати здрава цре-ва, добро варење и чишћење ако не једу здраву храну, дијетално умерену храну, ако се трују, ако су нервозни, ако се заразе и, најзад, ако им нису здрави други органи, у првом реду јетра, а ињен сок — жуч, који помаже варењу, убија микроорганизме и служи као мазиво, не лучи се како би требало.

И природа, баш у том погледу, као да је стварала оно што је човеку потребно. Многе биљке, и већина оних које ћемо навести даље, делују не само у једном правцу. нпр. да чисте црева, него и у многим правцима: нпр., делују на јетру и лучење жучи, на шулеве, циркулацију крви, лучење мокраће, на стање слузоко-же, нерве итд. Једном речи, иако су ово лекови за црева, они еу у исто време у великој мери и лекови за све органе у трбушној дупљи. Многи од њих добро чисте. Али утолико болје, јер постоји стара опробана мудрост у медицини која гласи:., тј. оно што добро чисти — добро и лечи. И обр-нуто, природа је дала лекове и против јаког пролива и против крвавог пролива, чак и дизентерије, која би дошла услед заразе бацилима, те и с те стране човек није остао без помоћи и без средстава за борбу с болешћу. Наш је задатак да му укажемо на та сваком доступна сред-ства. Овом приликом изостављамо опис рицинуса, јер се та биљка, као мексичка и афричка, код нас може гајити само на крај-њем југу или на приморју код Бара, пошто захтева топлу земљу в топлу климу. Његово деловање је свима познато.

## 1. КРУШИНА

Кржавина. — И савремени научници сложили су се у томе да овом леку треба признати одлично својство за чишћење, јер он не надражује и не изазива никада осећај неподношења. То је најбољи лек за луде који имају затвор услед грчева у цревим

или услед тога што се код њих не лучи довољно жучи. „Пошто не изазива сувише брзо и јако кретање црева, овај лек се може прописивати и трудним женама, као и болесницима који су има-ли неку трбушну операцију, рачунајући ту и операцију слепог црева (апендицита).“

Од свих облика у којима се даје овај лек најјачи је куван чај (одвар) који се припрема овако: кува се 2—3 грама исушене коре, која је утолико бол.а уколико је старија, у 150 грама воде, 25 минута. То се затим охлади и остави да кисне 4—9 часова. Добијена течност оцеди се и попије увече пре спава-ња. Помешана са соком од слатка, може се давати деци у одго-варајућој дози, према годинама (1/2, 1/4, 1/6). Прах од корена да-је такође добре резултате у дози од пола грама (десети део кашичице), по 2—4 прашка дневно пре јела. Најзад се може упо-требити и течан згустак, 1—2 грама дневно, и такозвани еликсир по следећем рецепту, који може



справити апотекар:

Давати по 2—4 средње кашике („дезертне“) увече пре спа-вања, према навици и потреби. Најбољи би рецепт био овај:

Одвар од коре крушине 20:200 воде; укувати до 100 грама, додати сирупа 50 грама; давати 2—4 кашике пре спавања.

*Напомена:* Крушина служи као пример за лекове који се не могу употребити одмах, него морају дуже лежати на сувоме (нај-мање годину дана) док се не почну примењивати (овде је то ње-на кора). Разлог томе је што свежа кора од крушине садржи један састојак који изазива повраћање. Он се распада само у току вре-мена или при грејању до 100°C. У „претаблетној медицини“ и пракси била је веома цењено средство.

<sup>1</sup> То је нарочита мешавина сирупа и алкохола, састављена од капи шафрана, једне врсте папрати, поморанчиног цвета, шебоја и др., што само апотекар може спремити.

Кора је горког укуса, стеже и неукусна је. Унутарња кора је жуте боје и она се употребљава у медицини. Треба запамтити да *кора док је свелса тера на повраћање и на столицу, а кад се осу-ши тера само на столицу*

Крушина, је витко, право жбунасто дрво, са гранама које немају игала (трња) и кором која има тачкице. Лшиће је широко, округло, на крају затупасто, без зубаца. Жиле су на њему многобројне и иду упо-редо преко целе стране листа. Цветови су зеленкастобели, по 2—3 у па-зуху листова, сви двополни. Плод је величине грашка. тамноцрвен, нај-зад црн. Расте по буковим шумама, на ограицима, нарочито по влажним местима свуда по Европи, па и код нас. Цвета у мају. Тражи се као Сопех.

## 2. ПАСЈАКОВИНА

Пасји дрен, пасдрен, зелени трн, козје трешње. — Ово је једно снажније средство за чишћење. Употребљавају је снажни крупни људи да би им се црева редовно празнила. Француски селаци (са Вогеца) стављају по 30 сувих зрна (плода) овог дрвцета у супу или у чорбу, да их прочисти.

Згодније је узимати сок од зрнаца (бобица), у дози од 15 до 30 грама; згустка по 4—9 грама, а сирупа по 10—40 грама ују-тру пре јела, у шољи чаја. Као сируп не сме се додати осталим лековима ради поправке укуса, него само у оноликој дози колико је потребно да делује на чишћење (чајним кашичицама).

Особито је добар овај лек кад треба да се јако надраже цре-ва, на пример, при навали крви у главу, у воденој болести итд. (др С. Петровић), и у случају повећаног крвног притиска са гла-воболњом.

Дејствује на тај начин што у дебелом цреву изазива лучење слузи са слузокоже, која омета упијање воде, услед чега долази до надражаја нерава и мишићних влакана, а потом се појачава рад црева (проф. Валет и др Лебеф).

Тражи се као Вассае артае сегушае, јер зрна изазивају и чишћење и пролив.

Због своје јачине и сигурног деловања у исту сврху употребљава се и у ветеринарској пракси.

Пасјакovina има стабло усправљено, гранато, **каткад** високо 3—5 метара. Гране су наспрамне, јако разведене, сивкасте и при врху трно-вите. Лишће има дршку, облика је јајастог до елипсастог, на врху зао-штрено, ретко тупо, ивице врло плитко зупчасте. Жиле лишћа слабо из-ражене, иду у луку по половини листа. Споредни оу листови наспрамни, краћи су од дршке. Цветови су полно одвојени, мали, у густој кити у пазуху лишћа. Плод је црн, величине грашка. Расте по кршевима, по шумама, а цвета у мају и јуну. Кад расте на влажним и осојним местима, трње често на њему и не израсте.

### 3. ЖУТИ БАГРЕМ

Пуцалица. — Ова биљка добила је име отуда што њена ма-хуна, налик на мехур, пуца.

Лишће и махуна овог жбуна личе на сену (сенеблет) и зато се зове и лажна сена, коју може слободно да замени.

Употребљава се као чај, у дози: 30 грама на 1000 грама воде. Али, како је доста непријатног укуса и мириса — боље је употре-бити згустак у облику пилула по следећем рецепту:

За једну пилулу. По 1—3 пилуле пре вечере.

Овде треба правити разлику између жутог багрема и жуте багрене, алписке багрене или зановега, јер је ова друга биљка отровна, и лист и цвет, а нарочито семе, и може и у малој количини отровати човека. По цвету она личи на багрем — цвеће је као грозд и жуто, док код пуцалице личи на мишји трн.

За људе који имају слабо срце жути багрем може се спре-мити с кафом. Такозвана кафа за чишћење, Дорвоа, овако је са-ставлена:

15 грама 1С

15 грама 3С

Млевене кафе .....

воде .....

Оставити да се раскисне, процедити и додати:

Горке соли Сирупа

Врло је пријатан лек; узети наједанпут или у два пута — према каквоћи столице и јачини болесника. Дејствује и код зас-тоја жучи.

И др С. Петровић је писао да лишће жутог багрема има укус љут и гадан, да у великој дози тера на столицу и може да заме-ни лишће од сене, и да његове махуне такоће терају на столицу и могу да замене махуне од сене. Према томе, слажу се и стари и млади научници.

Сама пуцалица је лепо, жбунасто дрво, високо 2—5 метара. Код нас је ретко дивља. Сади се по бацггама и парковима (саде га у Врњцима.). Цвета у мају и јуну. Лишће је три- до петоперно на једној дршци, има крупни изврнуто-јајасте облик, често је усечено и озго сиво. Цветови стоје у пазуху лишћа и има их 2—6 на броју. Боје су светложуте. Махуне су јако надуте, јајасте, с прозирном и жилавом кожом, остају затворене. Расте по сувим местима.

## 5. ДИВЉА ТИКВА

Дивља репа, дебелица црвена, дебелача, заплотница. — Употребљава се само корен ове биљке. Забрањена је употреба њених зрна јер су отровна.

Лек од овог корена делује снажно на црева, па се употребљава кад нежније биљке не помажу. Утиче на органе у малом

трбуху — зато је у стању да изазове менструацију и излив крви из шуљева. И губитак месечног прања код жена које имају пода-гру и зглобобољу („артритизам" и „гихт") може да се излечи по-годном дозом овог лека, наиме ако им се медни сируп ове биљке (Леклерк) пропише у дози 2—4 кашике дневно.

Најзгоднији је облик тај медни сируп, који се спрема на овај начин:

Корена дивље тикве ..... 45 грама

Меда ..... 500 грама

Сирћета ..... 750 грама

Све се то кува пола часа. Од тога се после даје 2—4 кашике дневно. Треба га узимати под контролом, иако сам ја смањио дневну дозу за две кашике. Узима се такоће и као тинктура корена, по 2—5 грама дневно.

Ко у селу може наћи жив корен, може у њему направити ру-пу и испунити је шећером. После дванаест часова добиће се у тој рупи сируп КОЈИ делује као лек за чишћење полако и сигурно. Доза тог сирупа је 2 кашике за једно чишћење. Иако је ова бил.ка сматрана као отровна, Леклерк наводи мишљење чувеног професора Ишара да је она дала одличне резултате онде где се тражи да се чишћењем избаци и водурина која се задржава у човеку, нпр. код отока. Јер она је и средство које гони на мокрење и средство за јако чишћење кад, друга средства не помогну у толикој мери. Разуме се да се мора узимати само у горњим дозама; за то гарантују имена поменутих научника. Разблажена тинктура (1:10 прокуване воде) може се применити споља као средство против модрица, излива крви од убоја (облог).

Црвенозрнаста дивл.а тиква има дуговечни корен, дебео и чворно-ват, с многим гранама. Једногодишње стабло, које се пење уз друго биље, садржи у себи оштар сок, који при трл.ан.у даје непријатан мирис. Лоза која избија из корена спирално се увија. Лишће је више или мање дубоко урезано, у 5—7 широких угластих и кратко зупчастих комала, од којих је средн.и и најдужи. Цветови су дводомни. Мушки у грозду с дугачком дршком, бледожуте боје; круница звонаста. Женски цветови су много мањи. Плод — бобице, црвене и нарануасте, с више глатких, готово округлих семена. Расте по шумама.

#### 4. ВИЛИНА КОСА

Самовила, преденце. — Прва расте као паразит на коприви, конопљи итд., а друга као паразит на мајкиној душици, детелини итд. Како обе биљке имају својства да покрећу црева на рад и да истерују гасове, а у исто време делују на жучне органе и путеве, оне су у стању да регулишу столицу и излече млитава црева.

Најбоље је давати их у облику згустка, и то у овој дози:

Згустка вилине косе Воде .....

Давати по 2—4 кашичице дневно пре јела (пре ручка 1—2 и пре вечере 1—2).

Исто је тако добро узети чај од једнаких делова вилине косе и анасона после јела или пре јела. Доза: по 5—6 грама на шољу.

Обе врсте су биљке које живе на другим биљкама, обавијајући се око њих као танка ситна лоза и ситним изданцима сишу сок билака-до-маћина. Њихово ситно цвеће расте у збијеним китама са стране. Цела биљка, па и цвеће, има зеленкастобелу боју. Само је код ове друге врсте, пгго расте на мајкиној душици, стабло — лоза тања и цветови ситнији. Цветају обе у јулу и августу.

#### 5. ЦРНИ СЛЕЗ

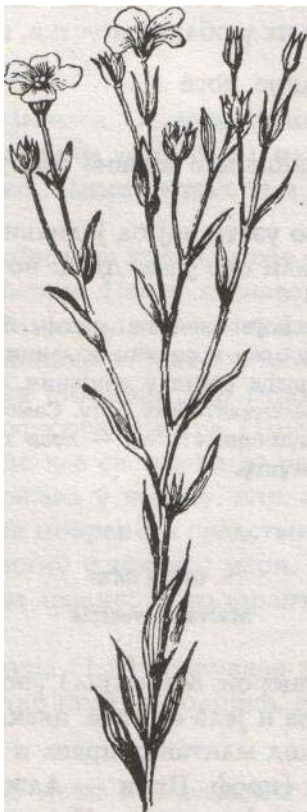
Стари народи (Цицерон, Марцијал) употребљавали су чорбу од салате и

црног слеза и јела од сасе, цвекле и слеза и добијали увек добар резултат код млитавих црева и затвора. То је потвр-ћено и у наше време (проф. Прон — Алжир). Најподеснији је облик: чај од цвета заслаћен медом. Нарочито је овај лек добар за децу и старе луде, јер је то биљка која садржи слузи у стаблу н лишћу, а нарочито у цвету.

Или, ако се хоће апотекарски начин спремања, узима се те-чан згустак у дози по 1—2 кашичице дневно.

## 6. ЛАН

Кетен, кетен, предиво, лан питоми. — Својом садржином слузи приближује се црном слезу и делује благо у случајевима запаљења органа за варење или органа за мокрење. Употреблава се као расо и даје благ и освежавајући напитак.



Лан

Спрема се на тај начин што се 2—4 кашике ланеног семена потопе и оставе да кисну у хладној води десет часова. После се све то пије, и вода и зрна заједно, пре спавања

Поред семена у медицини се употребљава и брашно од се-мена —, или уле исцеђено од семена (01 еит 1 ии). Др С. Петровић, каже:

„У семену од лана има много лепљиве гумовидне материје и уља. Зато се употребљава и скувано као чај у разним запаљењима органа за мокрење, за испирање гуше, за прање СПОАНИХ успале-них гризлица. Познато је да се брашно од лана употребљава и против разних спољних запаљења" — о чему ће бити говора код лечења хируршких болести.

Корен лана је ситан, једногодишњи. Стаблика једна, усправна. Лишће је плљоснато, линеарно, глатко и има један нерв. Горње лишће је шиљато. „Цвеће је хермафродитно и правилно, боје плаве, крупно и по-ређано у гроњу." Цвета у јулу и августу. У нас се гаји због семена и стабљике, из које се добија конач. „Плод је чаура с 3—4 окца која су подељена на два одељења, а у овим има по једна семка."

## 7. РУЖА Кова Датаасепа

Врста „бледих" ружа. Може се због свог укуса употребити код нежне деце као средство за чишћење црева. Спрема се по рецепту:

Прозрачног сока од ружа Простог сирупа ....

Узима се 1—2 кашике увече пре спавања. Најпогодније је давати слатко од ружа, житко, неушећерено.

## 8. БРЕСКВА

Праска, праскова. — Тридесет грама бресквиног цвета и 1/2 литра воде, или млека, дају чај или млечни напиток који благо утиче на чишћење и делује умирујуће, захваљујући лековитом састојку који се налази у цвету, амигдалину. Сируп у истој дози као сируп од руже има исто дејство.

Прозрачног сока од цвета бресквиног ... 6 грама Простог сирупа ..... 94 "

Узима се 1—2 кашике увече пре спавања. Препоручује се да се даје деци која имају затвор и у исто време су нервозна.

Кад се лишће, или цвет, или језгра од брескве узму у већој количини, могу да отрују, и то због цијановодоничне киселине која се у њима налази. Др С. Петровић вели: „Свеже лишће обично је употребљавано у дози од 15 до 30 грама на 250—300 грама воде, у тој дози тера напоље и истерује и глисте. Осушено лишће ја-че је од свежег лишћа. Од цвета се справља сируп који се у фран-цуским

апотекама и сад продаје, и обично се даје као помоћно средство за истеривање глиста или као благо средство за чишћење."

Дакле, овај лек, спреман на изложени начин и у тачно одређеној дози, остаје добро и благо средство за чишћење. Код деце која болују од великог кашља стишава и кашаљ и грчеве. те се тако избегавају многи други отровни лекови којима их кљука њихова брижна околина.

Бресква је лепо дрво. Цвета пре него што олиста, у јужним крајевима врло рано. На северу цвета крајем марта или у априлу.

## 9. ШЉИВА

Слива мацаруша, цепача. — Пол Картон, чувени дијетичар, а по њему и Леклерк, истичу грешке које се чине приликом примене шљиве као лека. „Обично се каже болеснику који пати од затвора: Једите, човече, шљиве!" — али му се при том не каже ни кад ни како. Уопште, оне се узимају као посланица, пошто су обично добро скуване, добро зашећерене, па чак и преливене вином." *Све је то погрешно.* Шљиве не треба узимати зашећерене, нити оне смеју задржати своју киселину, нити их треба јести као компот после јела, већ само на празан стомак. Може се рећи да у лечењу болести црева шљива служи као идеалан регулатор цревне циркулације и апетита, као средство за угушивање кужног мириса измета и за подстицање црева на рад, кад се то никаквим механичким путем не може постићи. Наш народ узимао је шљиве као чуркану чорбу (дрвеним чуркалом и вртњем по лонцу кида-ли су се сви меки делови скуване воћке и добијала се мека, ретка каша), дакле, као јело у почетку оброка, и то је давало добар резултат. Да би се добило оно што се од шљиве тражи, тј. да буде лек а не компот, а у првом реду да се шљива лиши свога шећера и киселине, поступа се овако: осам до двадесет комада шљива за-секу се увече ножем с једне стране и тако нарезане оставе да кио-ну преко ноћи у доста воде. Та се вода сутрадан ујутру проспе. Затим се кувају у другој води, и то кување траје 2 часа. За то време вода се промени опет неколико пута (3 пута), али се замењује увек врућом а не хладном. Тако скуване шљиве узимају се пре јела, без шећера. Не као што је данас уобичајено — после јела, и то слатке! У случају лењих црева шљиве се могу кувати и са сеном („сенеблатом" — количина узета у прсте), или с кимом. Добро је једнаким количинама шљива и смокава додати малу дозу сенеблата, све то са Ј^лети и

узимати 2—3 кашике са водом, ујутро.

Тако спремљене оне личе на једну целулозну грудву која у цревима тера испред себе непотребне састојке и измет.

Шљива, дрво и плод, не захтевају нарочити опис.

## 10. ЧВЛЕБИ-ГРАНА

Одвар од ове биљке даје болше резултате него други признати лекови код пролива са слузним обољењем дебелог црева и слуз-ном столицом (такозваним „ентеритом-мукоменбранацејним“), с боловима и честим проливима сличним дизентерији, нпр. код грудних и туберкулозних болесника. Ту она делује као средство, које стеже доводећи у ред функцију црева.

Деци која добијају проливе за време избијања зубића иако страдају од магарећег кашља најбоље је давати овај сируп:

Врха гране с цветом челеби-гране .... 100 грама  
Воде ..... 100  
Шећера ..... 1500

Спрема се овако: биљка се кува у води 10 минута, затим се остави да кисне 12 часова. Процеди се притискањем и затим се у процењевини раствори шећер. Даје се по 100—200 грама дневно.

Старијим, одраслим, особама саветујесе одвар од лишћа, у до-зи од 30 грама на 1000 грама воде, или алкохолни расб, по 2 каши-чице дневно, нарочито код астме на бази уремије, тј. сипње и те-шког лисања услед претоварености крви сопственим отровима и отежаним мокрепем (услед болести бубрега итд.). Ту се показује као одлично средство, као чистач који гони на мокрење и скида отровни терет с организма. Поред тога, код хроничне бубрежне болести најбоља би мешавина била: лишћа од брезе — 60 грама, челеби-гране и босиљка по 20 грама, и то по једну кашику на шољу кључале воде; пити 3 пута дневно по једну шолу.

Ова билка има корен жбунаст; стабло расте право увис и достиже висину преко пола метра, без длака или је слабо маљаво. Лишће је при дну натрашке јајасто, с дршком, средње, на стаблу је продужено или копласто, плитко зупчато, кратко у дршку урасло. Ките цветова су многобројне, у кратком грозду, на крају гране; цветови су Јарко жуте боје. Врло је честа у шумама. Али јој се величина мења: има више или ниже стабло, шире или уже лишће, многобројније или малобројније, ситне или крупне главице, последње на високим планинским ливадама. Време цветања: јул—август.

## 11. ЗОВА

Базовина. — Сок од зрна зове као згустак у кодичини од 20 до 30 грама



дневно дедује као бдаго средство за чишћење, још боље ако болесници пате и од неуралгије, разних жигања, реума-тизма нерава, итд. (проф. Х. Епштајн). Ја сам посматрао како ове бобице петлови с насдадом зоблу. Значи да им прија!

Цвет од базовине употребљава се као средство за знојење, као средство за добијање млека код дојила и др. — но о томе на другом месту — код лекова за мокрење.

Званично се тражи као Поз и Вассае затис!

Зова бива и високо и гранато дрво, до 10 метара висине. Лишће је јајасто, многобројно (5—7) на истој дршци, редовно и оштро зупчато. Стабло и гране су крте и шупље, испуњене белом меком срцевином. Цвет расте као амрелица, бело је, врло пријатно мирише надалеко. Плод — бодље су црне. Расте по шумама и баштама. Време цветања: јун—јул.

## 12. ЛОПТИРИЦА

Округлица. — Ево шта је о њој рекао др С. Петровић: „Лишће ове билке је укуса горког и гадног. Некад је било употребљавано као средство за чишћење уместо лишћа од сене („сене-блата“). Популарна медицина у неким земљама и сад је употребљује за тај циљ. Значи да и она може заменити сену (као и жути багрем —) *утолико пре што је има код нас*. Она се надази међу домаћим биљкама“ (др С. Петровић).

Швајцарски биљобер Калил Дроз (ботаничар) каже за ову биљку од речи до речи ово:

„Лоптирица је доста честа у нашим крајевима. Расте по сувим местима, камењарима, присојима, као и по брдским пропланцима, које украшава својим плавим цвећем. Од њој сродних да укажемо на њену сестру („од тетке“) — срцасту лоптирицу која има лишће налик на срце, а која је честа у нашим кршевитим планинама (Јуре). Има исте особине као и обична лоптирица. Трећа њена врста зове се кржљава или кепец-лоптарица (Слоћилапа папа), много ситнија него две прве, али је врло лепа. Пузава и спретна, она се прилагођава земљишту, расте по камењарима и прави читаве редове, и пење се на надморску висину од 1200 до 2200 метара (толики је наш Миџор на Старој планини). У јужним француским Алпима и на Пиринејима,

где ова трава расте у изобиљу, становници је употребљавају као благо средство за чишћење, које не изазива болове у цревима.

Особине ових трију врста једне билке јасне су: оне терају на чишћење (пургатив). Њихово је деловање корисно против упорних затвора. Лоптирица је средство за чишћење много блаже него „сенеблат“, мање непријатно, а тера благо, не изазивајући на-



### Лопгирица

дражај и непријатности као што то бива при употреби овог пос-ледњег средства. Тако да је се оиај ко је проба само једанпут др-жи целога живота, јер домаћих лекова за чишћење имамо мало. И зато је боље примењивати овај изврстан лек за чишћење какав

га имамо у лоптирици, који не изазива ни гаћење ни грчеве и ко-јв се лако узима, него прибегавати наглим и више или мањеЈаг ким творевинама, фабрикатима."За употребу дозе су следеће: узима се као одвар од 25 до 50 грама билзке на литар воде; то јест, кува се отприлике 10 минута. По 1—2—3 шоље дневно, док не почне да делује.

Цветови ове биљке збијени су у главице, окружени омотачем од • до 12 дугул.асто заострених, длакавих и трецељавих листића, који су краћи од цвећа. Глатка биљка, плавог, реће белог цвета. Расте по сувим, меплодним бреговима, сунчаним местима, кршевима, нарочито на креч-вом тлу. Време цветања: мај—јун.

### 13. ЈАГОДА

Јагода дивља, шумска. — Примена зависи од тога шта се жели постићи: користи се плод, лишће или корен.

1) Као средство које јача и крепи органе за варење код осо-ба које показују наклоност ка затвору, јер појачава таласање прева за бол и бржи рад — употребљава се плод јагоде.

Да не бисмо улазили у све појединости, изнећемо укратко зашто су јагоде добре: у њима има шећера „левака“ — остали је шећер „дешњак“ — има креча, других минерала, гвожђа и сали-дилне киселине; оне поправљају крв — те су добре за оне који пате од гихта, од склерозе крвних судова, од повећаног крвног притиска, од пунокрвности и „јаке крви“, јер, каже се, њихов сок, кад се убризга у крв, чини крв мање лепљивом или мање спо-собном да се усири. Зато су јагоде добре и као јело, а тако исто • као чај, у дози и густини каква се хоће.

2) Напротив, код-пролива може се употребити лишће и ко-рен шумске јагоде као средство које стеже. Исто тако код оних болести код којих црева луче многе слузи и могу довести до тога да овакво стање постане хронично. У лакшим случајевима про-писује се и одвар од корена, у дози 15 грама на шољу клучале во-ле, а у озбиљнијим случајевима одвар по овоме рецепту Блек-оерна:

Зеленог листа дивље јагоде ..... 375 грама  
Ракије ..... 1150 „

Треба кувати све то док се течност не укува до 550 грама, нешто више од пола литра. Узима се по једна кашичица свака три или четири сата.

Употребљава се чај од семена спанаћа, у количини 5—10 грама за једну шолу, као добро средство за столицу код затвора.

### 15. ЦРНИ ЈАСЕН

Из засечене коре црног јасена, или других родова јасена (нај-бола је врста сицилијански јасен), или и кад кора није засечена, тј. сам по себи цури сок, једна врста смоле, који кад се згусне представља такозвану ману. Ова мана може бити облика сузе, тј. да виси као дугачко, бело, ломливо дрвце (смоласт „сулундар“), и мана раздвојена, која је избила у малим „сузама“, спојеним између себе једном меком и светлом материјом.

Мана садржи у себи лековит састојак који се зове манит и који је једна врста шећера .1Употребљава се као благо средство за чишћење, код деце, у дози од 10 до 15 грама у млеку, или у клизмама (клистиру), кашичицама док не почне да дедује. Мана се може спремити у оваквим облицима:

1) Као сируп мане даје се деци кашичица:

Мане „сузне“ врсте ..... 50 грама  
Врућег млека ..... 200 „

Одрасли болесници могу узети целу ову дозу наједанпут.

2) Као напита~~к~~ за чишћење:

Мане „одвојене врсте" ..... 60 грама  
Лишћа од сене („сенеблата") (или жутог багрема) ..... 10 „  
Горке соли ..... 15 „  
Кључале воде. .... 150 „

Све то попарити, процедити и попити наједанпут.

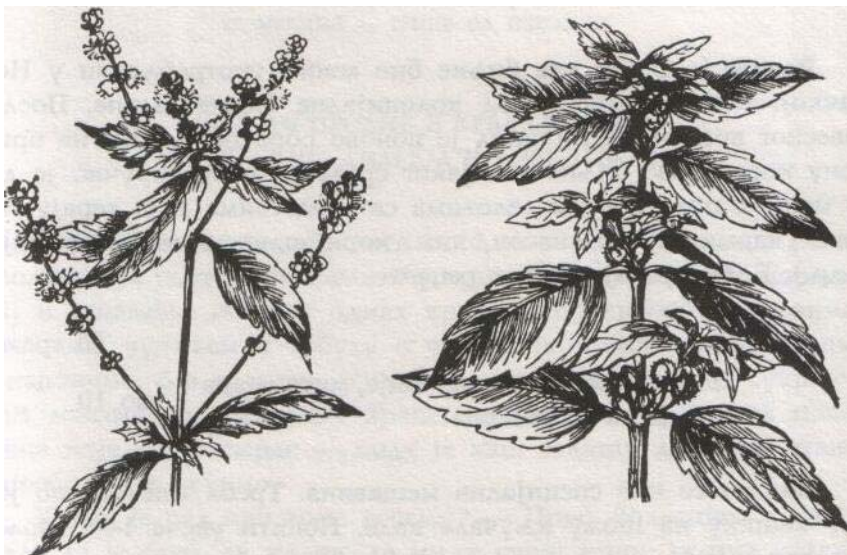
3) Као чај за столицу:

Мане облика сузе ..... 100 грама  
Вруће воде ..... 1000 „

Узимати по једну чашу преко дана док не почне да делује.

4) Могу се уваљати и колачићи од мане с чоколадом, тако да у сваком колачићу буде по пола грама мане. Деци давати 6—10 колачића дневно (2 Грама мане у десет колачића).

## 16. ПРОСИНАЦ



Просинац

Штир, шипањ. — Ова биљка делује тако да размекшава и тера на столицу. Али треба да се примењује једино као кли-ама; као исцећен сок — 30 грама сока с медом, или сок од 20

грама лишћа на литар воде. То се прокува, процеди и помоћу кантице (иригатора) пусти у задње црево. Ову билку боље је употребавати свежу, јер исушена губи од своје снаге. Даљу њену употребу видети код болести јетре и родене болести: 30 до 100 грама сока, у супи.

Просинац је једногодишња билка, с усправним, правим, голим стаблом, које не расте високо (до 3 дециметра). Гране су му насупрмне, лишће такође. Листови су на дршкама, јајастии или дугуљасто-округли, танки, грубо зупчати. Мушки цветови су као у жбуну, на дугачким, танким дршкама, готово толико исто дугачким као дршке листова. Женски цветови, по 2—3 на броју, расту на окупу или на кратким дршкама у пазуху листа, обично на одвојеној засебној биљци. Расте на њивама и у баштама. Цвета од јуна до октобра.

## 17. ЛАДОЛЕЖ — БАШТЕНСКИ И ПОАСКИ

Раније је корен ове билке био много упогребљаван у Немачкој, али је потиснут од колонијалне биљке јалапе. После извесног времена Штирнагел је поново обратио пажњу на примену корена ове билке као јаког средства и препоручио је да се меша с подједнаким деловима са средствима која терају гастритисове (карминатива: анасон, ким, коријандар, дивља мирођија и др.). Е. Мајер даје овакав рецепт:

Ладолежа ..... 50 грама  
Нане, кима, дива, миробије, матичњака ) . „ и цвета од божура J  
"

Сматра се као специјална мешавина. Треба узимати по једну кашику на шољу кључале воде. Попити увече 1—2 шоље као топли чај.

Примедба је њена описана код болести јетре, зато се у том одељку читалац може подробно обавестити о њој.

## 18. ДИВЛА ТИКВИЦА

## 19. ПРОЉЕВЛК

## 20. СЛАТКА ПАПРАТ

## 21. ЖИЛОВЛАК

Пап1.а80 тајог

## 22. МЕКИЊЕ — ТРИЦЕ ОД ПШЕНИЦЕ

ОБИЧАН ПРОЛИВ И КРВАВ ПРОЛИВ (ЕНТЕРИТИС, ДИАРЕЈА И

## ДИЗЕНТЕРИЈА)

Ако се рад црева поремети тако да се као последица јавља пролив који постепено прелази у крвав пролив, или ако поремећај и запалење почињу одмах крвавим проливом с боловима, грчевима, чупањем у трбуху и честим нагонима на пражњење с напонима, без великих количина измета, а с пеном, сукрвичним масама од несварене хране, слузи, крви и разних покожица које доста смрде — онда је наш задатак да такво стање најозбилније лечимо.

Какав је ред при томе лечењу? — Прво, болесника који се жали да је слаб, да жедни, да му се суши језик, да има каткад ватру, а нема апетита, треба подвргнути дијети; управо треба тражити да се уздржи од сваке хране, затим му дати средства која ће му очистити црева од сваке трулежи. Често се болесници противе томе, јер „они већ имају столицу и сувише"! Али то је

њихова лаичка грешка и они треба да знају да је чишћење први услов за брзо оздрављење. Истина, у лаким случајевима проба се и без узимања лекова за чишћење, али то је ребе и тако се не поступа по правилу. Тако, ако се пролив продужи упркос примљеним лековима за његово заустављање, а претходно се није узимало ништа за чишћење, ово се ипак мора накондно учинити. Лекови за ту сврху наведени су у прошлом одељку.

Ово правило важи како за акутне случајеве тако и за хроничне. После упутства за дијету, болеснику треба одредити напите и чајеве од биља које наводимо даље, а чији је начин спремања такође ту одређен.

### 1. ОВАС

Одвар од овса: количина од 60 грама на литар и по воде кува се једнако док се не укува до 1 литра. Затим се зашећери (по жељи) и даје пуним шољама, тако да се ова количина попије у току 24 часа.

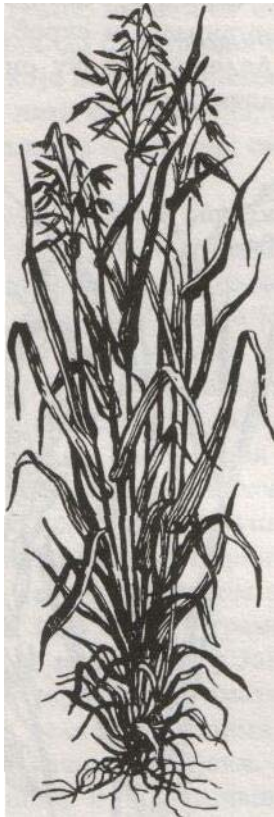
Овас се пре употребе очисти од плевне. У кему има скроба, беланчевине, гуме, шећера, горке материје, нешто уља и доста витамина — што је наука у последње време доказала. Отуда и његово одлично деловање на слузокожу, почев од гуше па до дебелог црева. Употребљава се и као чај и као смеша (пржен) са кафом — да би ублажио или заменио кафу. Чај од овса тера и на мокрење, тј. помаже да се избаце отрови из организма, који се за време заразне болести појављују у телу.

Одвар од мешавине јечма, овса и кукуруза у оваквим случајевима исто тако добро делује.

У млеку скувана крупа од овса постала је данас прворазредна храна за децу — због витамина који се налазе у корену овсеног зрна.

Гриз може да замени овас, у дози од 20 до 30 грама на литар воде, као чај или

каша (ако се укува).



## Овас

Гриз се добија из зрна жита, поготову пшенице, нарочитим грубим мљењем које му и даје округласти облик.

## 2. ПИРИНАЧ ОГУГА

Ориз. — Пиринач је наша, балканска билка која се гаји по-главито на југу наше државе. Као средство против катара црева и пролива свакоме је познат. Па ипак овај лек и начин његове примене заслужују да се у нашој књизи о томе каже која реч више.

Пиринчано зрно — садржи кречни фосфат, који је врло ко-ристан и потребан за организам, и скроб, који благо делује на органе за варење. На Далеком истоку он замењује пшеницу а служи народима као главна храна.



## Пиринач

Многи не знају да *пиринач* као средство за исхрану вреди пет пута више него *кромпир*. У 100 грама пиринча има 345 калорија. Поред тога, он се врло добро вари у стомаку. Тако је, нпр., хлебу потребно три часа да се свари у стомаку, а пиринчу само један (Бомон—Леклерк). Црева готово потпуно искоришћују шећер који се налази у њему (проф. Ашар). Други научници су доказали да и пиринчани силов *скроб* може да се вари свако-

дневно, у дози до 250 грама, из чега се може закључити да је то врло хранљиво зрно. Али, да би пиринач био хранљив, треба упо-*требљавати* само зрна која нису претрпела никакву прераду, нити *им* је ољуштена опна, нити су избелена, стругана и глачана, јер само таква садрже све своје драгоцене састојке: *скроб*, *протеин*, *витамине* и *фосфор*. Пиринач треба најпре добро опрати у хладној води, онда поступити по рецепту који је дао чувени Хемердингер'. Пиринач, добро опран, треба да се исуши у пећници. Затим се *измеле* у млину за кафу и добије се једна врста гриза. Узети треба онолику *количину* воде колико има *измлевоног* брашна од пиринча, и то у посуди ставити на ватру. Кад вода *прокључа*, у њу спустити пиринач и оставити да *кључа* 25 минута. Затим све охладити. Кад се охлади, кашу исећи на комаде и метнути у пећницу. *Овако спремљен пиринач нарочито се препоручује болесницима с болесним цревима и проливом као замена хлеба.* То је „малајски“ начин спремања пиринча за јело. Пиринач *може* да се кува са соком од црвеног пасуља. *Сок* се добија на тај начин што се 1470 грама пасуља кува у 10 литара воде. Овај начин се примењује у Јапану и *њиме* се поправља *укус* пиринча и, по *тврђењу* Сугимата и Фуцикамија, *проценти* упијања саставних делова у цревима је много већи. Постоји још један начин: индијски. Метнути у лонац једну пуну водену чашу пиринча и налити чашу и четврт умерено *по-сољене* воде. Поклопити лонац и ставити на *јаку* ватру, али *пазити* да се лонац не протресе.



После пола часа вода потпуно ис-пари, пиринач је куван, мек али сув, и сва су зрна одвојена је-дно од другог. После тога се зрна могу ставити на слабу ватру да се исуше. Други начин је врло брз, састоји се у томе да се опрана зрна пиринча прво исуше, затим прелију зејтином или кокосовим маслом. Кад пиринач пожути, налива се врућом во-дом док добро не набубри. Одвар од пиринча спрема се и узима исто онако као и одвар од озса: две кашике зрна кувају се у литру воде, затим се то про-цеди кроз платно и по жењи заслади неким сирупом који стеже:

Лишће му личи на кукурузно, али је много мање. У медици-ни се употребљавају зрна, очишћена од плеве, против пролива и дизентерије, чак и упорних, као и одвар (као и овас и пиринач).

Овај одвар је добар као средство за знојење и мокрење, и да помогне да избију брже ситне богиње (мрасе) (др Народецки). С млеком или супом кувано просо даје благу храну за слабељу-де. Зрна могу бити бела, сива, жута или црвена.

Просо је метличаста биљка, ниска раста.

#### 4. МУШМУЛА

У случајевима пролива услед оболења танкних црева, пролива после дизентерије и њима сличним стањима — велика се корист може имати од плода мушмуле, која у ствари не затвара већ само регулише рад цревног апарата, а уз то тера на мокрење.

Мушмула делује на два начина: 1) као средство које стеже и оснажује, због свога танина, и 2) као средство које помаже лакшу циркулацију крви кроз ткиво.

За примену најбоље је да се спреми као конзерва (компот и т. сл.) по овом рецепту:

Мушмула ..... 1 килограм

Шећера ..... 800 грама

Воде ..... 500 „

Прокувати и оставити да све то ври 3/4 часа. Затим поделити у четири боце и запушити чврсто (или залити херметички) да не буде приступа ваздуху. У случају болести давати ујутру на празан стомак 150—200 грама.

Сасвим зреле мушмуле, ољуштене од кожице и очишћене сид семена давати по 230 грама (Мерсије).



Мушмула

Мушмула је дрво које расте код нас по виноградима и баштама. ЕКС висину 4—7 метара грана, и кад се добро негује бв трње. Лишће је крупно, глатко, с мало маља превучено, ј облика, с дршком. Цветови велики, широки, бели, или неж-ево-ружичасти, поједина готово као кугла или личи на у. Крунисан је једним прстенастим покровом на коме раста га покривају одозго. Цвета у мају.

### 3. Дуња

Дуња. — Средина дуње садржи шећера, танина и неких ки-селина. Код честих пр углавном својим састојци-ма који стежу.

Може се употребити као сируп, пекмез, пиктије, сир Нарочито }е добра за болеснике од плућа, јер је за њих она и храна.

Прописује се против акутних пролива по 100—150 грама. као сируп, сама или с друг који стежу.

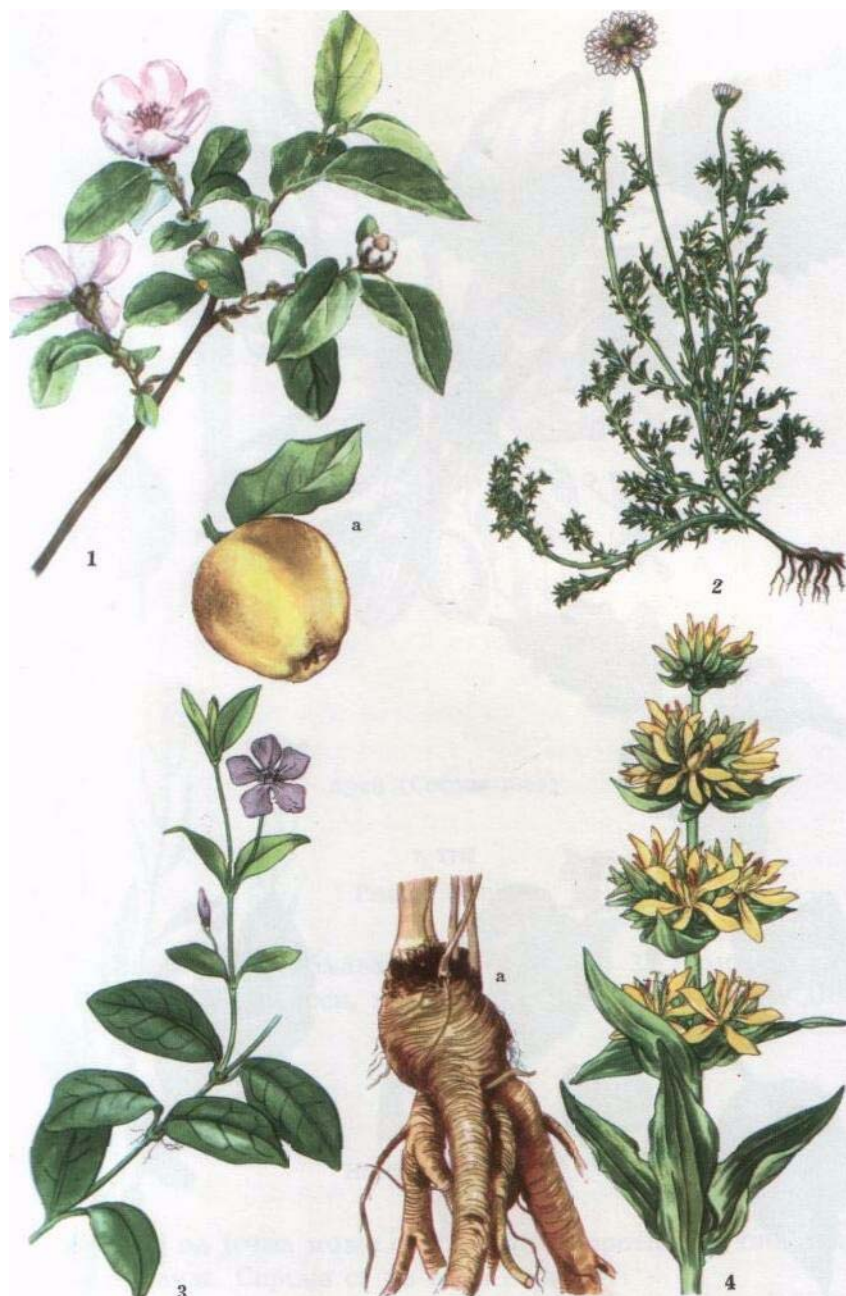
Дуња је пореклом са истока. Цвета у мају, личи на дрво крушке и мушмуле, те није описивати је.

## 6. ДРЕН

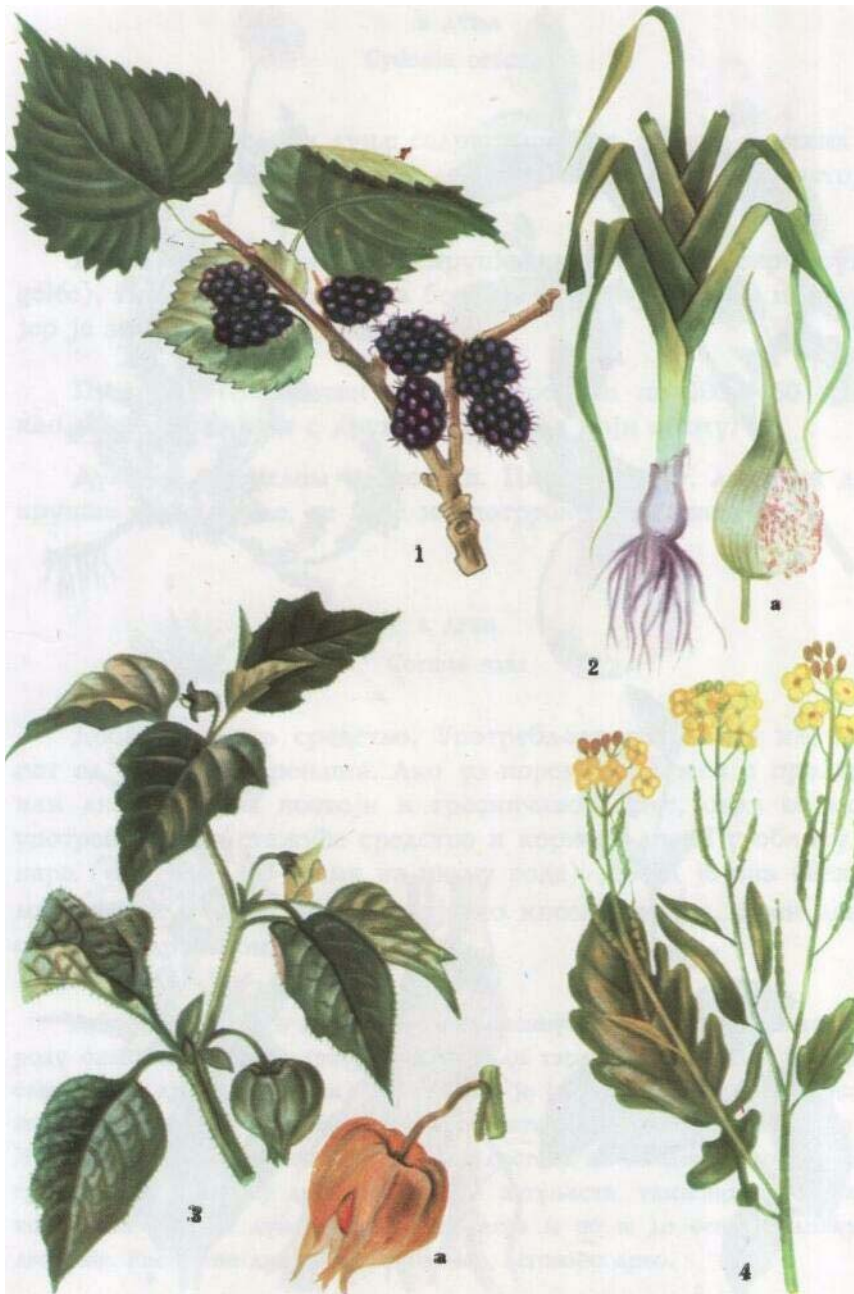
Добро познато средство. Употребљава се слатко иаи ком-пот од плода — дрењина. Ако црева с проливом или дизентеријом постоји и грозничаво стање, онда се може употребити средство и кора од дрена у облику од-вара (у дози 5—10 грама на шољу воде). Увек по-магала. Зреле дрењине су пријатно киселог укуса. Дрен делује својом садржином.

Дрен је жбунасто дрво, достиже висину до 7 метара. У нашем народу опевано, карачвасто али тврдо. Кора стабла је глатка, само док је дрво младо има маља. Лишће врху јако заострено, нешто малаво, доња страна сива. Цвета врло рано, у почетку цветови као да избијају испред листова на младим првогодишњим гранама, на дугачкој је дугуласта, тамноцрвена воћка с кошчицом унутра, дужине до центиметра и по милиметара дебљине. Расте као дивље и као питомо, неговано дрво.

### ТАБЛА 13



— дуња, *a* — зreo плод; 2 — бела рада крупна; 3 — зимзелен; 4 — линиура), *a* — корен.  
**ТАБАА I4.**



1 — црни дуд (*Morus nigra*); 2 — празилук (*Allium rostratum*), а — цваст; 3 — љоскава аџејсена, а — зрео плод; 4 — црна слачица (*Raphanus sativus*).



## Дрен

Трњине се употребљавају као одвар, по 25 грама на литар воде. Пије се зашећерено против пролива и дизентерије.

## 8. ЈЕЧАМ

Мек чај од јечма може се применити против акутног и хроничног пролива. Spreма рецепту:

Јечам ..... 20 грама

241

Пиревине' ..... 20 „

Гриз од овса (исушен самлевен гриз) . . 20 „

То се кува у једном литру воде пола часа, затим се процеди, зашећери и пије, као одвар, шолама у току 24 часа.

## 9. КЕСТЕН

Употребљава се кора од кестеновог дрвета као одвар, у дози 30 грама на 1000. Хвален од Грелера као добар лек против дизентерије.

## 10. БОРОВНИЦА

Махивница, бруснице. — Употребљава се лишће и плод за справљање чаја, или сува зрна у количини 1—2 кашике; или као исцећено вино, сок од свежих зрна боровнице.

У зрнима боровнице има танина и других киселина које су показале следеће

особине: Одвар од зрна боровнице убија потпуно културе (неговане) бациле тифуса у току 24 часа, као и друге стомачне и цревне ба-циле (коли и др.). Стога се боровница препоручује као против-микробно (антисептично) средство код свих почетних запаљења црева и пролива. Из истих разлога она се може додати свакој дијети која има задатак да чисти трулеж из цревног канала.

Боровница може да се спреми и у облику компота и пиктија. Осим тога, може се давати у облику густог одвара, 4—6 шо-љица дневно. Или се спреми као алкохолатура, тинктура и теч-

<sup>1</sup> О значају и деловању пиревине видети подроб-но у глави о бубрежним болестима. даје по 40 капи пре сваког оброка. У случају по- температуре спрема се као лимунада.

**Мешавина** лишћа од боровнице и мајкине душице, или ли-1 шумских јагода, даје изврстан чај — назовимо га „Госту-• чај“ за преболеле; нарочито за децу.

Боровница је код нас доста низак, го шиб или жбун, с многобројним или раширеним зеленим гранама, висине 3—4 дециметра. у јесен; облика је јајастог, при дну стабла слабије јајасто,!

кзрецкано, глатко, на кратким дршкама, на врху оштро. Цветови готово сасвим округли, Вледозеленкастобели, с црвеним местима, усам-жк. с извијеном дршком у пазуху лишћа. Бобице су округле, готово

врло ретко беле, са сивоплавом петелком, укуса киселог, имајусемена. Расте по високим шумама и ливадама. Време цветања:

Бобице се једу, а сок се употребљава и за бојадисање црног ва. Боровница је позната одвајкада као лековита. Тражи се и називом:

## 11. ВИНО

После боровнице умесно је да овде поменемо деловањеива, наводећи у преводу извод из једног научног рада:

„У последњем броју (јануар 1934) виноградарског листа *реви де боасан* који излази у Паризу, штампан је чланак **Јф** Клинга, директора хемијске лабораторије париске општине, у којем он излаже опите свога помоћника др Флорентена о де-довању вина на микробе тифуса. За ове огледе били су иско рншћени бацили тифуса, узети непосредно, право од болесни-жа, а не неговани на вештачки начин у лабораторији, јер су ови активнији, јачи, опаснији. Др Флорентен је у стакло с бу-АОНОМ („супом“) и бацилима сипао вино и констатовао да оби-чио црно вино уништава бациле. Затим је извршио други оглед:

овешао је одређену количину тифусних бацила с вином од де-ет гради на неодређено време. И шта се добило? У црном вину, **чак** и напола разблаженом обичном водом, тифусни бацили **т**ништавани су за десет минута. Само извештај мали број њих

преостајао је, али и они су били тако ослабљени да нису били **н** више опасни.

Бело**Ј**вино делује **тако**бе рушилачки на бациле, ала слабије од црног. Пажљивије изучавање овог факта довело је др Клинга до **зак**лучка да бацили гину не од алкохола у вину, јер је његов проценат ту мали, него од природних киселина, какве се налазе у сваком младом вину. Због тога он налази да најобичније црно вино може служити као сигурна предохрана од заразе и обољења тифуса."

Наука потврђује ову праксу и оправдава је, али **само** кад се све чини с мером, кад се не злоупотребљава. Према томе, ча-јеви с црним вином против пролива и дизентерије постају пра-ви лекови. Јер **кад** он може убијати бациле тифуса, онда може **у**бијати и много слабије бациле, а њих у цревима, приликом пролива нарочито, **има** доста, управо мноштво.

## 12. ТРАВА ОД СРДОБОЛЕ

Трава од срца, стежа. — Овај корен био је одвајкада у употреби као лек **ко**ји стеже. Зове се лек „усправна стежа" због тога што има стабло усправно. Друге врсте имају разна стабла:

**ко**д једног избија корење у чворовима и **ко**ленима и припија се за земљу; код другог је корен кратак и лежи по земљи а стабло је повијено; **ко**д неких стабло има маља, код других нема, или је различите боје. Главно је у избору биљке.

**Корен јој је** дебео или дрвенаст, расте усправно, или је **приземно низак**, више пута виласто изделан, заједно с лишћем има свиласте **длаке**. **АОН.И** лишће је с кратким дршкама, **горње** је прирасло стаблу с три, **рет-ко** с пет прстастих, дубоко урезаних листића, али и споредни листови **су** 3—4 пута засечени. Дршке које носе цвет и расту **из** виластих чворова стабла или из пазуха **горњих** листова образују један лабав **грозд** (где **су** цветови далеко један од другог). Цветови су мали, отвореножути, обично с четири круничаста листића, а они који први почну да цветају и с три. Расте по брдима, ливадама, шумарцима, свуда у Европи, па и код **нас**. Време цветања:

Сматра се да је ово једна од домаћих биљака најбогатијих и најспособнија за стезање, јер садржи 17%—20% **та-Према** томе је она код грчева и поремећаја цревног канала **ц**деснија лековита биљка. Нарочито **код** болесника који су **дугог** боловања ослабели и ткиво им је попустило, јер не **с—о** ла јача него и подстиче на рад цревни систем. Нарочито **мо-добре** **о**езултате код хронично болесних старијих људи. Исто деловање има и сестра јој челашица рста стеже код које из чворова стабљике расте **корење** и **хва-ч се** за друго биље и земљу. Она је исто тако богата танином, те **зе** с **т**спехом може употребити **код** пролива, дизентерије и крва-**жзђа** из црева. И једна и друга употребљавају се **као** одвар од корена у дози **30 грама** на литар воде. Пије се по 2—3 шоље дневно. Згодно **јерш**гребити их у мешавини са храстовом кором по овоме рецепту:

Корена стеже ..... 40 грама

Храстове коре ..... 60 „



Све то иситнити и једну кашику прокувати у шољи воде. **Пити гутљајима**

### 13. СРЧЕЊАК

Срченица. — Корен ове билке највише личи на корен траве стеже, јер садржи 15—20% танина, а има у себи

много скроба. И баш због тога она може заменити ратанију.

**боља** је од ње, јер је њено стежуће деловање умекшано при-вјством скроба. Зато је **корисна** у случајевима пролива. За ис

**пирање** задњег црева употребљава се одвар од корена, у дози

трама на литар воде. Још боље је оставити **корен** да најпре **кисне** у **млакој** води, јер при **кувању** скроб пада као нерастворљив талог услед присуства танина.

Прописује се прах од корена, у дози 2—4 грама дневно, пре **јела**. згустак у облику сирупа или у облику пилула по 0,5—2 **ирама** дневно. Или се спрема вино по овом рецепту:

Корена од срчењака исецканог ..... 125 грама Чистог спиритуса од 45% . . . . . 250

»

Оставити да **кисне** у току 24 часа. Мућкати с времена на време. Томе се после долије црног жупског вина до 1000 грама. Опет се оставља да **кисне** четири дана а затим процеди и дек је готов. Ово се вино даје по 50—100 грама дневно.

Овако спремљено **вино** врло је добро за грудободне и пре-туберкулозне, јер се од тога њихов стомак поправља и крепи.

Срчењак има дуговечан **корен**, издуженог облика. Прикоренско ли-шће изгледа као да прави жбун; листови имају врло дугачку дршку, облика су ј'ајасто-копљастог или срцастог. Стабљика је проста, **усправна**, достиже 3—6 дециметара, с малобројним, готово прираслим лишћем. Ста-бло се завртава једним лебелом, цветним класом дугим 2—4 центиметра. Цветна круница је **тамноцрвена** или готово бела. Прашници су дужи од **крунице**. Расте по влажним ливадама брдских предела. Време цветања: *јун—јул*.

И у ботаници стоји да је **корен** ове биљке употребљаван. **као дек**.

### 14. ТРОСКОТ

Птичији троскот, трава, троска, трускавац, подигон. двор-ник. — Код цревних бодести с траговима крви у стоци **може** се постићи добар резултат и оздрављење помоћу троскота, **који** расте по обраћеном и необраћеном пољу. поред путева, усева итд. Прописује се чај од корена, у **дбзи** 50 грама корена на ди-тар воде. **Употребљава** се и цеда биљка.

Пити по 500 грама дневно са сирупом од **дуња**.

Троскот се разликује од других врста, нагфед описаних полигона, тиме „што му је цвеће наслагано у праменке (по 2—4) у пазуху лишћа, што су ахени 1е на три ћошка и што имају ситне. уздужне црте" (др С. П.). Иначе, ова Бил.ка има стабло танко, као конац, врло гранато, које лежи по земљи или се пуже уз траву и жито. Споредно лишће је бело или кожасто, поделено надвоје. Цветови ситни, с кратком дршком, у китама ол 2 ло 3 у пазуху лишћа. Право лишће мало, дугуласто. Плод — зрна. троћошката, с танким ивицама и површинама. Све ове поменуте биљке опорог су укуса и скупљају уста јер у њи-ма, као што смо видели, има много танина. Зато су биле таистребљаване против трулежних грозница. Једна од њих, коју смо овде описали, змијино грожде, штрчка клуница (око Нзпа — др С. Петровић) некад је препоручивана као замена арсапариле — лека за чишћење крви (код сифилиса). „Научна медицина сад никако не употребљава поменуте зд-аке, иако би се многе од њих због много танина могле врло с:рисно употребити." „Популарна медицина и у нас и у другим земљама још их једнако употребљава". Тако је писао пре педесет година покојни Сава Петровић. Алм нашли су се лекари у Француској који су проучили дело-овде тих народних лекова и сад је њихова примена и медицин-ском науком утврђена, нарочито код туберкулозних расејавања V цревима, бубрезима, бешици).

## 15. ЖАЛФИЈА

Кадуна, кадуља лековита, жалфијино лишће, немачки ка-*maner*. — Лишће садржи уље и материју која стеже, зато се може употребити против пролива као стежуће и антисептично средство (проф. Бахем)<sup>1</sup>. Узима се великим кашикама. У облику раскислог чаја од 5 до 10%, тј. по 10—20 грама на шолју, употребљава се и као вода за испирање уста и гуше.

Нарочито је подесна<sup>1</sup> за болеснике који су малаксали духом и имају слабе нерве. За ту врсту болесника најбоље је спремити внно (или га имати спремно) по овоме рецепту:

Лишћа од жалфије ..... 80 грама

Грчког вина (или нашег црног власоти-начког вина) ..... 1000 „

Оставити да кисне 8 дана и онда га давати по 1—2—3 ка-вшке после јела.

• Проф. Бахем, *Терапија лековима*, стр. 58; Ас151ппееппа.

Видети опис и појединости о жалфији и у глави о плућним болестима, где се говори о средствима против знојења.

Немци спремају од жалфијиног лишћа нарочити препарат тамномрку течност (против ноћног знојења грудних болесника) и дају по 20—30 капи на два часа пре знојења (Бахем). Колико је наших људи, не узимајући у обзир лекаре, који умеју да тако искористе ову биљку?

Против пролива и дизентерије могу се применити и ове биљке:

## 16. ПОТОЧЊАК

Врбица. — Врло важна биљка. Научни резултати и искуства Дифура, Гужона,

Ломонијеа, Диријеа и Леклерка потврдили су да поточњак има моћ да зауставља крварење, да брзо стеже, стипсира, као и да има једно, само овој биљци својствено де-ловање у случају кржаве столице која је дошла услед заразе бацилима. На слузокожу делује као салеп, својим танином и слузавом материјом.

Прописује се чај од врха биљке с цвећем (и лишће), у дози 30—40 грама на 1000 грама воде. Треба пити 300—500 грама дневно. Код одојчади, код које пролив нарочито уступа при деловању ове биљке, најбоље је давати овај сируп:

Цветног врха поточњака иситњеног у груб прах ..... 150 грама  
Кључале воде колико треба да огрезне.

После стајања у води у току 24 часа, треба оцедити добро и помешати с простим сирупом, прокуваном, у количини од 1000 грама. Затим све ставити на ватру и кувати док се не до-бије гушћи сируп као сок од слатка. Од тога давати 50—100 грама дневно.

Апотекари могу спремити мек екстракт — доза: 0,5—1 грам дневно; и течан — доза: 3—5 грама за одрасле и 0,5—1,5 грама дневно за децу.

**Поточњак** има пузећи корен, из којег избија једно усправно стабло, ЈВЕ сетра висине, слабо гранато, голо или с меким маљама. Лишће сво-Ј— основицом обухвата стабло. Облика је срцастог и без зубаца. Цвета— су јарко црвени и образују један леп клас који је при дну лиснатији. У горњем делу цветног класа чашични листићи су дужи од круница. **ћете по** обалама река, јарковима и баровитим местима. Време цветања: *цл*—септембар. Има га различитих облика у погледу висине, броја цветова, длакавости итд.

## 17. ДИЊИЦА

Ова биљка употребљавала се раније код свих стања која су **захтевала** средства за стезање: код избацивања крви из плућа, уз материце, из дебелог и задњег црева.

То њено деловање потврђено је и у најновије доба, јер се **% еча** примена код слабих црева и пролива с лучењем слузи и ч **'::±** кржаве столице показала као благотворна чак и у случају заразне дизентерије којој су узрочници најситније једноћелиј-**ди**" животињице (амебе) и где је постојало јако напињање, бо-**ЈОВИ** у чмару итд.

**Ти** симптоми прошли су после узимања њене алкохолатуре, **т** лозн по 40 капи четири пута дневно, у чају од врбене (дивље). Еал дрва луче много слузи, спрема се од ње следећи лек:

Алкохолатуре од дињице ..... 10 грама  
Сирупа од гавеза ..... 290 „

Лавати по једну кашику — 4 пута дневно пре јела. Исто деловање за стезање имају:

1) петровац, ожујак

спрема се као чајни напиток, врло је арома-**гпан** и може се употребити код поремећаја црева с проливом;

2) вирак, росаница с лозном купином или свака одвојено, у истом циљу.

<sup>1</sup> Опнс дињице видети код болести стомака — катарално обољење, **ка 8**.

## 18. КОПРИВА

Крупна коприва, велика коприва, грчка коприва, жара. — У току огледа и примене коприве морали су чак и они који јој поричу друге добре особине признати да она очигледно делује против пролива.

Показала се лековитом против пролива у току грипа, што бива ређе, и чешће у току запаљења дебелог црева уз лучење слузи, као и акутног и хроничног оболења танких црева. Исто тако против пролива грудних и туберкулозних болесника, а у лечењу рђавог варења и јаког врења у цревима добијени су у многим случајевима најбољи резултати.

Најбоље је употребити сок од свеже биљке, у дози од 100 до 150 грама дневно. Или згустак, 2—4 кашичице дневно. Код шећерне болести са изненадним проливом коприва се може давати у смеси с боровницом, лишћем од брезе и махунама од пасуља (видети главу о шећерној болести). Може се давати и сируп овако спремљен:

Лишћа ОА коприве ..... 250 грама

Кључале воде ..... 1500

Оставити да кисне 12 часова. Процедити и додати два пута толико шећера колико је тешка процеђена течност. Давати 200—300 грама дневно.

## 19. КАЛИНА

Козје грожђе, козјак, мечковец. — Има случајева да се с проливом јавља истовремено и неки други катар (нпр. материце). У том случају није без основа узети као чај народно средство гтј. ову биљку, у дози 30 грама цвета на литар кључале воде

Калина је шиб висине 2—3 метра. с дугачким гранама. Лишће јој је готово увек зелено, копљастог дугуљастог облика. без зубаца по

Ивици с кратком дршком. Цветови скупљени на крају гране у кратке густе гроздове. Зрнаца — бобице су црне, округле или јајастог облика. Расте по шумарцима и огранцима нарочито на кречњачком земљишту.

## 20. БИАНИ УГАЉ

Овај угаљ добија се од угљенисане тополе (негде је зову јаблан) или пасјаквине.

треба употребити савршено ситан прах. Кад је сув, он је у стању да упије у себе сто пута већу количину гасова него што износи његова количина. Мање, разуме се, кад је влажан. Он

•езује за себе гасове који се стварају приликом врења у цре-  
има, пречишћава, убија бациле, дезинфикује и чини 'да измет ве смрди. Зато је добар лек против стварања сувишних гасова у цревима, против рђавог варења с надимањем, стомачно-цревних катара и смрдљивих пролива. Може бити користан у слу-чају тровања гљивама, билним отровима (нпр. морфијумом), арсеником или фосфором (проф. Бахем).

доза му је: 1—5 грама; даје се на врху ножа или у прашко-вима по 1/2 грама (преко дана) деци; н по кашицицу или кашику одраслима, до 20 грама дневно.

*Напомена:* Не треба га давати истовремено с другим металним лековима, нпр. гвожђем.

## 21. ШИМШИРИКА

Жути шимшир. — Лишће или бобице овог шибља добри су као кисело средство за стезање код срдобол>е и пролива. Лишће се даје као чај, у дози 20 грама на литар воде, а бобице као сок.

## 22. КАНТАРИОН

Госпино цвеће, госпино зеље. — Употребљава се као чај, у дози 10—15 грама цветних врхова на литар воде. Треба само брзо да прокључа; узима се по 2—3 шоље дневно топло. Његова балзамична горчина врло је добра.

## 23. ТИКВА

Бундева. — Употребљава се њено семе.

*Напомена:* Примена јабуке, било у ком облику, сирове, рен-дисане, печене, куване или спремљене с тестом итд., спада у на-чине лечења сировом дијетом. То се лечење оправдало иску-ством, тј. показало се као добро код акутних и хроничних про-лива, али ми га изостављамо јер спада више у лечење воћем него биљем.

## ШУЉЕВИ

Отицање и застој крви у задњем цреву изазивају најпре про ширење крвних судова у том органу, па онда набубравање „шишарки" и најзад прскање њихово и крварење у већој или мањој мери, реће или често у току дугог времена. Узроци овом застоју и образовању шуљева, тј. набубрелих места налик на леш-ник или крупна зрна пасуља, у задњем делу црева, најчешће на отвору његовом, могу бити многобројни, али су најчешћи ови: наклоњености ка тој врсти болести, трудноћа код же-на, запаљења дебелог црева, дуга седења у току дана (чинов-ници), хроничан затвор, прекомерна употреба меса, нарочито црног, злоупотреба слатких алкохолних напитака (ликера итд.), дуга употреба јаких средстава за чишћење, честа употреба то-

плих клистира, чести приливи крви у карличну област и — што ваља нарочито истаћи — застој крви при улазу у јетру: зајаже-ност крвне жиле испред јетре повлачи за собом застој у крвним судовима у целом трбуху испод јетре до задњег црева (чмара). Ту, при отвору, образују се мањи или већи тумори, „шишарке", и оне сметају слободној и редовној столици.

Према наведеним узроцима примењују се и лекови: у тешкој жена — одговарајућа дијета и блага средства за столицу, која не би изазвала побачај (нпр. крушина); код запаљења де-белог црева — лечење средствима која лече запаљење и убијају микроорганизме; ако је узрок шуљевима дуго седење, онда се лече водом и редовним кретањем, шетњом; код хроничног затвора — дијета и масажа; код прекомерног узимања меса и ликера — обустава тих врста хране и пића; код злоупотребе средстава за чишћење — прелази се на одговарајућу дијету, воћну и поврћну; код честог прилива крви у карличне органе — умереност у телесним уживањима, а код застоја крви у крв-ним судовима који утичу у јетру — лечење јетре и органа за варење: стомака, дванаестопалачног црева, танких црева и жу-чних путева с гуштерачом; дијета, биљни лекови, минералне воде и минералне соли.

Кад постоје болови или крварење, или тешка столица услед набубрелости, испада, отока, запаљења и томе сличних стања у „шишаркама", шуљевима задњег црева, онда се примењују и одговарајући лекови: против болова, против крварења, ле-кови за лакшу столицу, а пре свега треба пазити на чистоћу. Пре-оптерећивање цревног канала уопште треба избегавати крлико се год може.

Наш задатак овде није да изложимо сва могућа стања и зле последице шуљева, нити да излажемо све лекове и све начине њихова лечења (до хируршког закључно) — него да на-брајамо само лекове из биљног света који су се показали као корисни било у циљу предупређења или лечења шуљева кад су се они већ развили и кад дају ове или оне симптоме.

Према томе, лекови ће се делити: прво, на лекове који олакшавају чишћење и које смо углавном изнели и, друго, на лекове који ублажавају бол и умањују запаљење у отвору; и треће, на лекове који заустављају крварење или помажу да набубреле „шишарке“ (шуљеви) спласну, „увену“, и да се више не поврате. Истина, број биљака које самостално помажу код шуљева насталих из поменутих узрока није велик, али смо дужни да их наведемо.

## 1. ДИВЉИ КЕСТЕН

После многих испитивања његовог деловања, дошло се до резултата да дивљи кестен помаже у лечењу шуљева и проширених вена уопште. Он код шуљева умањује и стишава бол (анестезира), а делује и на саме зидове шуљева, или једног шуља: кад се овај кестен кваси, сплашњава.

Леклерку је лек од дивљег кестена дао добре резултате у лечењу отока мошнице (варикоцеле), а тако исто и код оних бодесника који су имали оток и увећање простате. Има и инду-стријских препарата од дивљег кестена.

Употребљава се кора од дрвета дивљег кестена и плода, јер \* се у њима налази активни гликозид ескулин.

Најбоље је узимати његову алкохолатуру, у дози по 10 капи у води, пре ручка и вечере, и то 15—20 дана сваког месеца.

Или се може употребити као локално средство у облику помаде по рецепту:

Алкохолатуре дивљег кестена ..... 20 грама  
Ланолина ..... 60 „

Измешати за помаду. Као чепић спрема се по овом рецепту (за апотекаре):

(суви екстракт у праху)..... 0,03 грама  
Ех1г. ори ..... 0,02  
..... 0,03  
Ви1уг. Сасао ..... 5

За један комад. У случају болова по 1 чепчић. Дневно — два. Код људи који имају и гихт може се давати као прокуван чај (одвар) у мешавини с другим корама: од плода ораха, врбе с раставићем; ујутру и увече пити по једну шољу.

## 2. КИПАРИС

Његов „орак“ садржи танина, летећег (етарског) уља и разних других састојака — на броју 14!

Употребљава се „орак“. То је средство за које Леклерк тврди да сужава крвне судове (вазоконстриктор) и има велики утицај на венозни систем крвних судова. У том погледу кипарис исто делује па и надмашује у дејству јужноамеричку биљку вирги нијску хамамелу, која се употребљава за сужавање крвних судова и заустављање

крварења. И под утицајем лека од кипариса шуљеви сплашњавају и могу да се повуку, ако су испали (кроз отвор), болови и надражаји се стишавају и крварење постепено престаје.

Споља се употребљава водени раствор течног згустка од ки-парисова „ораха“, у дози од 5 грама на 100 грама воде за клизму (кlistир); или тинктура за испирање; или мек згустак као по мала у количини пола и пола; или као чепићи, у дози по 0,15—0,3 у сваком меком згустку, а најбоље (да спреме то апотекари) по овом рецепту:

Меког екстракта од ораха кипарисова . „ „ опијума .... „ „ „ беладоне ....  
Какаовог масла .....

Све само за један чепић. Направити колико се хоће. По 1—3 чепића дневно у задње црево.

Ако се шуљеви налазе високо (изнад чмара) у задњем цреву, или постоји друго какво крварење из црева, онда се за унутарњу употребу може давати најлакше тинктура или течан згустак по 30—60 капи пре ручка и вечере, у води. Кипарис је сличан нашој вењи и по лишћу и по облику стабла, плоду, итд. иако је врло висок. Расте на југу и у приморју.

### 3. ЦРНА ТОПОЛА

Познат је лек за шуљеве од тополе. Често се у стручним књигама наводи та „народна маст од тополе“, али је тешко спремити је. Састав ове масти је сложен и нестручном човеку тешко је спремити је, чак и немогуће, али с мало добре воље и пажње та маст може да се упрости и да се болесницима помогне. Због тога ћу навести шта су други рекли раније и шта треба радити сад и убудуће.

Тако је др С. Петровић писао:

„У медицини се употребљавају црни пупољци од црне тополе— и то је било у старој српској фармакопеји, а некад се употребљавала и кора од беле тополе и од јасике (трепетлике).

Хемијска анализа показала је да у пупољцима од црне тополе има етарског миришљавог уља, смоласте материје, гуме и других киселина, састојака који стишавају бол и разних соли.

Стари лекари справљали су некад од пупољака тополе врло цењено уље, а у садашњој

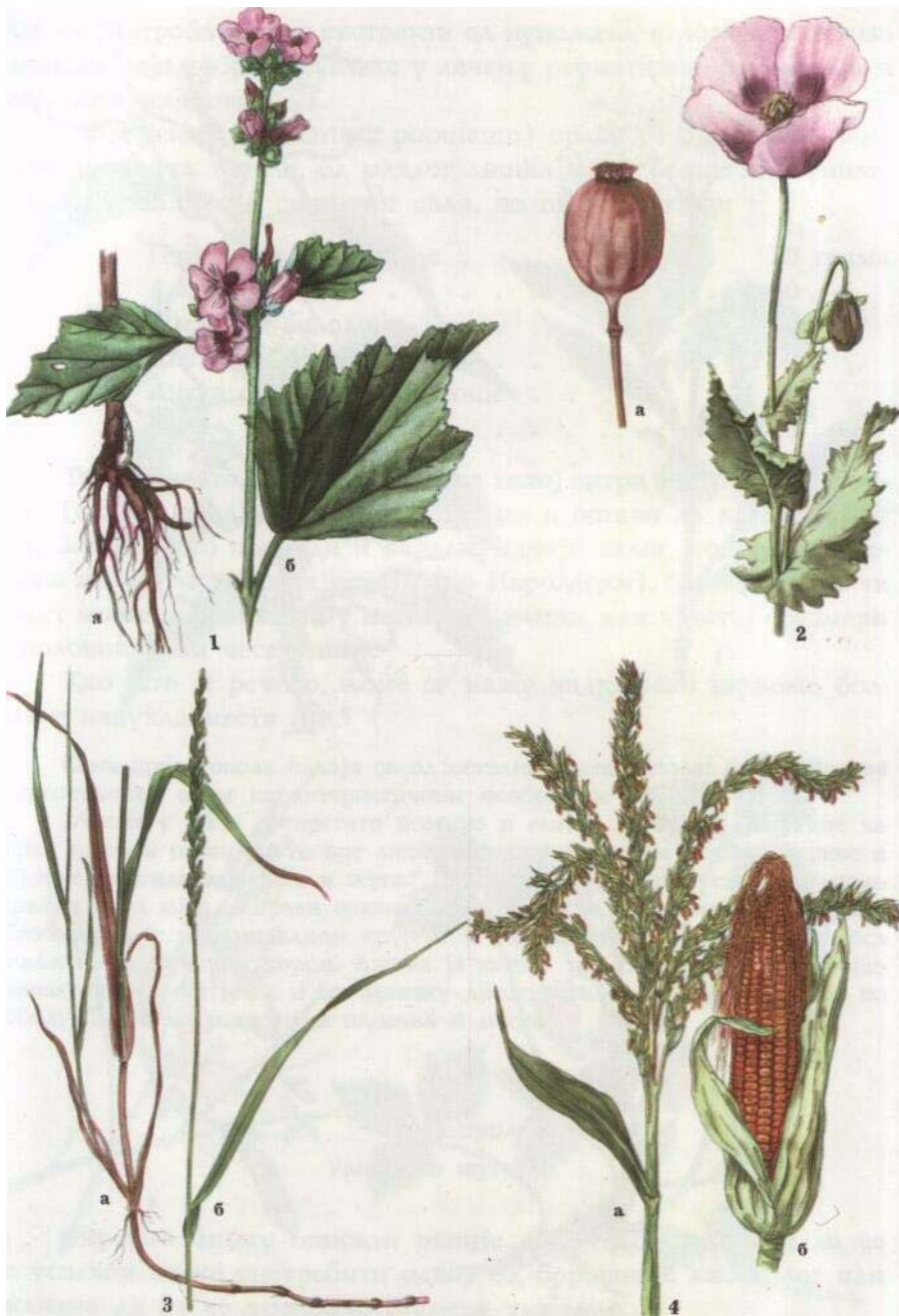


медицини прави се с машћу мелем тзв. којим се мажу отечени шулеви, испуцане руке, усне итд."

И за унутрашњу употребу давани су пупољци од тополе, час као лек за знојење против кожних болести и реуматизма, час као лек за терање на мокрење код болести органа за мокрење; или као балзамичан лек против кашља итд.

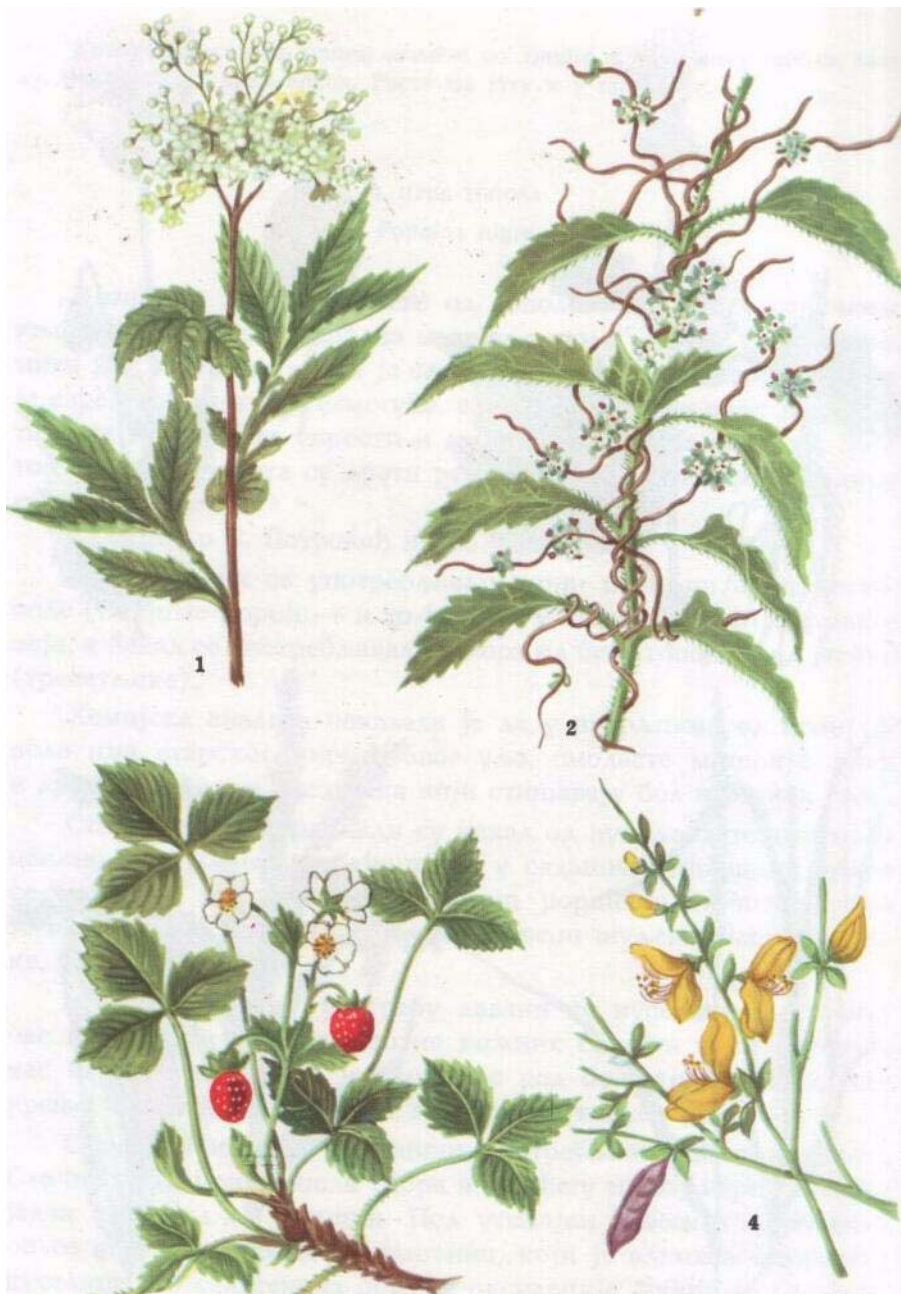
Сад се у научној медицини употребљава већином споља. Слично врби, црна Топола (кора и лишће у мањој мери) садржи један гликозид — салицин. Под утицајем извесних фермената он се цепа у гликозид и салигенин, који је алкохол салицилне киселине. Из салигенина помоћу оксидације добија се салицил-на киселина. Она и делује, поред осталих лековитих састојака.

## ТАБЛА 15.



1 — бели слеза — **корен**, б — **гранчица** у **цвету**; /2 — мак а — зрела **чаура**; 3 — пиревина а — **корен** са **приземним делом** **биљке**, б — **горњи део** **биљке** у **цвету**; 4 — **кукуруз** . а — **горњи део** **биљке**, б — **плод** (**клип**).

**ТАБЛА 16.**



1 — медуника 2 — вилина коса 3 — јагода 4 — жути зечји трн Стога употреба течног екстракта од пуполака, у дози од 3 грама дневно, даје добре резултате у лечењу реуматизма, неуралгија и обољења зглобова. Сама маст прави се од младих неж-них пупољака тополе, од младог лишћа'мака, беладоне, бунике, орне помоћнице

и свињског сала, по овом рецепту:

Пупољака од тополе ..... 80 грама

Листа од мака ..... 50 „

Листа од беладоне ..... 50 „

Листа од бунике ..... 50 „

Листа од црне помоћнице ..... 50 „

Сала ..... 4000 „

Треба кувати лишће у масти на тихој ватри док се све не уку-ва. Томе се додају исецкани пупољци и остави да крчка 24 ча-са. Затим се то процеди и охлади, одвоји талог, поново се пре-топи маст и затим сипа у тегле (др Народецки). Свакако да се та маст може направити и у мањој количини. али у истој сразмери (половина или четвртина).

Као што је речено, њоме се мажу надражени шулеви, болова и напукла места итд.

Сама црна топола одваја се од осталих врста топола: беле и јасике (трепетлике) овим карактеристичним особинама:

„Љуспе у маца су прстато исечене и глатке. Маце су наслагане на врху грана и развијају се пре лишћа. Мушке су најпре коничне, криве и орвене, па онда валжкасте и жуте." Пупољци од лишћа су смоласто-мири-ш. ^ави и од њих се прави описана помада. То је јако високо дрво, које брзо расте, с пирамидалном круном и разведеним гранама; глатко, без каља и с испуцаном кором. Лишће је готово троугласто, на врху карак-теристично заострено, и на дугачку дршку усађено, ситно зупчасто по ободу. Расте по подводним шумама и местима.

#### 4. БОРОВНИЦА

Ову смо биљку описали раније. Сад ћемо поновити да се с успехом може употребити одвар од боровнице као облог или клизма да би се крварење шуљева умањило.

Употребљавају се бобице, тј. сок од њих, јер у њима има танина и других корисних киселина. За клизму је довољно спрв-мити једну шољу одвара, да би деловала и да се не би брзо из-бацила. Доза: једна шака бобица на шољу воде.

Или исцедити сок, који треба да проклуча и да се охлади пре него што се употреби.

Такав клистир поред стежућег има и антисептично деловање.

#### 5. СРЧЕЊАК

Срченица. — Употребљава се корен, који садржи 15—20% танина.

Срченица је, упоредо с травом од срца (стежом), једна од најактивнијих биљака у погледу танина. Може да замени друге прекоморске билјке. Код ње је стежућа моћ танина ублажена присуством скроба. Употребљена спола, она поправља стање слузокоже уопште. Зато се и употребљавао њен корен као бла-го стежуће средство за клистире, за испирања и за чепчиће. У том циљу најбоље је употребити одвар од

корена, у дози 60 грама на 1000 грама воде; или, још болше, расквасити корен у млакој води. Иначе се може спремати у облику чепића по рецепту (за апотекаре):

Меког екстракта од срченице . . . 0,5 до 1 грам Виш. Сасао (какаово масло) за један чепић . 5 грама

## 6. ХАЈДУЧКА ТРАВА

Хајдучица, споришевина, спор, столисник, куњи реп, куница. — И она садржи једну врсту слузи и танина, уље и горку смолу.

Спада у ароматичну групу оснажујућих средстава која теже на знојење. Мисли се да је Ахил био први који је обратио важњу на особита својства ове биљке, због чега је њен активни састојак добио назив ахилеин.

Примена је њена разноврсна.

На селу се могу лечити шуљеви соком од свеже хајдучке траве, којим се квасе „шишарке“ — шуљеви, или сполне ранењима.

У вароши може да се употреби мек екстракт хајдучке траве, у дози 2—3 грама дневно, као унутарње средство које спречава крварење и бори се против нервозе и грчева у карличним органима.

Овај род има више врста (не говорећи о томе да цела фамилија има више родова). Зато се треба држати ове која има цвет бео или пурпуран, и по 5—6 цветова у једној зракастој китки. Врло је подесна и за чајеве за болеснике који уз то пате и одлажне астме, јер помаже избацавању шлајма и бољем мокрењу.

## 7. ЗИМЗЕЛЕН

Већ је говорено о њему као средству за заустављање крви код плућних болести. Овде се примењује његово лишће као спољно средство против крварења из шуљева, у облику чаја, у лози: 10 грама лишћа на литар кључале воде — за облоге на место крварења и болова.

Ако то не помогне, може се купити корен од ратаније (из апотеке) и кувати по овом рецепту:

Листа од зимзелена ..... 10 грама

Корена од ратаније ..... 50 „

Воде ..... 1000

За облоге споља; или по 1 чаша овог одвара у задње црево као клизма — три

пута дневно. Може се са сигурним успехом применити и против дизентерије и пролива.

## РАСТАВИЋ

Коњореп, креш, штукавац, вошће. — Може се употребити против крварења из шуљева.

Лек се спрема на овај начин (од лишћа и стаблика):

Суве биљке ..... 50 грама

Воде ..... 500

Кува се 1/2 часа, процеди и пије у два маха. Сваки дан се кува нов одвар. Комаде укуса досади, може да у чај дода комад лимуна.

Ова је биљка исто тако корисна против пролива, срдоболје, одлива крви "Укуса је ни непријатног ни опорог. Пре је улазила у ред лекова српске фармакопеје. Значи да је вредела, па и сад вреди. Ове биљке има више врста: шумске, ливадске, барске, „столарске", гранате.

## 9. КОСТРИКА

Шимширика, мишји трн, трнобор, ветрина.

## 10. ЗЛАТИЦА

Ледињак, жуја. — Лек од ове биљке може припремити са-мо апотекар. Прописује се за унутрашњу употребу (рег оз) у облику алкохолатуре или течног екстракта.

Доза: 40 капи — три пута дневно.

Ово лечење допуњује се употребом помаде, којом се пре-маже болно место:

Меког екстракта ..... 5 грама

Масти од тополе ..... 50 „

Умањује болове, крварење, напињање и оток вена код хе-мороида (шуљева).

## Средства против глиста

Цревних глиста углавном има три врсте:

1) Ситне, танке, дужине 2—3 милиметра, црвићи који се налазе већином у задњем, гузном цреву, мада их може бити по целом цревном каналу. Научно се зову оксиурне глисте (охиуигез). Оне изазивају велики свраб у чмару, нарочито код деце,

која се услед тога јако чешу.

2) Средње или велике глисте, праве цревне глисте, дости-жу дужину до 25 центиметара, личе на кишне глисте, само су беље, тврће, полупрозрачне. Живе у танким цревима, али могу се попети и у стомак и више — до ждрела, и могу бити избачене кроз уста. Научно се зову аскариде.3) Трећу врсту чине тзв. пантљичаре (научно), и то: једна која има на својој глави зупце („наоружана" пант-љичара) и друга ненаоружана. Прва живи најпре у свињи, и са свињским месом људи је унесу у стомак и црева, где се она закачи за зид и расте, а друга живи у гове-чету, и ако неко једе сирово говеће месо заражено њоме, добија такође пантљичару. Пантљичаре, као што је познато, имају лоптасту главу, танак дугачак врат и много танких и ширих плочастих пршљенова који се могу повезати те достигну велику дужину.

<sup>1</sup> Друге, реће врсте пантљичара не улазе овде у обзир јер или су ретке или не живе у цревима него у човечјој јетри, у коју се увлаче из меса пса, овце, вола, коња, и биљним се лековима не могу изагнати.

Прве две врсте, ситне глисте, црвићи, и праве глисте, живе најчешће у цревима деце, и то не пре узраста од три године, док су пантљичаре по правилу „станари" одраслих.

Деца и одрасли који имају глисте у цревима обично пате од стомака и црева, имају честе грчеве и болове и не сумњају да имају глисте; тек случајно у столици и при повраћању открије се њихово присуство. Болесницима је често мука, гади им се, повраћају, осећају свраб у носу или у чмару, бледи су, изгледају изнурени, малокрвни, испијени, лоше спавају, деца шкгућу зубима. Немају апетита или, напротив, једу много, али без користи. Потребно је, дакле, пазити, нарочито код пантљичаре, у измету на пловнате пршљенове и лечити се.

**Лечење**Најлакше је лечити ситне глисте — црвиће из задњег црева Како лекови који се дају кроз уста за истеривање глиста трпе промене у току варења (у стомаку и цревима), те услед тога не могу у довољној јачини деловати на црвиће који се налазе на крају — боље је употребити лекове против ових глиста непосредно. У том случају употребљавају се клизме, испирања задњег црева и чмара. Пошто се чмар намаже неком машћу, врше се испирања соком од белог лука, сапуњавом водом, сланом или хладном водом, или водом са сирћетом. Исто се то може учинити с разблаженим соком од лимуна, тј. направити се лимунада од исцећеног сока, згњечене коре и згњечених зрна са шећером и водом. То се може и пити, а у исто време тиме се може и клистирати.

Мрква — шаргарепа може да се употреби у исту сврху, јер њен сок делује на тај начин што црве најпре избацује, а после њихове мишићне делове укочи. То чини етарско уље које се налази у мркви. Разуме се да се морају узети веће дозе корена или исцећеног сока. Није отровно средство те нема рђавих последица.

Спрема се овако: 1/2 — 1 килограм добро опраних корена шаргарепа, иситни се, сок исцеди и сав наједанпут попије. Кроз 1—2 часа узима се ричинус. У исто време 100 грама белог лука која се у једном литру воде. Кад се то охлади до температуре •тљ. направити се клизма и пусти у задње црево (Е. Мајер — Керлив). Остали лекови биће наведени даље.

**Што** се тиче истеривања крупних „округлих“ глиста и пан-ара, за њих су потребна јача средства: она се добијају из са, из корена папрати, а тако исто и из неких благих би-и плодова — на чије ћемо излагац.е .сад прећи.

## 1. ПОВРАТИЧ

Вратич, уманика. — Може се употребити претив^округлих с—ста, а и против црвића из задњег црева (охуигез). Најпб-Јиеашји облик за примање овог лека је чај од цвета, у дози <—5 грама на 100 грама воде; или прах од цвета, у количини 3—1 грама умешан у пекмез од поморанце, или смешаи с неким алахш или арапском гумом. Водени згустак узима се у малој •вчини, највише по пола грама.

Го су облици и дозе за округле глисте.За упорне- случајеве могу апотекари направити из згустка чнће (за увлачење у задње црево) у дози по 0,3 грама у

### БОМ.

**Овај** је лек био познат од старина као лек против глиста. Таиво је стари лекар др Леонард Фуксијус за њега «азао: „Цве-1ве ове бил>ке раскисло у вино или млеку може одлично датера код деце цревне глисте. Услед тога Су је стари Немцизвали трава против округлих глиста — ^игпАгаи!.. Али севдра пазити на дозе, јер изазива повраћање, проливе, па и по-евцовје као отровно средство.”

Против ситних црвића може се од целе бил.ке употребити јак чај за клизму. Испирање у задњем цреву врши се на тајиш што се најпре млаком водом црево очисти, па после тог

**Пушта лек.** За тај клистир узима се 10 грама биљке и 150 грама овде воде — разуме се, охлаћене. Др Е. Мајер даје овај прост рецепт

Цвета од беле раде ..... 10 грама

Лишћа од сене ..... 10 „

Цвета од повратича ..... 20 „

Пелина (траве) ..... 60 „

Од ове специјалне мешавине узима се по једна кашика за шолу прокуваног чаја. Ујутру и увече попије се по 1/2 шоље.

Повратич (или простачка хризантема) је усправна, јака бил>ка до 1 метра висине, глатка и слабо малава, с јаким, горчиа.авим мирисом. Корен — пузав. Лишће по изгледу велико, перасто; дубоко урезани зуп-части листови. Цветних главица има много, полуокругле су, златножуте боје и образују одозго равну амреласту киту. Расте по пољским мебама, обронцима, поред путева. Време цветања: јул—август.

## 2. ПЕЛЕН

Педин, трномет, метљика, пелин дивљи, црнобиА. — Ево најбол>ег начина за узимање пелина у циљу истеривања глиста.



Два до три грама праха од сувог пелиновог лишћа умеси се са средином (месом) од шљива или с готовим пекмезом и та количина узима наште пет дана узастопце. Није тешко спре-мити овакву комбинацију:

Праха од пелиновог лишћа ..... 2—3 грама

Праха од слатког дрвцета ..... 2 „

Праха од анасона ..... 0,5 „

Све је ово за једну дозу. Даје се ујутру, умешено са шл>и-вама. пет дана узастопце.

Може се препоручити и употребити и пиво од пелина, које се добија на тај начин што се стави 1 грам раскиснутог пелино-вог лишћа у 30 грама пива, или по 2—3 грама пелина у 60—90 грама пива, и та се количина узима сваки дан у току пет дана. Примењује се против обеју врста глиста, округлих и црвића.

Може се направити с повратичем и сируп од пелина за нашу сврху, по овом рецепту

То се остави да кисне у пола литре клучале воде 12 часова, затим се процеди кроз густо платно и томе дода 800 грама шећера. Кад се шећер раствори, све се поново процеди кроз фланел. Узима се три пута дневно пре јела по једна кашика. Како се пелин код нас као лек много употребљава, да кажемо о њему још неколико речи. Пелина има више врста, и како се наша држава простире од севера на југ, на њеној територији може расти и више врста. Иајважнија је велики пелин, обични пелин, горки пелин („абсинтион" је грчка реч и значи „немогуће пити га"), који се звао и света трава и трава против глиста итд. Да она расте свуда, и као дивља и као питома (јер се и гаји), познато је свима. Другу врсту чини тзв. мали пелин и римски или папски пелин много је нижа, достиже једва 20—30 центиметара висине, расте у средњој Европи. Глечерски пелин за нас нема значаја, приморски пелин ( може да послужи исто тако као и велики пелин, као лек против глиста и као стомачни лек. Противглисни пелин, а негде га зову и барботина, врста је приморског пелина, али расте само у степи на Дону, на доњој Волги, у киргиским степама у Русији. Смеша његових врхова, семена и цвета За биљобере и домаћице које спремају себи пелен „за кућу" — важно је да беру врхове грана с лишћем и цветом, али не дуже од 50 до 60 центиметара, рачунајући од врха. И треба да их суше у сенци, а не на сунцу. Гране су суве онда када се лако ломе, тј. тек кроз 2—6 недеља, што зависи од времена (да ли је кишовито или не). Беру се гране двогодишње биљке (старије), и то од половине јуна до половине јула. После сушења држе се опет у амбару, на сувом месту или на леси, изломе се на краће комаде (8—10 центиметара), вежу у снопиће и тако се могу чувати више година.

### 3. ТИКВА

Тиква (или, како је зову у Шумадији, бундева). управо семе од тикве, кукурузне или баштенске, по моме личном иску-ству сигуран је лек против свих врста цревних глиста, не изу-зимајући ни пантљичару, и код деце и код одраслих.

1. У пракси, код деце, показало се да је семе драгоцено стога што је пријатно за узимање, а уз то поуздано средство. Даје се у дози од 30 до 60 грама (према узрасту), тј.:

Ољуштеног семена од тикве ..... 60 грама

Шећера ..... 20

Истуцати све то као кашу, меку и једнолику. Узети ову кашу, онакву каква је, у шољу какаа (без шећера) или у белој кафи.

Радије узимају деца млечну чорбу од семена по овом рецепту:

Ољуштеног семена од бундеве .... 30—60 грама

Шећера ..... 20

Планинске воде ..... 170 „

Поморанце ..... 1 кришка

Најпре треба истуцати семе, шећер и кришку поморанце и пропустити кроз сито, притискујући. Затим ту масу измућкати с водом. И лек је готов за једно узимање.

Тиквено семе може да се спреми и по овом рецепту:

Семена од тикве ..... 30—60 грама

Шећера ..... 40

Поморанце ..... 1 кришка

Чај од коријандра (2: 100) — колико треба да се направи житка каша

Као нешто нарочито може се спремити екстракт (згустак) из 300 комада језгри бд семена бундеве. То се зове кукумарин. Њега деца радо узимају у дози од 10 до 20 грама у супи или у какау. Овај лек се употребљава против округлих глиста и пантљичара. АЛИ ма какав био начин и облик примања — треба болести лати и довољну количину рицинуса, најдаље после 2—5 часова од тренутка узимања лека. За децу се може рицинус одмах помешати са семеном и направити емулзија по формули леурет

Ољуштеног семена тикве ..... 30 грама

Белог лука ..... 30 „

Рицинуса ..... 20 „

За једну дозу.

2- За одрасле је довољна количина 100—200 грама ољуштеног и самлеведеног тиквиног Семена. Узима се ујутру у 6—7 часова с белом кафом и кроз два сата допуњује дозом горке соли (4аш мајчиног листа). На тај начин се може истерати и пантљичара- Др С. П. је писао да се у Мексику употребљава само овај ЈСХ, и то по неколико дана узастопце. Ја сам то постизао у

Напомене: 1) Столицу треба вршити у сито, да би се после

испирања лакше могло утврдити је ли изашла и глава пантљичаре , или која округла глиста.

2) Непосредно пре примања лека треба припремити стомак олатгша, тј. ништа друго не јести осим салате (лука, патлиџана, жугтса итд.), да би се глисте у цревном каналу узнемириле.

3) Др Е. Мајер саветује да се узму две кашике рицинуса

примања лека, а и две кашике рицинуса два сата после ИААеног лека пре подне (најбоље разбијеног у пиву — Р. Г.).

4) Како овај лек није отрован, не надражује црева и при-1н је, може се, у случају неуспеха првог дана узимања, по-о узети и идућих дана (другог и трећег) без опасности.

#### 4. БЕЛИ ЛУК

Треба га давати деци која имају глисте. На селу се он може уаимати како се хоће: куван, сиров, туџан, али у граду га треба давати куваног с млеком или у супу; или се прави с њим сируп,

за шта се један део лука кува у два дела воде и исто толико шећера, и од тога даје по 2—3 кашике дневно\*.

За евоје лековите особине овај народни лек има да захвали сумпору и једном другом састојку (оксиду алила — готово у чистом облику), које садржи у себи. Отуда се због свога сум-пора може употребити као средство против разних бацила у цревима и као предохрана код епидемије тифуса, пегавог ти-фуса, дифтерије, грипа и колере. Чак се његов сок, прокуван, може привијати и на гнојаве ране на кожи.

#### 5. КУПУС

Исцеђен сок од купуса добар је лек за децу која имају глисте. Доза: 20—30 грама сока наједанпут, ујутру наште.

#### о. ЧУБАР

Чубрика, чабр, шчубрик. — Употребљава се чај, у дози 50 грама на литар клучале воде; добар је и као стомачни лек. Тера гасове, а помаже и код грчева.

Чубар је летња једногодишња бил>ка с јако гранатим стаблом, до 3 дециметра висине. Лишће му је ситно — копласто. Цветови бели до црвенкасти, с кратким

дршкама, по 1—3 у пазуху. Негује се за зачин, а као дивља цвета од јула до октобра.

\* Они који га употребљавају против склерозе, или из -страха од склерозе као прелохрану, треба да га једу у овом облику, да им не би тело и дах мирисали на бели лук.

## 7. МАЈКИНА ДУШИЦА

Од ње се спрема чај — у истој дози као чубар.

## КАНТАРИОН

Госпин цвет, трава од посека, госпоино зеле, рањеник, ивањ-сха трава. — Справља се чај од целе билке или само од врхова с цветовима, у дози од 20 грама на литар кључале воде. Пије се као средство против глиста, споља се примењује као средство за лечење рана (видети даљу примену код хируршких болести).

Деловање ова три последња лека основано је на томе што су они својим летећим зејтинима и својом горчином у стању да убијају округле глисте (аскариде) и да допринесу њиховом стеривању тиме што појачавају рад црева.

## 9. БОЖЈЕ ДРВЦЕ

Рутвица. — Страни назив за ову билку је цитронела („ли-мунчица"), Сава Петровић писао је о њој ово: „Разликује се од осталих врста пелина тиме што није трава, него шиб, до 1 метра

• асине, што је доње лишће двапут, а горње једанпут перасто  
• исечено." Код нас се сади. Цвеће му је жуто. Кад се међу ирстима истрља, мирише на лимун. Ова биљка јача органе за варење, подстиче их на рад, те је подесна за истеривање глиста. ААИ се употребљава и код недовољног апетита код деце, а сматрала се као специфично средство у лечењу туберкулозе трбушне марамице с водом.

Даје се као чај у дози:

Суве биљке на литар воде . . . . . 15 грама

а свеже биљке на литар воде . . . . . 10 „

Пије се шољама, по 2—3 дневно, пре јела.

## 10. ТУШТ

Од старих лекова против глиста може се употребити и ова биљка. Мада се она употребљава и против других болести.

Као поврће — салата узима се њено лишће, а семе њено кува се у води или у млеку, у дози 20 грама на литар. На Западу се она због тога и сади. Нарочито се даје деци (др С. Петровић).

Ниско лежеће гранато стабло је толо, црвенкасте боје, дугачко до 2 дециметра. Лишће је изврнуто јајасто до клинастог облика, седи на грани, без зубаца је, меснато. Цветићи су мали, жути или жуто-бели, брзо прецветају. Отварају се само ујутру кад су сунчеви зраци топли. Чаши-чни лисгићи на полећини су тупо клинасти. Расте по баштама и вино-градима као биљка за салату и супу. Као дивла, расте по песковитим ме-стима. Цвета од јуна до септембра.

Гајена врста ове бил.ке (Р. заНуа) у свим својим деловима је већа, крупнија.

## 11. НАР.

Употребљава се цвет и плод, а нарочито кора од корена овог јужног дрвета, које расте код нас свуда испод Демир-Ка-пије и на приморју. Испитивање неких научника (Марли и Ферод) показало је да је и кора од грана лековита. Кора од корена поред танинских киселина садржи и алкалоиде: пеле-

тиерин и изопелетиерин, који имају моћ да убијају глисте. За јелно лечење потребно је 30—50—70 грама коре.Најподеснији начин употребе нара је онај који је усавршаво Лабулбен, а састоји се у овом:Треба оставити 60—90 грама суве коре да кисне у две шоље •оле (400 грама) 24 часа. То се затим кува најпре на тихој, а при крају на јакој ватри, дрк се не укува толико да остане само за једну шољу или чашу течности. Та се течност онда про-цели и пије ујутру у два или три маха, у размацима од пола часа, према томе колико је ко може одједном попити, јер је горког и непријатног укуса и изазива гаћенје. Због тога боље ју је шгти кад се охлади, или ако јој се дода мало леда, неколико капи уља од нане, а може се и засладити сирупом. Кад болесник осети непријатност у трбуху, која не личи на гаћење, треба да узме неко средство за чишћење.У местима где се може добити свежа кора од нара може се и овако спремити:

Свеже коре од нара ..... 50 грама

Воде ..... 750 „

Кувати на тихој ватри док се одвар не укува до 500 грама, па се онда то процеди и узима у три маха, у размаку од пола часа. Може се засладити, а после 2—3 часа треба дати на чишћење.

Или се може применити овај рецепт:

Коре од нара ..... 30 грама

Воде ..... 300

Кувати док не остане 150 грама, додати сирупа од цимета 30 прама и узети у току пола сата.

Пријатнија је, али и мање делотворна овако спремљена смеша:

Алкохолног екстракта коре од корена нара 20 грама Воде ..... 150

Миришљавае воде од нане ..... 10 „

Простог сирупа ..... 30 „

Помешати. Узети у 2—3 маха у размаку од пола чаба.свакоме — ни издалека<sup>1</sup>. Зато је најбоље употребљавати га као истуцан корен помешан с медом. Тако су радили стари, узима-јући по 30 грама корена, па је и сам тај начин за препоруку. Само што не треба узимати ту дозу, него по 15 грама истуца-ног корена, и узети ту количину у два маха, с размаком од пола часа, у белој кафи. Кроз пола часа после друге дозе треба узети нешто за чишћење, нпр. сену („сенеблат“), и столицу вршити у сито (ради прања и контроле: да ли је глава пантљичаре истерана). За слабије луде и та се доза може смањити. Разуме се да је потребно уочи узимања лека припремити стомак: не јести ништа осим млека и разне салате и харинге (ако је има) да би се пантљичара узнемирила и ошамутила.<sup>1</sup> Ако глава њена изаће — лек не треба поново узимати одмах, него тек кроз месец и више дана, када се оболели поправи.

У апотекама се сада продаје у капсулама и узима се у до-зи 3—6—7—8 грама (раније се узимало до 10 грама) највише. Свака капсула "садржи по 0,5 грама екстракта корена од пап-рати. Уместо сенеблата, Е. Мајер и други саветују да се после 2 часа узме 2 кашике рицинуса (разбијеног у чају, лимунади или пиву).

И те капсуле су донекле гаранција да је лек — прави, а не од неке друге биљке.

Постоји и готов лек, „филмарон“ Берингера, али др Е. Мајер као најсигурнији препарат препоручује Хелфенбергове (А. Г.):

1) црне капсуле, напуњене екстрактом и рицинусом; и 2) беле, само с рицинусом. Уз то је приложио упутство како се узимају.

*Напомена:* Сантонин, који се данас највише даје против глиста (изузимајући пантљичару), такође је бил>ног порекла, јер се добија извлачењем (екстракцијом) из цвета једне врсте пелена који расте у Туркестану. Цветови те врсте садрже 2,5% сантонина. АИИ како ова коли-чира из цвета није стална и сигурна — употребљава се чист сантонин, који се даје у дози: 0,05—0,1 грама, у току 2—3 дана. Деци од 3 до 8 година даје се у дози: 0,03—0,05 грама дневно после јела, у два пута, такође 2—3 дана. Два часа после сваког

<sup>1</sup> Те исте вечери може се узети и рицинус (2 кашике, у. пиву).

**сантони́на** треба давати 1—2 кашике ричинуса (др Е. Давала је укуса најпре слатког, а после опорог и горког. **То има** етарског уља, масне материје, некрystalисаног ше-**Вцрв**. танина, скроба, смоласте материје и особите папратне киселине." Многи лекари држе се мишљења да треба остати при праху одјква папрати, јер он садржи делотворне састојке и узима се с **миом** или с меласом у дози од 15 грама, умешеном као лопти-**Ова биљка делује јако и на материцу и момсе изазвати по-6—7; према томе не треба је употребљавати за време трудноће зато је"**, вели др Петровдћ, „можда наш народ и назвао ову **биљку** навалом. Нарочито је наше жене употребљавају за љубавне враџбине."

**Корен** (ризом) лековите папрати је кратак и дебео, лежи поврх земље

неколико центиметара изнад земље уздигнут. Лишће је дугачко, **ла** 1 метар висине, усправно, облика дугуласто-коплатог и по ивицама

. Главна дршка је обрасла мрким лускама. Расте по шумама и **сеновитим** местима — свуда у Европи, до поларних крајева **заклучно**. **као сретство** против глиста од давнина је у употреби.

*Напомена:* За децу која не могу да прогутају апотекарске

**капсуле** справља се тзв. „мед Дангдисона" (једног од пронада-згса етарског екстракта из папрати):

Етарског екстракта из папрати ..... 2 грама Сока од слатка од ружа (или чистог меда) 16 „

Најзад, Лекдерк поново напомиње да не треба напуштати **ах** од **корена**, који му је у дози од 15 грама, измешан са медом или ласом, давао добре резултате при истеривању теније.

<sup>1</sup> Од арапске речи **лахолс**; означава медикамент који се справља као емулзија бадема. Пријатна је, блага, пије се у малим дозама.

## ЧЕТВРТА ГРУПА

### БОЛЕСТИ ОСТАЛИХ ТРБУШНИХ ОРГАНА: ЈЕТРЕ, ГУШТЕРАЧЕ И СЛЕЗИНЕ

Болести лсучне бешике, жучних путева (талози и жучно камење), слезине, гуштераче и других трбушних органа, за. отицањем, и њихово лечење лвковитим биљем

Кад је реч о лечењу јетре лековима уопште, не само билним, ту ствар не иде тако лако и просто како би мислили нестручни људи. Посматрано са становишта научне медицине, јетра је је-дна жлезда, велика жлезда (као што је, рецимо, заушна жле-зда, жлезда у гуши и свака друга), која према својој грађи има тројаки задатак: прво, да ствара и потом лучи жуч која тече у црево (дванаестопалачно), и да ту помаже варење и кретање црева; друго, што је исто тако важно, ако не и важније, да при-ми разне врсте хране коју је унео човек у стомак (шећер, ма-сти и беланчевине у облику јела и пића), да их преради на свој начин, и, треће, да их онда пусти у крв на даљу употребу. Она је, да тако кажемо, жлезда прераВивач и распоредител» исхра-не за крв и цео брганизам. Отуда су болести јетре тројаке и јављају се:

1) Кад она није способна да лучи довољно жучног сока за црева.

2) Кад се та жуч услед неког поремећаја не лучи у довољ-ној количини у цреро, тј. спречена је нечим да отиче природ-ним путем, већ се враћа у крв. У првом случају била би болес

н еловољног спремања жучи, а у другом — задржавање жучи и појава жутице (услед разних узрока: механичких, заразних ба-

3) Кад је ткиво јетре оболело, па је она као жлезда, као аггп ћелија, ослабила или се сасвим пореметила и изменила, к ве може вршити своју главну улогу примаоца, прераћивача и риспоредител.а хране (животињске, биљне и минералне).

Често је тешко одредити где почиње једна врста болести а где друга, нпр. решити: да ли жучи нема ДОВОЉНО што је јетра оболела као жлезда те не ствара ДОВОАНО жучи; или се та жуч

лучи јер је нешто уз пут задржава. Али ради практичне при-

еве лекова ова подела мора остати, и на њу болесник треба да пази колико год може. Према њој морају бити одрећени и



Прву ће групу чинити они лекови који помажу стварању, **лечењу** и изазивању жучи у црево (такозвани лекови *холере-хапкк* и *холагога*).

Другу, лекови који лече: а) слабости јетре као жлезде (кад су **њеве** ћелије слабе) и б) болести те жлезде кад се њено **ткиво**

**ТОЛИКО** измени и поремети да она измени и своју величину (по-ехаве сувише велика или се, напротив, смежура), услед чега **застају** отоци у трбуху, у ногама итд.

Извршивши овакву њихову поделу на средства која делују

**лечење**, изазивање и истеривање жучи у црева и на средства која лече саму јетру и **уклањају** последице њеног поремећаја —

**емо** прећи на набрајање и описивање лековитих биљака.

Претходно морамо учинити једну напомену. Ако се жуч не **ЛУЧИ** у црева у довољној количини, те се појави жутица, а томе јјв **узрок** какав жучни **камен** који се заглавио ма где на путу од **јефе** ло прева (или од жучне бешике до црева), и у току дужег **лечења**, в после свих уобичајених лекова, постаје **јасно** да тај

**Камен не** може проћи, онда је најбољи и једини лек за таквог болесика — хируршки нож, операција. Јер нема лека који би

могао **растворити**, иситнити или учинити да се распадне вели-  
**како је** пролаз из јетре, односно жучне бешике до дванаестопалачног црева узак, иако по невољи **може** да се шири („од меса је"), ипак он није ни толико широк да може **проћи** камен величине лешника или великог зрна боба или пасуља. Ту и поред свих наших лекова: хемијских, биљних и минералних (у бања-ма), мора да се легне на операциони сто доброга мајстора-хирурга, поготову **ако** се **камен** **кренуо** и заглавио.

Тако су се спасли многи који су дуго патили. Ипак пре тога треба се полечити и лековима које овде износимо, у случаје-вима где се може избећи дуго боловање, па и операција жучног камена.

## **I. Лекови за излучивање жучи и жучних талоба (холагоге), у случају напада, грчева итд.**

Није наш задатак да набрајамо све те **лекове**: оне који се добијају од разних **горких соли** (већином с магнезијумом или се налазе у минералним водама), **лекове** који су добијени хе-мијским путем (нпр. атофан), **као** и оне који се добијају из **прекоморских** биља (нпр. алое, болдо и др.), него само оне **биљ-не** који се могу набавити у нашој држави или се налазе под **руком**.<sup>1</sup>

По проф. Леперу и другим **ауторима**, **права** и најбоља средства за **лечење** жучи јесу сама жуч и жучне соли (једг-**пења**). „Ове последње **мање** се употребљавају, иако је њихово деловање изван сумње. Напротив, течна говеба жуч или исушена често се **прописује** у облику сувог ораха, у дози 0,1 **грам** за једну пилулу, по 2—3 пилуле дневно. Или у облику жучи помешане с глицерином, у дози 2 или 3 грама дневно. Или, најзад, за **клизир** с 1% жучи. Све по овим рецептима:

1) Праха од говебе жучи 0,1 грам пс) 40 капи Дневно, подељено у Олеат  
натријума (Ма- три пута.  
0,1 „ 3) 3& клизму (клизтир):  
„ Жучи ..... 0,5—3 грама  
За дедну пилулу. Глицерина ..... 5 „  
2) Жучи ..... 3 грама роде ..... 250 „  
плацбрина ..... 30 „ Све за једанпут.

**Овде влада начело: клин—клином!**

Најпре ту долазе: биљна уља у сировом стању (некувана), **кравље** масло у умереним количинама; зашећерено млеко, јер ое тако боље вари у стомаку, боце делује на јетру и његова то-ИАОтна снага у телу је јача. *Најбоље је за ову болест кравље млеко*; за овим следе кромпир и препечен хлеб. Мале количине оировог мяса такоће су добре, као и мале количине белог вина с водом и са шећером (Лепер, Мишо, д^ Сез), али за кратко **реке** (2—3 дана).

Истина, ови лекови подударују се са дијетом и замењују 'е... Они су, тако да кажемо, жучогонци: лако се варе и садрже **Јцвољно** калорија за исхрану оболелог организма.

Свима доступни биљни лекови јесу:

## 1. МАСЛАЧАК

Некада се сматрало да је корен ове бил>ке врло добар за слабе стомаке. Али се, у току научног испитивања, нарочито у Енглеској (Пауера и Браунинга, Рутерфорда и Вигнала), пока-зало да он, осим тога што јача стомак, одлично делује и на је-1ру и лучење жучи, тиме што помаже да се жучна бешика боље стеже и на тај начин истерује већа количина жучи у црево. Па • француски лекар-научник Леклерк тврди да код болесника хоји имају запушене или болесне жучне канале он помаже про-дажењу жучи кроз њих у црево, а тако исто и пролажењу пе-сха и жучних камичака. Тиме он лечи уједно и отечену јетру. Све то значи да он може отклонити жучне нападе и побољшати делокупно стање у јетри и жучним путевима. Употребљава се сок од маслачковог корена, изваћен у је-сеа, јер у то доба корен садржи најактивније, најлековитије састојке.

За домаћу употребу др Брисморе дао је овај добар рецепт:

Сока од свежег корена маслачка .... 100 грама  
90%-ног алкохола ..... 18 „  
Глицерина ..... 15 „  
Воде ..... 17

Од ове мешавине узимати 1 или 2 кашике дневно. Сок се може добити и из лишћа. У соку из корена и лишћа налази се горка материја тараксин, која и делује као подстицајни агенс — лек при лучењу жучи. Ако нема сока, онда се из корена мо-же спремити згустак (екстракт): испари се водени расб („рас-кваснина“) док се не добије мек талог. Од њега се узима 1—5 грама дневно (тј. највише једна кашичица). Екстракт из суве биљке (с кореном уједно) садржи холин, који делује и на брже излучивање мокраће.

Маслачак има дуговечан корен, клинаст, спол.а црн, у коме има врло горког сока. Лишће је различито, скуплено је као убор, обдика је дугуљастог, од продужног с равним ободом до перастог дубоко урезаног и зупчастог као тестера. Крајњи део листа је обично шири, сувраћено ја-јаст (са широм страном) или заоштрен. Цвеће је жуто. Цветна стаблика бива подужа, до 20 центиметара и шупља је. Цветова има много и порећани су у више редова. Расте свуда крај друмова, по ливадама и пустарама. Доба цветања: од маја до октобра.

Има га много врста — зато је најбоље обратити пажњу на обдик лишћа и цвет, као и сполну боју корена (црну).

## 2. ШИМШИРИКА

Шимширача, жута шиба, жути шипак, ДИВАИ шимшир, ки-сели трн, маршин, жутиковина. — *Лек се налази у кори или у корвну ове биљке.* Тера жучне сокове, те је према томе добар лек против жутице као болести јетре. Али он има и другу исто тако важну особину, наиме: *да стеже отеку и увећану слезину, набреклу услед маларичне грознице (заразни „далак“), Стеза-њвм слезинв он истерује маларично семе (клице) у опити крво-ток,* где га дочекују бела крвна зрнца да га прогутају, а затим кинин да га уништи (Тибалдо Ласкарато).

Према томе, у свим случајевима где постоји оток јетре са жутицом, а постојао је пре тога или у исто време оток слезине (далак), овај лек је најподеснији. Па чак и ако нема жутице,

него само слаба јетра и осетливост слезине — опет се при-мењује.

Дозе: за чај је потребно узети 20 грама коре или корена на 500 грама воде. Пити 2—3 шоце дневно.

Шимширача или жути шипак је шиб, жбун, од 1—2—3 метра висине, с густим витким гранама, чији врхови иду у страну. Сивозелено лишће расте у гомнлииама; налази се и тро- до петограно трње од закржљалих листова. Поједини, усамљени листови су јајастии, оштро зупчастии. Лепи ЦВЦИОВИ образују висеће гроздове, који миришу непријатно. Плод је бо-бица, дугуљаста, црвена и има две дугуљасте, мрке, храпаве и на врху

угнуте семенке. Расте по сунчаним местима кршева или крајева шуме. Цвета у мају.

Шимширача се раније употребљавала у медицини под охуасапља. Али су се исто тако употребљавале и бобице као кувано слатко. Између осталог, свеже су се употребљавале код Немаца и за чишћење сребра. У њима има јабучне и лимунске киселине, зато се могу употребити и за лимунуadu код грозничавих стања. „Кора је горка; у њој има особених материја — берберина и оксиакан-тина. Некад је употребљавана као средство које снажи, а у већој количини као средство за чишћење, нарочито у болести-ма црне цигерице." Дакле, јетра на првом месту.

### 3. ВОДОПША

Женетрга, гологуза. — Гален, чувени лекар старог доба, назвао је водопију „пријатељем јетре". Толико је она користила против грчева у области јетре. Доцније лекари, Симон и ван Спигел, саветовали су да је примају болесници који у исто време имају и подагру (гихт) и плаховитог су темперамента, тј. лако се узбуђују. Према томе, она је подесна код свих осетљивих и нервозних болесника који добијају нападе, грчеве, и којима због сваке ситнице и љутње може „жуч да пукне". У на-родној медицини употребљава се у лечењу жутице.

Као горко средство ова биљка може да подстиче апетит, да делује и на столицу и на мокрење, чиме умањује муке и тегобе у области јетре и жучне бешике. Стомачни поремећаји такође се отклањају применом њеног сувог корена.

Употребљава се корен и лишће као куван чај (одвар), у дози 15—30 грама на литар воде. Пити 2—3 шоље дневно.

Пржен сув корен употребљава се много као „кафа" — ци-корија, управо као замена која се меша с кафом, мада без шећера нема пријатан укус. Стога се водопија гаји на велико и као индустријска питома билка. Фалсификат је кад се уместо корена цикорије пржи мрква (шаргарепа) и то се продаје.

Сируп од водопије, тј. цикоријев чај од лишћа, корена у шећера, може се употребити као лек против затвора код мале деце.

Има репасто-клинаст корен, стабло разгранато и грубо длакаво. Достигне висину до метра. Приземно лишће образује убор, перасто је, горње једноставно, без уреза, копл.асто. Цветови су крупни, лепе светло-плаве боје. Расте готово свуда по сувим ливадама и меџама. Цвета у јулу и августу. Свима позната билка, али мали број зна да се цикорија добија из њеног корена кад се он испржи.

### 4. ХМЕЉ

Оболење и запаљење жучне бешике с грозницом је стање које захтева примену овога лека који се добија из женских цветова хмеља.

Овде се хмељ употребљава као средство за пречишћавање и освежавање

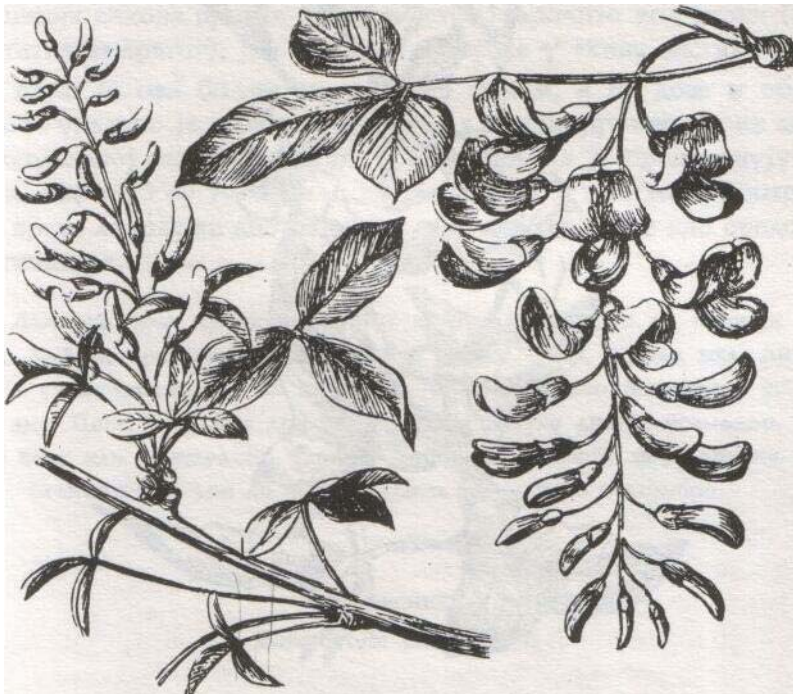
крви кад се ова поремети услед обољења јетре и слезине. Не може се рећи да у том случају хмељ дезинфикује (убија бациле) жучне путеве и жучну бешику или крвоток;

али свакако да у таквим случајевима поволзно делује.

Најбоље је давати га као сируп, који се прави на тај начин што се најпре спреми чај, у дози 15 грама на литар кључале воде, па се од тог чаја и шећера (у кодичини 1000:1800 грама; однос је увек 5 делова чаја према 8—9 делова шећера) направи сируп. Сам чај се даје по 2—3 шоле дневно. Сируп се може давати 50—100 грама дневно.

Нарочито је добар за нервне и плашљиве болеснике који пате од болести жучних органа и јетре уопште. Он служи у том случају и као лек за умирење нерава.

## 5. ЖУТА БАГРЕНА



Жуга бафена

Алпска багрена, зановет. — „Чај од њеног лишћа у дози 12 грама на једну шољу кључале воде показује очигледно по-вољно деловање на излучивање жучи." Ова се бика сматрала као отровна, али је Леклерк у наведеној дози препоручује код болести жучне бешике. Ослањајући се на његов ауторитет и искуство, ја је наводим као лек. Њено семе заиста је отровно и у врло малој количини.

## 6. ЛАДОЛЕЖ и ДИВЛИ ЛАДОЛЕЖ

Ладолеж полски (Сопуоуци)

Попонац. — Врло добро средство за жуч и чишћење, и без штетног

својства да много надражује црева. Услед тога што се не раствара у плувачки није тако опорог укуса. Употребљавају се сви његови делови, а нарочито корен. Дозе: чај од лишћа, 6—12 грама на 200—300 грама кључале воде. Број шоља чаја дневно зависи од деловања на црева: чим се добије столица, треба за тај дан престати с давањем. Или се спреми алкохолатура (спиритни расб) од свежег корена, од које се узима 10—15 грама дневно (2—3 кашичице) у неком слузавом чају (рецимо од слеза или салеп) и пије. Ови напици не изазивају на подригивање ни гађење. Савесни и озбиљни научници констатовали су да ова биљка својим састојцима (смоластим материјама) и својим деловањем може заменити прекоморску јалапу, која припада истој фамилији биљака, и скамонију, која је њима такође род и чији лековити састојци (јалапин, односно скамонин) улазе у ред одличних лекова против болести јетре, нарочито код отока (као пургатив хидрагог), јер се њоме истерује у ткиву застала вода. Како је ова биљка сваком под руком, а на дозе и облик декова указано је, можемо желети да се она примењује не само у популарној него и у научној медицини, да је препоручују лекари, као што су то чинили стари лекари. Утолико пре што су обе врсте ладолежа апотеке биле обавезне да држе као средство за чишћење.

Ладолеж има дуговечан корен који пузи, стабло се обавија као лоза, 3—5 метара високо, око жбуња другог биа, ограда итд. Лишће му је срцасто-клинасто са широким, угластим, косо повијеним ушима при дну. Цвет, који има дршку и расте у пазуху лишћа усамљено, има боју белу или црвенкасту. Чашица непосредно обавија целу крупну круицу. Семенки има три до четири. Цвета од јуна до септембра.

## 7. РЕСНИК

Употребљава се прах од корена ове билке у количини 4—5 грама дневно, узетих у неколико пута, за лечење жучне бе-швке и жучних канала и као средство за чишћење код тих бо-АССТИ. Због обилате садржине танина корисна је код крварења сваке врсте (плућних и цревних).

Корен се вади пре него што биљка сазри.

И пре су корен и цела биљка важили као лековито средство

- тражили се под називом (водена грсница, водена конопља).

Препоручује се код инфлуенце (грипа), чије трајање скраћује, у епидемијама опада број смртних случајева. Она смањује и време опорављања — тврди амерички професор Стаер (Мадаус).

Сама биљка расте на подводним местима, по обалама, влажном жбуљу, а цвета од јула до августа. Корен је дуговечан, стабло усправно, висине 1—2 метра. Лишће дугачко, доле наспрамно, горе појединачно, стабло

длакаво, с дршком, дубоко урезано с 3—5 копљастих и зупчастих, посебних делова. Ките цветова су многобројне, скуплене у амреласте гроздове, боје бледоцрвене. пријатно (на зачин, на вино) миришљаве.

## 8. СЛАТКА ПАПРАТ

Сладић, ослад. — Ево шта између осталог каже за овај корен др Леклерк: „Ово је у ствари, како је речено, користан лек за лучење жучи од жутице, који без надраживања црева и без икаквог силног деловања не тера јако напоље, већ само увећава количину излучене жучи, не изазивајући никакав бол нити какве појаве запаљења, у смислу прилива крви или грчева.”

Он је у исто време и лек против отечене слезине. Болесни-цима који пате од хроничног затвора, нарочито онима који пате од недовољног рада и слабости јетре, он прописује чај, састављен овако:

Корена од слатке папрати . Корена од  
слатког дрвцета Корена од шумске  
ангелике Воде .....

Прво се кува корен слатке папрати у води 1/4 часа, при крају тога кувања додају се друга два корена. То се остави да кисне 12 часова. Потом се оцеди и дода велика кашика меда. Узима се ујутру и увече.

Уместо тога може се узимати прах од истуцаног корена, по 1 грам, 2—4 пута дневно усред оброка. Иди течан згустак у пилулама, у дози-1/10 грама, тј. један грам поделити на 10 делова и узимати по 2 пилуле пре сваког оброка.

Корен слатке папрати је одвајкада важио као добар лек. Тражи се као Корен је укуса најпре слатког, а после се осећа као нека горчина, опорост и бутавост, нарочито кад је сув. У њему има лепљиве материје и једна нарочита материја (полиподин) која кад се узме у количини од 0,15 грама кроз 10 часова изазива чишћење без надражаја. А по обојеној столици види се његово деловање на изливање жучи.

Корен слатке папрати је дебео, меснат или дрвенаст и надалеко пузећи. Лишће насабено на дугачке и наге дршке достиже висину до пола метра. Перасто је, с дубоко урезаним режњевима, који су све краћв и мањи. Цело се иде врху листа. Главни нерв иде средином листа а споредни средином режњева. Расте по сеновитим камењарима, стенама, зи-довима, пањевима у шуми итд.

## 9. ВИЛИНА КОСА

Самовила, преденце. — Паразит је на конопци, коприви, лану итд. Такође сродна јој биљка — паразитира на мајкиној душици, детелини и др.

Болесници који имају жучне нападе с тешком столицом и надимањем услед много гасова у цревима могу да се користе овом биљком ради

олакшања стања у трбуху ослобођењем од гасова.

Према томе, лабава црева којима је потребно кретање и таласање могу се најзгодније лечити згустком од вилине косе у виду уваљаних пилула, у дози: 1 грам за 10 пилула; по 2—4 пилуле дневно, пре јела.

Овај лек делује неоспорно повољно на жучне путеве, ка-ко због тога што појачава столицу тако и што истовремено помаже лучење жучи у црево. Ту он игра улогу као специфично средство (Арто). Шимшир је осим тога и добар лек за знојење. Као средство против грознице и обољења жучних органа, шимширово лишће може се дати у облику тинктуре или алкохолног расола, у дози по 4 грама дневно (до 80 капи). Леклерк наводи како је излечио једног војника који је па-тио шест месеци од маларије и жучних поремећаја, а коме кинин није могао помоћи, и с мањом дозом спиритусне раски-селине (расола), наиме, дозом од 25 капи у води, пре ручка и вечере, за време од петнаест дана. Као средство за знојење шим-шир се кува у води, у дози од 40 грама сувог лишћа грубо иситњеног на литар воде, док се не укува до једне трећине, по-том се добро заслади шећером или медом, јер је горког укуса, и узима у 4—5 махова. Шимшир је сваком познат и нарочит опис није потребан. Треба само знати да су цветови једнодомни, да се налазе у истом пазуху листа, али не у истој чашици, која је мала и састоји се из четири дела.

## 12. РОТКВА

Често не знамо да ли код болесника постоје камичци или песак у жучној бешици, а потребно је побољшати лучење жучи; или желимо да се, да би се ублажили болови и напади, испразни жучна бешика и очисти од непотребних, нагомиланих талоба, или спречи њихово стварање, па стога дајемо средства која треба да повећају количине жучи или да помогну избацивање песка и камичака из жучне бешике и жучних путева, ако нису велики али су се негде углавили. У ту сврху даје се сок од роткве (црне). У последње време, каже проф. Бахем, препору-чује се сок од роткве у количини од 100 до 400 грама дневно (почиње се с мањом количином па се дође постепено до 400 грама и' потом умањује сваки дан по 100 грама). Чак постоје и продаји два специјалитета под именом „рафаноза" и „холо-зан", с



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.

## И. 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 грожданог шећера.

У популарној медицини нема ничег погоднијег и бољег од нашег слатког вина, шире — сока од зрелог, добро опраног грождћа. Наша шира је врло добар лек против застоја и недо-волног лучења жучи, тј. против могућег образовања талоба у жучној бешици, рђаве радње жучних путева уопште и истовре-мено *болвсти 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 талога, 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 лекова по рецепту Фрелиха и Васицког:

Лишћа од љуте нане (Рол. т. рр.) . . . . .

Лишћа од војвођанске<sup>1</sup> 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 шола одвара засебно.

<sup>2</sup> 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 зинова 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 посреди 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 избацавање, а то су зејтин и глицерин. О зејтину смо већ говорили. Глицерин 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 прости тинктуре опијума за време од 6 до 8 часова. После се та доза, ако болови не престану, може поновити. Али опијумске 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 млаво, 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.

<sup>1</sup> У клиникама и великим болницама, санаторијумима, врши се та-козвано дванаестопалачно цревно испитивање и оиећивање жучи (лићаше 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 обол.е хелије јетре — рад се најпре смањи, а после и сасвим поремети. Тада јетра обол.и у мањем, већем, или највећем степену. И мора се лечити.

Али пре него што прећемо 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 магнезијумом, 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 лакших случајева обол.ења 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 уморра 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 непријатан 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, жутим 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 **грожда**, **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 **лечеље 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**, **вришт**, **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-

<sup>1</sup> 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 избацавање урее (најопаснијег састојка у крви кад га мше него што треба) и соли из тела. Тако су ове биљке времено средство за избацавање 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, мећу 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 меса (ткива), а дсАује повољно на крвоток. Исто је тако лековита и његои 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 дневно<sup>1</sup>.

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, потопаи 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 избјеаен 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 смањи-вање 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 „

Алкогола ..... 100 „

Бела вина ..... 900 „

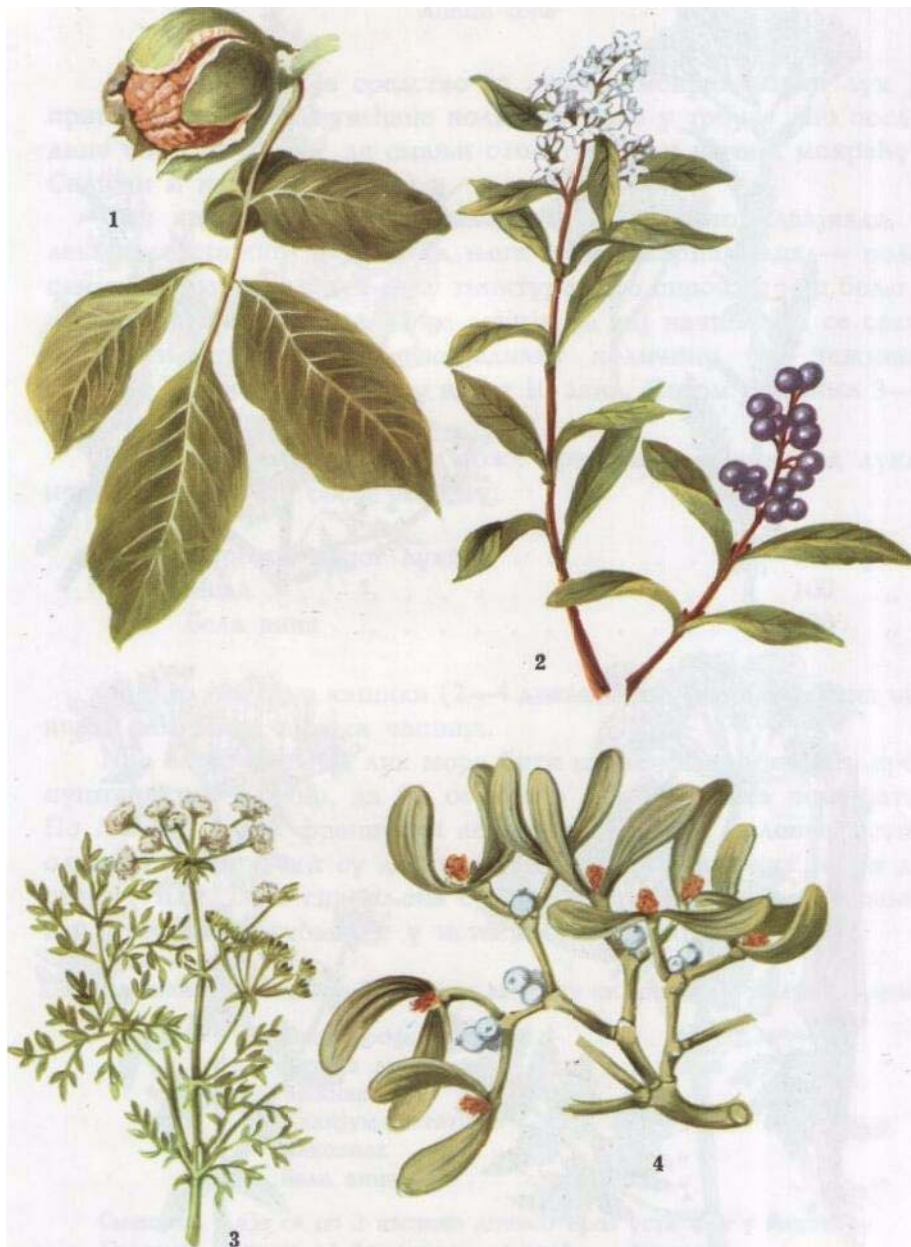
Смешати. Даје се по 2 **кашике** дневно кроз уста или 7 **клистиру**. *Болесној деци испод две године не треба га давати.*

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 случајевима 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-аппг. 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 аотгека 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. хирур-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 обољења 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 ослабелом 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 млаким годинама, склерозе, сифилиса и других болести, 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 измећу 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 (компикације)

### 2. НАПРСТАК

3. Пустикара, дебели тров, црвена пустикара, напрстњак. — Напрстково лишће (дигиталис) заузима прво место мећу 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 одрећивању 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 утврћено 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 одрећеним случајевца, тј. кад постоји:

1) Убрзана и у исто време неправилна рада 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 млаћим 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 млаћим 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 припада 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 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 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, захвамгјући радовима енглеског лекара Витеринга, као средство које тера на мокрење код воде у трбуху (водена болест), отока по вслом 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)<sup>2</sup>, 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 давати док не прође девет, па и четрнаест дана. Тако он најбоље делује. Ако поновно деловање не да добар резултат као први пут, иако 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 *шосле* 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 напретка 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 напретка (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;

<sup>1</sup> 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 напретка лишћа у народу неће бити ни штете ни омашке. Место овога могу се данас из апотеке набавити таблете дигита-лиса — по рецепту лекара.

Напретка 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 <sup>1</sup>. 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. Најбољи његов пре-парат је цедиланид. тттиаја 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. Побољшавајући затим крвоток, он у исто време помаже и бољем мокрењу. Наравно с тим утиче и на ћелије а ткиво бубрега, те они још бол>е 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 ишчезавају. 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 веднику кашику 6—8 пута дневно. Овакав начин примене сматрамо за најбољи.

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 извадени згустак, водено-алкохолни, по 0,02—0,2 (за апотекаре).

Тинктуре: 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 луди који пате од затвора, нарочито ако имају и шулеве, застој у области јетре, отеку јетру и слезину и томе слично. Зимом се може користити суво грожђе које увозимо из Грчке.

### 13. ЖУТИ ЗЕЧЈИ ТРН

Жуги метласти зечји трн.<sup>1</sup> — 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 насаћено, 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:

<sup>1</sup> 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 употребљава обично цвеће, но и лишће и махуне исто тако делују. Скувано лишће гдешто се употребљава у популарној медицини као цицварица против разних отока (отечених жлезда, наду-тих ногу итд.). У научној медицини сад се не употребљава."

Тако је писао пре више деценија. Мебутим, у новије време, најбољи представници науке нашли су да овај шиб даје један од врло добрих лекова кад се употреби у згодно време и против одговарајуће болести срца.

Овде ћу навести само сигурне резултате испитивања и лечења овом билком, према Леклерку.

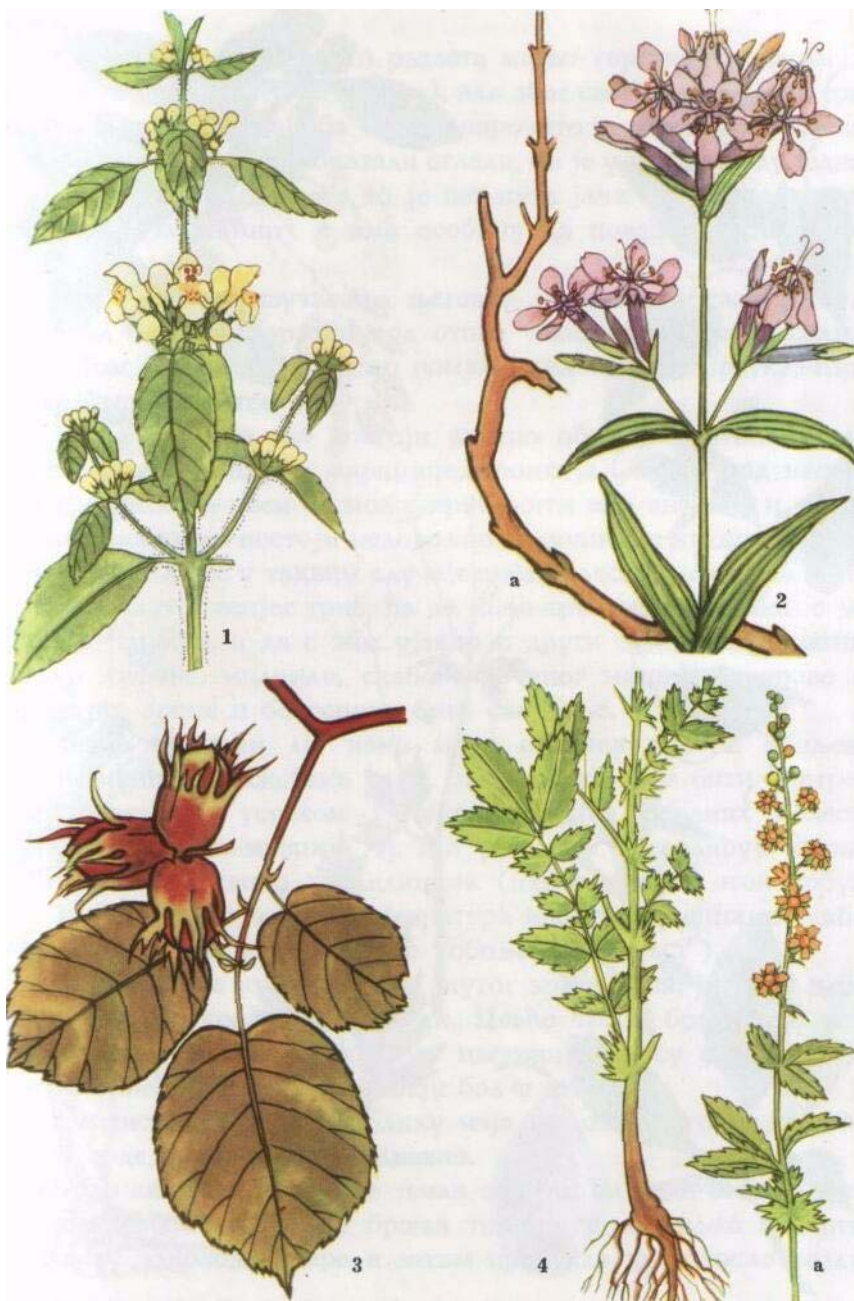
У овој билци има један јаки састојак, спартеин (који боји) и смоластих материја, које су још неодређене.

Сви стари лекари који су употребљавали њен цвет ради спречавања стварања камена у бешици, као и вино направљено од њеног. пепела, слагали су се у мишљењу да делује на повећање мокраће. Затим је ова биљка пала у заборав, док нису нови лекари (Фик, де Рамон и Лаборд) проучили физиолошки онај њен главни састојак — спартеин, и његово деловање на срце. *Пронађено је да делује динамички на срце* (путем главног центра), *али да при томе не утиче на мишиће срца*. Други су додали да он утиче на нерве срца и да спасава срце од деловања отрова, да поволно делује на спроводнике по срцу, тј. **на скупљање** и ширење срца, и спречава проширење срца.

Дакле, биљка врши неко сложено деловање, о чему научници могу да се договарају и дал.е.<sup>1</sup> Наше је да из тога извучемо следеће: да је најјаче и најважније деловање повећање мокраће. У том погледу највише је проучен сок од ове биљке, који баш и делује на мокрење. Али се показало и то да не делује углавном спартеин, којег има мало у соку, 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 наддражајну способност срца те овај лек има једино фитотерапијско значење код сталне неправилне радње 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-ие (5esale 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 употребљена 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. Најболи 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.

## НБРВОЗА 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 бил>ку 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 матичњака<sup>1</sup> ..... 10 „

Узимати по једну кашику сваког сата.

Најбољи лек се добија из свежег корена валеријане; вода — препеченица од валеријане, сируп спремл>ен 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

AlcoXo1 a 90% ..... 18 Ациае..... 25 „

Смешати и давати по 1 кашицицу 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 дневио, „Интре" само по 0,1—0,2—0,6 највише, и то по-најболе 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.

<sup>1</sup> 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'С, 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 свеж 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 кашицице 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 шолу; 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 вину, 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 зрна<sup>1</sup>. Може се зашећерити и закиселити лимуном.

<sup>1</sup> 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 цветова ничу из пазуха лишћа. Боја цвета је бела или обојена. Семенке су нешто угнуте на врху. Расте по обраћеним полима, усевима и празним местима. Цвета од маја до септембра.

### 3. ГАОГ

Црвећи глог, бели глог, чобаница. — Ко није упућен у деловање 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 Ценикс 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 Франдуској 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 **главног** 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** **судова**, где неоспорно **подстиче** њихово **ширење** у случају **грчева** тих судова услед деловања **супротних**, **сужавајућих** **нерава** **крвних** судова.

Из свега овога и **следи** примена глога као средства за борбу против **повишења** **крвног** **притиска** **нервно-подагричких** **болесника** (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** **болести**. 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** **кључале** **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 кратким 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 кашља, 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 крвних судова, услед чега се ствара напетост, дакле настаје опасност 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 <sup>1</sup> колико треба за једну пилулу

<sup>1</sup> 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 вину по овом рецепту:

Свеже биљке ..... 40 грама

Бела вина ..... 1000 „

Треба да кисне 8—10 дана. Узимати или давати по 130 гра-ма 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, колугка, 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 наслућује 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, зупчасто 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 ДОБИЈЕНА 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 другнх 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 чи-аени са животињама не могу у овом погледу да покажу оноли-ко колико искуство у примени алкохола крај болесничке по-стеле. 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 мокреће, 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 гру-пу 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 обол.е.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 по 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 оа 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 крвнб жиле 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 мокреће, *јер су се показали неоспорно корисни и делотворни.* „Ови чајеви“, каже он, „делују прво тиме што су течни, за-там што су јаче зашећерени; најзад тиме што садрже у себи извесне смоле које бу диуретичне (гоне на мокреће). У метла-стом 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 петељке 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 дивлег целера, шпар-гле, мироћије, першуна и ниске зеленике<sup>1</sup>, 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 запаења 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 напитак 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 шамггру 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, гол 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 *лишаљење*, 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 напиток 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 бол»а. То су доказали многи научници, почев од 1879, када је свила уведена у медицину, па до данас. По др Дифоу, најболи резул-тати 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 бо-снику штетити. Други један научник, Дикас, сматра свилу одкукуруза као најсигурнији лек и за стишавање болова код хро-ничног обољења мокраћне бешике и камена у бубрежној бе-шици и као најбоље средство за предохрану од песка у бубре-зима.

Треба је брати пре него што се свила опраши и на стаблу осуши; пажљиво је осушити и држати у добро затвореном су-ду, 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 заше-ћерен; 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 леко-витих материја зависи од землишта, климе, од времена бра-ња 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 бешнке — 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 запаљења и катара у мокраћној 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 лекарима 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-веденним трњем, које је често удвојено при чворовима. Лишће је скоро глатко и с кратким дршкама; доње троперно, а горње једноперно. Цветови 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 напитање 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 еклампсија. 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 спе-цијално немамо разлога да се не сложимо с видарима.

Вијошница је мала, граната биљка, с дуговечним жиличастим **ко-**реном; у току прве године је усправна, а после се рашири или полегне. Биљка 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 **камецитим** 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, спе-цифично 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 **боли** резултат него с **напретком**: 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 **пра-во** 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 јасена, 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 процењевину испарити до густине сирупа. То давати по 60—100 грама дневно.

По неким лекарима, 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 (Pг. repсlila) с висећим гранама; златни јасен (Pг. айгеа) са златножутим **кором** грана; с простим јајастим лишћем итд. Треба га разликовати од црног јасена (Pг. огпив) 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, де-бла најпре глатког, навише храпавог, са **кратким** и сјајним гранама. Лио-ни пупољци су црни. Лишће је наспрамно, лихоперасто, с девет до три-паест листића, **који** су **тако&е** наспрамни, на дршке **насабени** и **облика** јајасто-копљастог, или су дугуласто-рецасти, заоштрени, озго глатки, а **оздо** маљави. Цветови се развијају пре листа, немају **крунице** и **поре-ћани** су **у** наспрамне кратке гроздове: најпре усправне, а доцније нани-же 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 бубрежнрј бешици. Колико је то тачно — може се ви-дети 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 билка с разгранатим кореном и високим усправним стаблом, готово глатким и мало маљавим, до 6 дециметара висине. Приземни листови су изокренути и јајастии, 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 избацавање песка, камена и кристада из бубрежне бешике.

Она заиста пружа напитак који киси и гони на мокрење и који је врло користан за подагричаре с много мокраћне соди (врсте тзв. оксадата).

Спрема се на тај начин што се 60 грама његових зрна кува оет 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 слабим 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-требни 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 напрукту 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 справла 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. Амреласта грозд цветова је на трима главним гранама. Цветови слатко миришу, бвле 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 употребавати 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 топлом 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 сполној 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 исцећевина 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. ПРАЗИЛУК

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 поморанцасте 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 сполној 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.

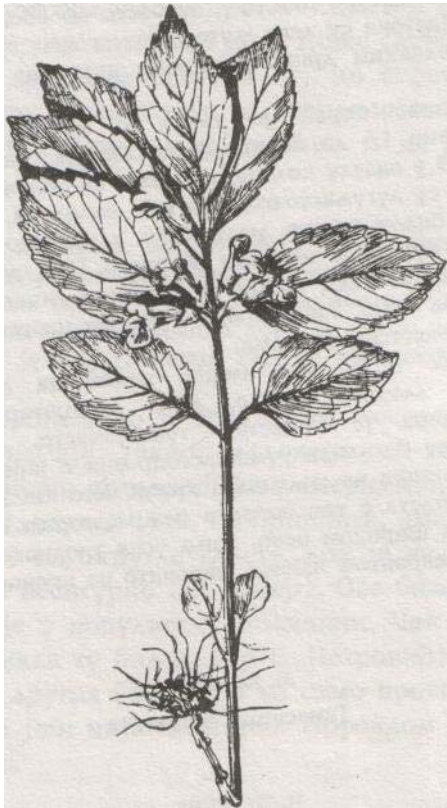
## 27. КОКОТАЦ

## 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-елипасто, са суженим крајем при дну, зупчато 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--јајести, а горњи су дугуласто-округли или копАасти, 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. мајвајна<sup>1</sup>. 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, тупозупчато, до 4 центиметра дужине. Цветови су бели -или ружичастоцрвени с јарко црвеним **пегама**, по 2—6 у пауху 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-таља: мај—јун.

### 30. КАЛОПЕР

### 31. ПРУДНИК

Ове две биљке 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 биљка 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 биљка 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 биљка.

Како ова врста тако и сродна јој самирао немају таквог деловања на глисте, али зејтин од прудника (*Oleith scapurosli*) 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 биљку (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, жутелъ. — 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.

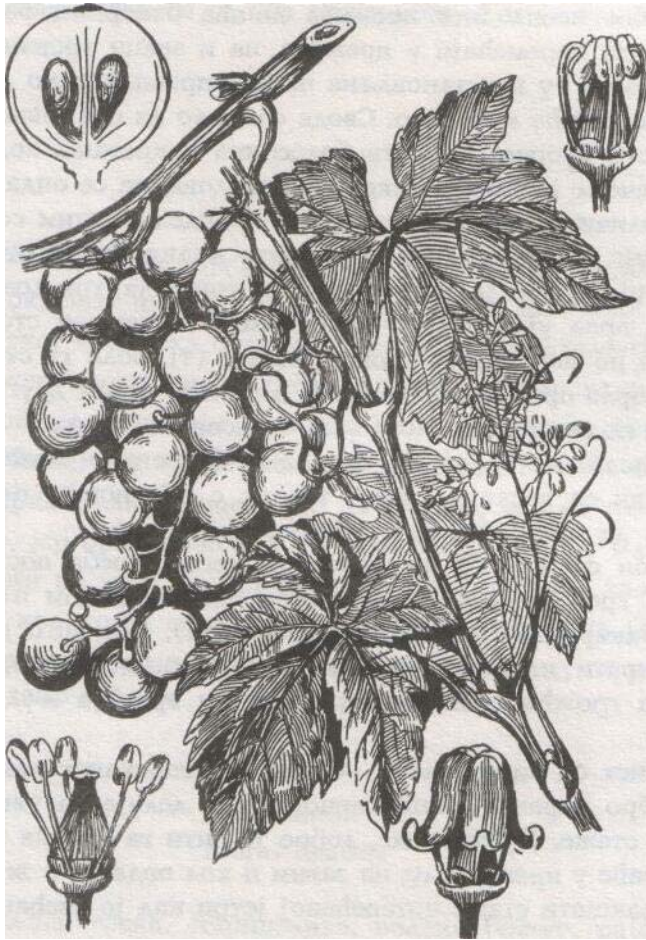
## 34. ВИНОВА ЛОЗА

**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) грозђе се употребљава и даје добре резултате против хроничног запаљења бубрега (тзв. Брајтове болести), и талоба и песка у бубрезима.

Примена грозђа 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 недеља, 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 бо-ље, 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

Миришлагава 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 дошла 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 средство 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 сурутки, 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 лечењу 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 најбоље 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 — итавел

## 39. ПАТЛИЦАН

Род патлицана, црвени патлицан, 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

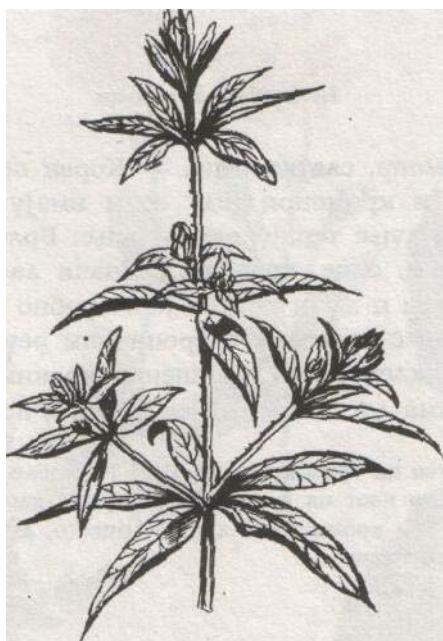
Слатки кромпир, слатка репа. — Корен ове биљке садржи **Јиаста** скроба. Ти кромпири једу се и имају укус артишоке. **Крпмттири** од градуње терају на мокрење. Врло их радо једе и **сжжа**: коњи, козе, овце, **краве** итд. Значи да им чини добро. **Зкго** нх могу јести и **људц** којима је потребно обилатије мокре-**е**: старији људи с подагром и хроничним реуматизмом, а **сла-бим** бубрезима, склерозом и повишеним крвним притиском. Код **иас** 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** и **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 луде, којима кафа шкоди, није наодмет и боље је него разне друге кафе „без кофеина“. У неким земљама применивана је тинктура од сунцокретовог цвета у лечењу грозничавих 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 против стварања ситног камења у бубрезима (бубрежном левку) и у мокраћној бешици. Употребљава се корен, и то у трећој години биљке, кад је слободан од спорих покривача и кад је сув. Даје црвену и јарко црвену боју. На 1/4 метра испод земљине 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 Европи. 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 обландима. 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 припрежити 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-куллозних 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 по-бољшању реуматичног стања. Као лек припрема се овако:

Цветног дела билке Воде загрејане до  
90'С

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 лневно 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 раетворливе 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 мо-краћних путева и мокраћне бешике. Тешко је каткад и одвојити деловање биљаке на саме бубреге од њеног деловања на мо-краћне путеве, али ипак има биљака које више и сигурније делују 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 фе-нол, 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 прах у смеси 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 „весецесан" (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 накваси) 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 обликом 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 ако гж 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 надражаја 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, **хинћувак**. — 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 дрвцета<sup>1</sup> 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.

<sup>1</sup> Видети о тој биљци у глави „Заразне болести и грозничава стања".

## 8. РАСТАВИН И НАНА

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

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

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

## СИПАНИЦА

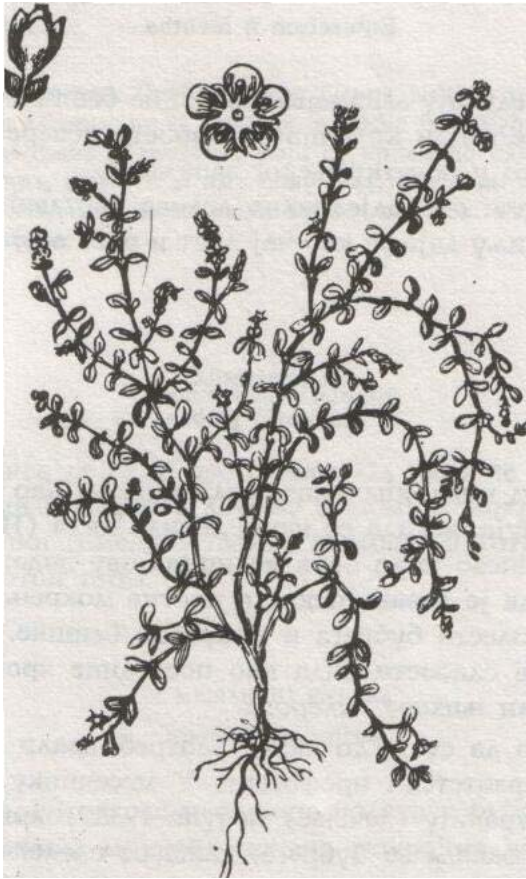
Трава од киде, килавица, килавник. — Као што само име ове биљке казује, некада се њоме лечила кила (Негта). Др Сава Петровић писао је да нова медицина ову билку не признаје, мада наводи да је давана некад и против мокрења песка и уопште против болести бубрега и мокраћне бешике. Такође је давана и против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

Сви знамо да су је до данас употребљавали и народни лекари 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 грожђа и си-панице, тј.

Пошт иуае игз 1 Негта негтадас  
подједнаких делова

Дакле, овај лек није напуштен, него се, напротив, употре-бљава у медицини. Нерецки и Кругне констатовали су да ова биљка 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 биљка 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 биљака 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 ПОРЕМЕЊА 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 наклоњен 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-трава на српском језику), биљка 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 урожене гојазности постићи исти резултат као и с тиреоидном. Ова биљка 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 жлезда. У Америци ова биљка 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 кралјеви 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“ (гута), 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 ноzi 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.<sup>1</sup> 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 (сиптезом) 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 — маслчак; 4 — кандилица

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

*Пршедба:* 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 поменути 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 узетр 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 развију 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) као Дика 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 **кодичине** ових материја (1/2—1/4. па н 1/10).

Лек се спрема на овај начин: семе се стално прелива **клу-чалом** водом. Затим се у тој течности раствара **шећер** и **гуми-арабика**. **Процедн** се и упарава **док** се не добије **сирупаста маса**. **Узима** се **4—6** **кашика** **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** **код** **подагре** с **реуматизмом** и **песком** у **бубрезима** (30 : 1000). Дозе су **као** код **јасена**.

Ова **биљка** је из **рода** **крсташица**. **Стабло** је **н>ено** **цилиндрасто**, **ли-шће** **овално**, **копАасто** и **зупчасто**, **заоштрено** и на **дршке** **насаћено**. **Ста-бло** **достиге** до **1** **метар** **висине**, **слабо** **гранато**. **Цветови** су **крупни**, **пур-пурни**, **плав**и или **ружичасти**; **махуна** **округла** и **дугачка**. **Расте** по **суш-ним** **ливадама** и по **зидинама**, **гаји** се и по **баштама** **као** **укра**с.

### 5. ТРЕШЊ

Као што је **многама** **познато**, **петелџке** 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 **биљку**, од **које** се **данас** **употребљава** **тинкту-ра** од **корена**, **алкохолатура** од **лишћа**, **као** и **екстракт** из **корена** — **иако** је **подесна** за **лечење** **подагре** и **њених** **напада**, **не** **треба** **припремати** **код** **куће** и **употребљавати** **без** **контроле** **лекара**, **јер** је **врло** **отровна** и **изазива** **појаве** **које** **могу** **да** **уплаше** **боле-сника**. **Боље** је **лечити** се **њоме** **само** у **спремљеним** **апотекар-ским** **лековима**: на **пример**, **капљицама** **дају** се по **5** **капи** на **шећеру**, при **нападу** **болова** или **код** **промукло-сти** (**највише** **10** **капи**)

Тинктуре 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 *каћуна* је оштар, али *т* нисам могао да га изоставим, јер је добар и специфичан за *ж»лагру*, а *мећутим* 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).<sup>1</sup> Ко је вешт да себи спреми или је у могућности **да купи** у апотеци — може искористити против подагре и ову комби-вацију:

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

Томе **се додаје:**

3 грама 2 „

## 50

Медовине са соком од лука<sup>2</sup> 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** поплавлене.

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**.

<sup>1</sup> 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 талога, 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 **растварања** **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.<sup>1</sup>

Главно је да се **стварању** **мокраћне киселине** и другим са-стојцима талога 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-

<sup>1</sup> Један пример само: „Јапанци“, наводи проф. Лепер, „не болују од подагре, ни акутне ни хроничне, док су Енглези, Французи, Шпањолци и Немци полагагричари. 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 ноzi, 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 наступити услед акутне или хроничне гушобоље и крајника преношењем путем 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 таложелје 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 дале 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-дариле.

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.

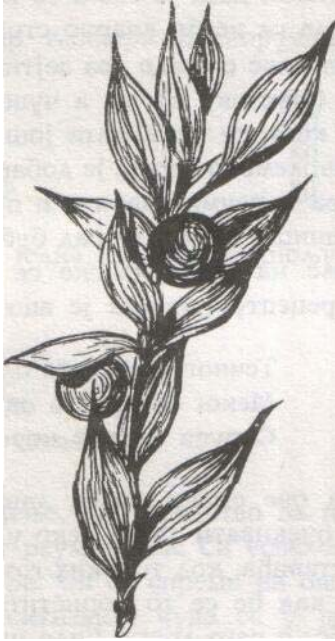
Сируп се спрема по рецепту:

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

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

## 2. КОСТРИКА

Мишји трн, вепринац, трнобор. — "Употребљава се куван корен од овог шибана 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 квариио 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 **кључале** воде, и то пола литра чаја дневно. Или се из ли-пАа спреми течан згустак и даје по 1 **кашичица** пре ручка и **гре** вечере.

Код хроничног реуматизма др Леклерк препоручује ову **смешу**:

100 грама †

Листа од црне рибизле . Листа од **белог јасена** . Цветног врха од **медунике**

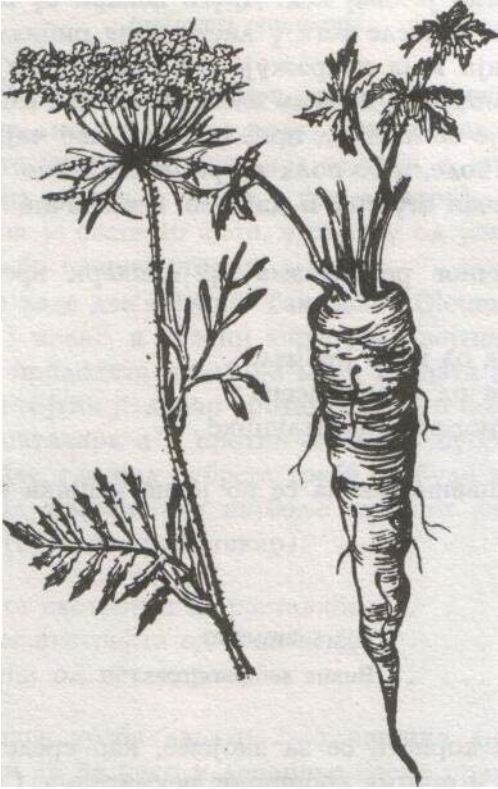
Од ове мешавине **узима** се по једна **кашика** на шољу **кључале** воде.

#### 5. ШИМШИР

Ова биљка користи се за знојење, као средство за пречи-шћавање **крви**, 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 **укува** једна четвртина (тј. да остану 3/4). Тај **напитак** треба дати у 4—'5 пута, с размаком; али га претходно добро засладити, јер је прилично горак и непријатаи за пиће. — Шимшир је свима познат жбун.

#### 5. МРКВА

Шаргарепа. — Сок од **корена мркве**, у дози 50—150 грама дневно, и више, може се код реуматизма и подагре применити **као очиститељ крви**.



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-лисане) 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 каранфили-ћа с јодом, по овоме рецепту и сразмери:

Зејтина од цвета каранфилића  
Јода ..... 10 капн

Утрл.ати 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 ржаве 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 изгача 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. КОНОПЉА

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 балзми 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%-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 ириморског 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 трл>a-ое места где се осећају болови од реуматизма.

Нпр. по рецепту:

Камфорног зејтина . . Есенције од терпентина .	100 грама 2
Маст за трљање против болова:	
Есенције од терпентина . Камфорног зејтина . .	40 грама 10
Есенције од рузмарина	

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 округлао 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 преоптерећена, повећана, осетлива при пипању; или, мада је с те стране све у реду, ако се мерењем увиђа 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-зам 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. Најболе 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-брезе 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—12 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 страниј 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 искори-шћавања 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 про-учи 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 бо-лести 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, веле 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 бриге, 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 гуштерача 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-карбонородне минералне воде (Врњци, Рогашка Слатина, Аран-ћеловац). 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.<sup>1</sup> 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 деловање, 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. ОДОЉЕН

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 старне ..... 2 грама

Калцијум или натријум-бромата .... 10 „

Воде ..... 300 „

По 3 дезертне (2 кафене) кашике дневно после јела, у ма-  
ло 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 истеривање 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 (апотекама) зове се украт-ко „Семе-против“ или У том „семену-против“ главни састојак је лек сантонин, који делује против шећерне болести (као што делује и против гли-ста). Зато и уводимо ову биљку у праксу и у врсту лекова про-тив шећерне болести.

Као што је тамо речено, против глиста се употребљава чај, у дози од 10 грама на литар кључале воде, а за прашак од тога „семена-против“ доза је 1—10 грама дневно. С овим прахом мо-гу се правити чоколадни колачићи, бисквити (или наше гура-бије; доза 0,5 грама, пола грама у свакој гурабији). Али за наше циљеве 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.

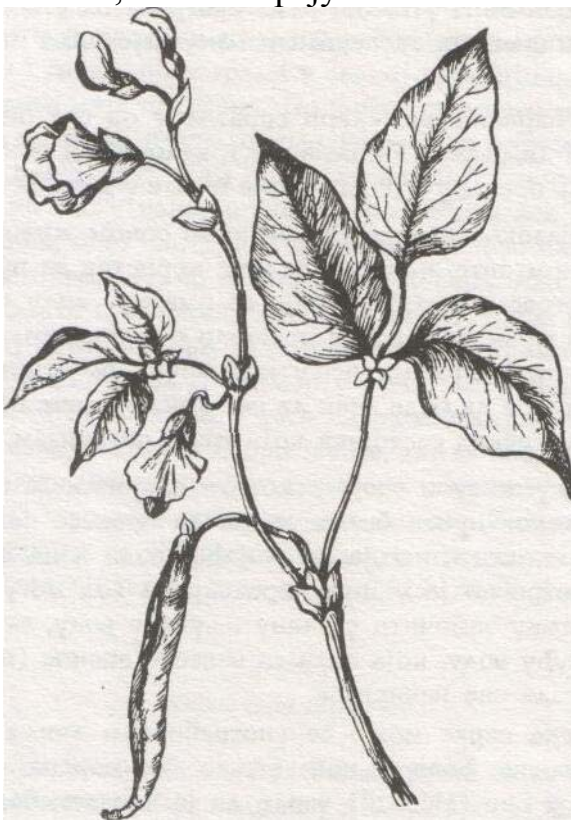
Доктор Залакас је спасавао оваквим соком животиње отро-ване никотином, што значи да је угас користан за пушаче. Али • приликом његове употребе морају се имати у виду извесне по јаве, како би се за неко време престало с примањем, а то су бо-лови у бешици и при мокрењу код неких болесника који га узимају.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

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 убла-жава 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 хи-драта, 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 ика-ких претенциозних мисли, да је после појаве моје књиге при-мена 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 оvas. 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 **ћознато**, имају велико значење 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, шткодљиве 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, илидалматинског) ..... 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 снажи 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 такође може добити у апотеци; и
- 7) наше обичне кичице и згустка од ње. Дакле, од свих ових седам састојака четири су из наших домаћих биљака; 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 брашна 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 такобе 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):

<sup>1</sup> 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.

<sup>2</sup> *Лечење болести: јетре, унутрашњих жлезда и поремећаја исхране. Аечење 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 ефи-касна „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 стериним, 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 (Тропеџа (оџшп егаесшп))

Течног екстракта свинде Сирупа 79Грама а поморанџе .

Узимати по једну кашику, пре јела, двапут дневно.

## 10. РУТВИЦА

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

тек онда долазе пшеница и раж. Храна у којој има највише ни-кла 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 бодести и посде тога, кад у телу постоје разни токсини (отрови) које су излучиде заразнеклице, било то клице грипа или трбушног тифуса, дифтерије итд. — 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 пруже 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, лудима 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 довол-но 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 уреде 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. паратиroidин (у дози 0,05—0,1 грама). Најбоља комбинација за кречни лек у случају недостатка мннерала 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-мннима.'

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 паратиroidином 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 педесете године, не траже обично ни креч ни фосфор; њима су по-ребни само крвни очиститељи, купања и чист ваздух.

<sup>1</sup> 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 развитка 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 дојила 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 флекумама 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.

(Видн 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 распротрли. 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 додати по 1 кашичица сока од корена маслачка. Сок треба да је свеж и из пролетњег корена. Чај се може зашећерити и укус 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 гвожђем, које црпу из земље, претварајући гвожђе у органско је-дињење Сељачке чорбе, зељанице, пите, гибанице с месом, празилу-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 послатице, кобасичар-ски производи итд. у невреме, између оброка и пре јела.

## 7. ГРЧИЦА

Грчица се показала као врло добро средство у лечењу скор-бута (ржавне 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 болесници 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 кљу-чале воде. Пити по 2—3 шоље дневно, пре јела. Алкохолни расо. узимати такође пре сваког оброка по 40 капи у мало воде.

Најбоље је спремити вино за које је професор Робен дао овај рецепт и упутство:

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

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 рђавог 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 стаблици. 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 у кљу-чале воде. Делотворнији је свеж сок од стабл»ике 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 бид>ке:

## 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 напитак (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 гра-ма на 1000 грама воде и узима шољама ујутру и пред вече.

## . ОРАХ

Протнв 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 стабљике 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.

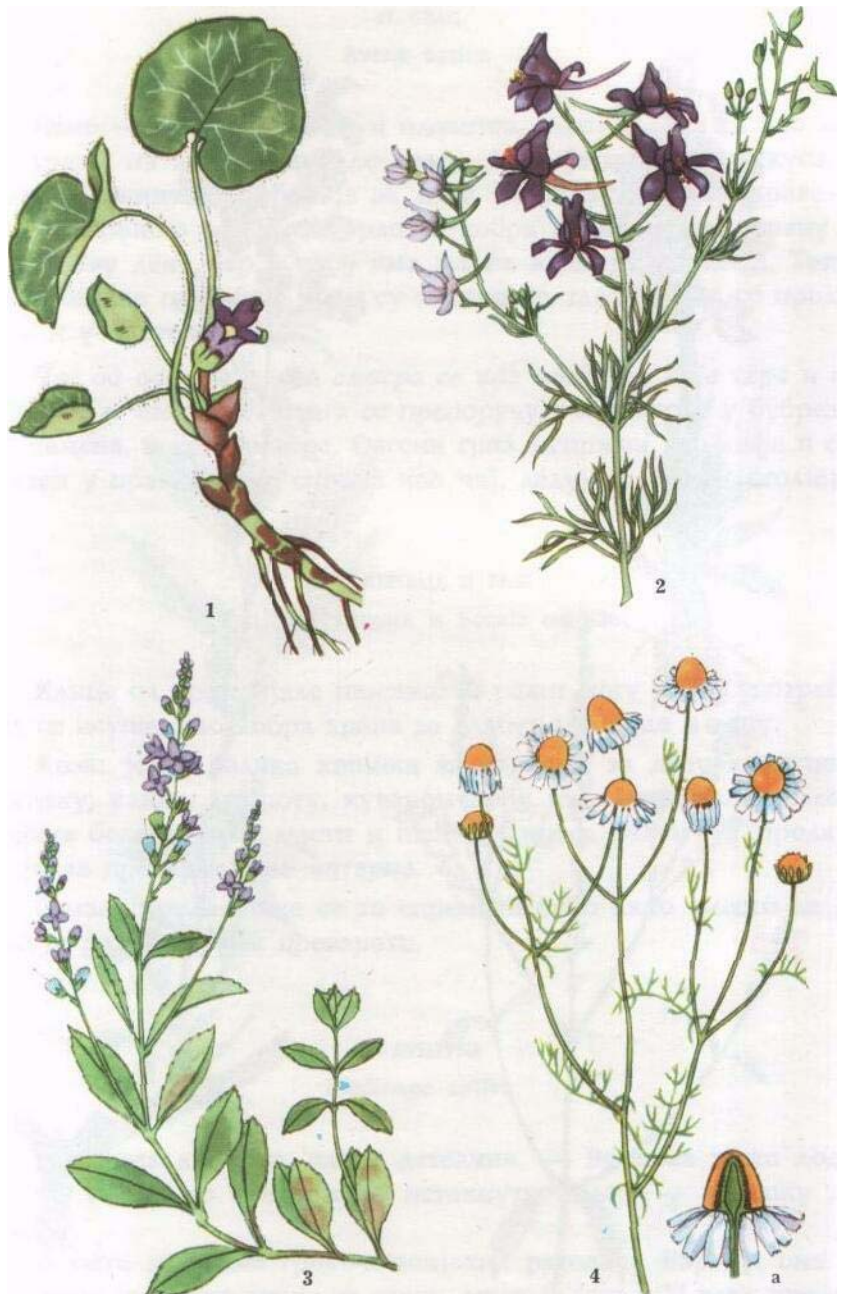
Разводник је шиб висок до два метра. Цвета лубичастог. Стабљике су дрвене, лозасте, валкасте, гранате и држе се уз шибле. Лишће на дршке насаћено, тамнозелено, по ободу цело, на врху заострено. Кад су зреле, бобице су јајасте и црвене. Расте крај потока и по влажним шу-мама, а цвета од јуна до августа.

## 16. ШИМШИР

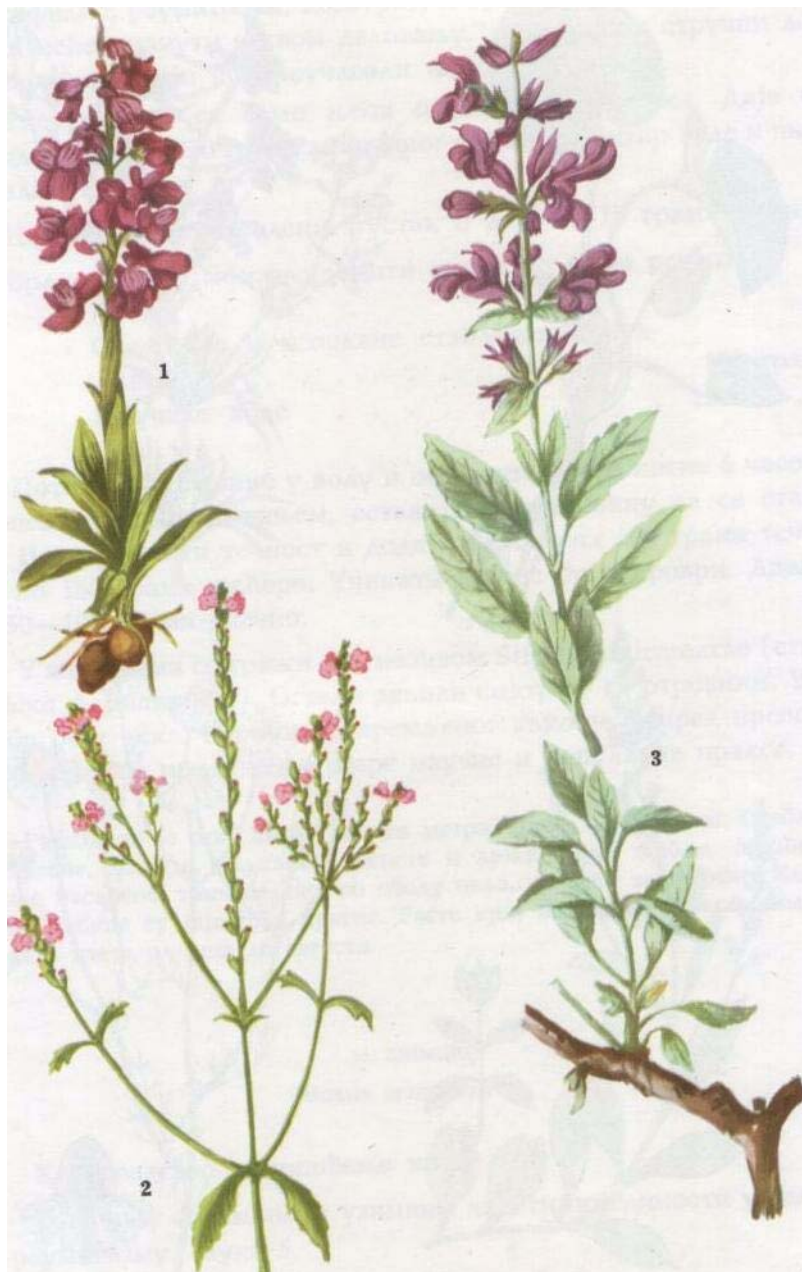
Као средство за чишћење крви.

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 организм. 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 иа гласу да су се прода-вале и у апотекама.



Чај од овсеног гриза сматра се као средство којв тера и на мокрење и гаси жвћ. 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 слабуњава 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, гвожћа. 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, димуону, помо-ранци) и витамин Е (у месу, 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 дуговремени 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 једна 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 напитака, претходно разблажен водом или у каквом другом саставу. Алкохолни раскис се узима 2—15 грама дневно. Још једноставније је узимати два лимуна на литар кључале воде за лимунаду.

Овај напитака 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 пулољака . . . 100

По једну кашику свака три сата.

## 23. ЗЕЧЈИ ТРН

Чај од корена ове наше билке може заменити друге напитке који су уживали глас да као одвари чисте крв (одвар од сарса-ариле 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 мироћије ..... 5 „

Воде ..... 1000

Кувати корен у води док се не укува до 3/4 литра. Онда попарити тиме плод од мироћије 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 малокрвности, бледоће у доба детињства, слабости у доба пубертета и такозваног обнавл>а-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 већином као средства за апе-тит или мокрење, 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 шоља 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, гвожћа 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-бнзле, вишње, грожће, крушке, шљиве, 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 виноградима. Шиб је бодљикав. Мрко грожђе 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 болести — 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 умање 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, пдућима, 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 наполе, 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 подударују.

## 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

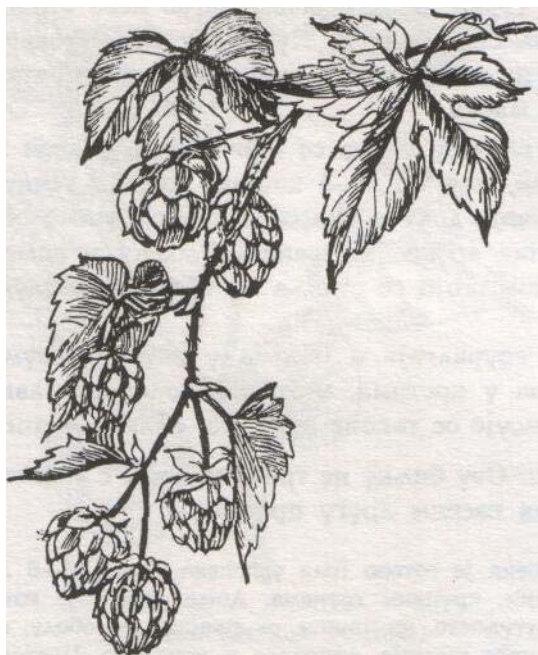


Кључале воде ....!..... 100 „

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 обланама. 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 врбеном, која има сасвим другу примену.

Дивља врбена је готово гола усправна билка, 3—6 дециметара височине, 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 спремао 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 главоболе 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. — „Valere" 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 билци, 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).

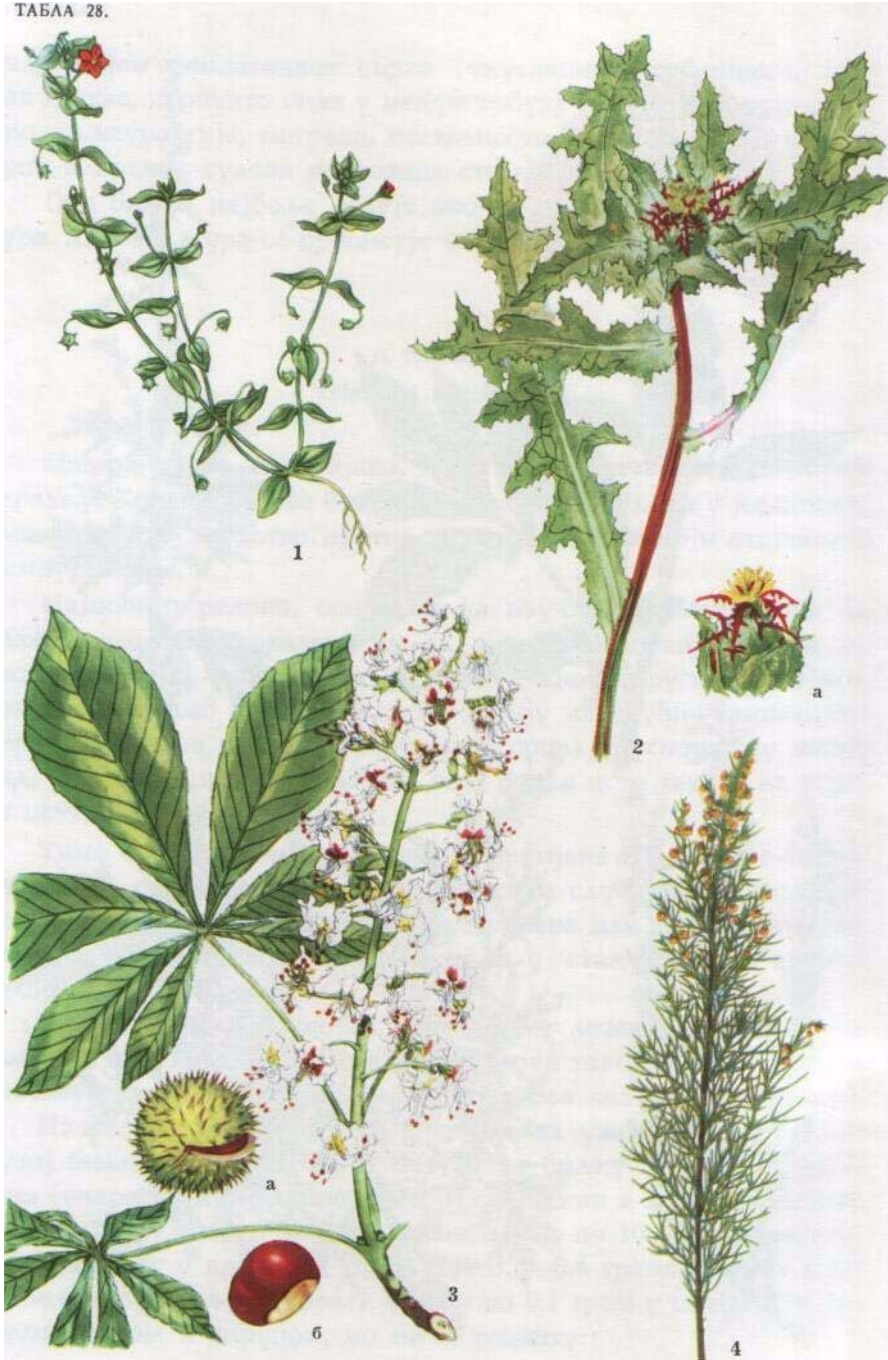
Из овог следе и извесна правила за узимање валеријане. Сувој биљци треба увек претпоставити билку која је стабили-сана (учвршћена и једнака у својој садржини и количини лека). Мек екстракт давати по 1—3 грама, течан по 10—15 грама, исушен екстракт у прашку (т1га11) по 0,2—0,6 грама дневно. Овај последњи 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 (Раеота 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 **доза** 15—30 грама **корена** у литру воде. Такозвана „нервна мешавина“ састоји се од 30 грама корена валеријане, 30 грама **лишћа** нане и 40 грама грчице<sup>1</sup>. 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**, **кенином**. 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 **аеног** 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, зупчато. 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** мајке 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 хорее, 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 невољно 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 шупља 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. Порећани 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 шупља 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 продив 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 хвалили 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 спопадну 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 научници, као Делиу и Савињак, препоручивали су је као специфич-ну билку 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 слојевима на Западу, у свима случајевима кад има нешто да се уми-ри, да се стиша: код болова у стомаку, падања у несвест, нервних 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 друге 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 хлаВењем 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-коп.ласто, слабо зупчато. Цветови су јарко црвени, ретко бели, у округлим китима, главицама, на трима дршкама. Расте по сувим брдима, сунчаним шумама, по јарковима, нарочито на кречном тлу. Време цвета-ња: 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 дело-вање. 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 **биџка** 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** главоболе 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 **кључале** 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 **напитак**, због свога укуса, **тешко** гута, препоручује се и други облик лека: **истрљани** прах са шећером, 3—5 грама тога праха дневно. Пример за рецепт:

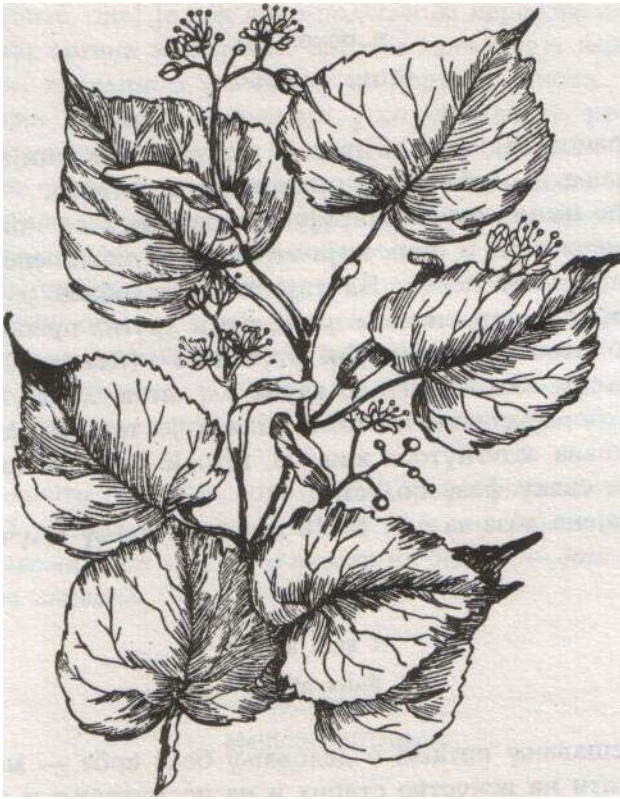
Свеж прах од беле раде или титрице, **истрљан** са шећером (колико треба, 2+2 грама, 3+1 грам)=4 грама (дневно).

**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 **апе-тита** (др Алимат — Монпел»е). 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 лепливом 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 ослобаба 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 млаћних, 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 кли-стира (клизме). А њено својство да смањује полне прохтеве, тј. да делује против полне узбудљивости, онде где је она сувишна и штетна по опште здравље — потврбено 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 луде и стога што крепи органе за варење. Зато се примењује и од болести с повећаном киселином у стомаку на нервној 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 упут-ству: 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 је 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 наддражај великог симпатичког нерва.

Чај треба узимати после јела, јер он помаже и варење.

## 28. БОЖУР

Штир црвени, тратор. — Божур расте као дивља и као гајена баштенска биљка и цвеће.

Као тинктура (сува биљка наквашена у алкохолу) у дози 5—15 капи дневно може се употребавати против епилепсије, као што се то чинило у старо доба. Против епилепсије примењује 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 нега 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 висине, завршавајући се многобројним, малим, жутиим цветовима. Цвеће мирише јако на мед. Лишће је ситно, танко, уско, дугачко, с оштрим врховима, с једном жилком, по 6—8—12

листова у колелу, 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 кључале воде. Потплатуша 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 кључале 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. Цвсће 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 биљку 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 пријазам, сатири-зам, нимфоманија, тј. стална надражљивост. и похотљивост му-шкараца и жена,- која је штетна за изнурене организме.

Зато уместо других, јаким 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 човеку. Чувеном грчком лекару Диоскориду сок од дивље салате служио је као лек да умери полни нагон оних који тај нагон злоупотребљавају, а дру-гим 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 употрвби свуда гдв је опи-јум 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 пасифлорин 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. Дobar 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) — откривено 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 онаквом облику и у рноликој мери колико се то по нашем мишљењу може допу-стити) 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 одрећеној дози, може дати: у слу-чају 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 кафене 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 године, 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 правити код куће. нпр. масти, пилуле итд. То треба поручивати у апотеци.

Велебиље (беладона) има дугогодишњи корен. Стабло достиже висину 1,3 метра, личи на коров, зење, расте усправно, има много грана;

голо је или слабо мањаво. Лишће је заострено на врху, прилично крупно, јајасто, без зубаца, с кратком дршком, нагнутом наниже. Цветови су усамлени, на кратким дршкама, у лозничастом пазуху стабљика и лишћа; чашица — звонастог облика. Цветна круница плаво-орасоваста, 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 лишће од бунике. „У њој има отровног састојка који се зове хио-сциамин, деловање му је врло слично деловању велебиља (беладоне), 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 биљка 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 осдаби.

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 стабљници, 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 билџка, 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 Трусо 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) покваси се у 50 грама јаког одвара од татуле, коме треба додати 6 грама 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 се само под наведеним условима 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 готово свакоме. Стабло јој је високо до 6 дециметара, с гранама које се одвајају кашикасто. Лишће има дршку, велико је, јајасто-округлог облика, 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 округла, обрасла је меким боцама и садржи много семена. Расте свуда дивље. Време цветања: јул—август.

## 39. ПОМОВНИЦА

Црна помоћница, мрачњак. — „Разликује се од разводника, паскавице тиме што јој је цвеће бело, што је бобица црна, што је стабло зеласто, с четвртастим гранама и лишћем, обично зупчастим и ћошкастим, реће целим" (др Сава Петровић).

Садржи у себи материју соланин, којом и делује. Стари лекари употребљавали су ову биљку кад пече у стомаку (Диоскорид), 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 не су прављене 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 такође слабијом, тако да је најбоље од ње правити одмах алкохол-туру. Најбоље делује у облику исцеђеног сока од биљке у пуном развоју, мада је то време кратко. Овај сок се узима помало 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 против 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 а фригире (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. нај-више 10 капи. Као пример:: по 5 капи на шећеру у случају напада, жигова и јаких болова. „Али ове дозе (наро-чито 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. Добар 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^ спремл.еном по овом рецепту

Екстракта од кукуте Сала, лоја, масти

Или се то прави на брзу руку, кад нужда захтева, на тај;

иачин што се на кожу од гемзе — дивокпзе (у алписким крајевима) или на кожу од питоме козе (у нашим крајевима) илн, 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 трл.ању 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 коначца симпатичког нерва. Затим се може давати против хореје (тзв. игре св. Вита) — дечје 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:

Тинктуре од чемерике Ланолина . . . . . Сала (свињске масти) .

Њоме се мажу у танким слојевима места где се осећа бол,отровна је биљка.

Чемерика је висока билка, 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, бригаама, 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 органа 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. ваганитиса) 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. скупља. 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 нерастворљив 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 фабрици. 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.

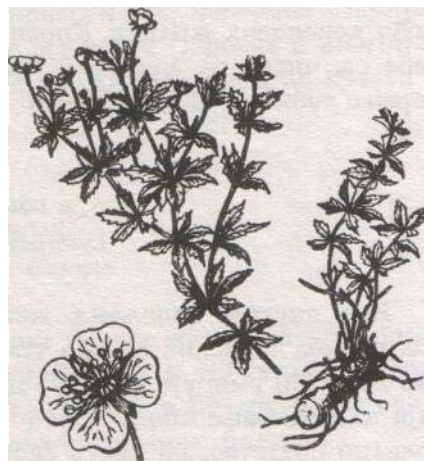
Многи научници (Дифур, Гужоје, Ломоније, Дирије и Делије) потврдили су њено јако и сигурно деловање код крварења из материце као лека који брзо стеже и убија чак и бациле (код дизентерије). Чај се спрема од цветних врхова, у односу 30—40 грама на 1000 грама воде. То може и да се пије, па да не штоди (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 основицама, 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 срдоболје

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 развличити 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 интересантно 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 крвари 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.“<sup>1</sup>

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 поморанчина 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 ушенцима. 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 употребљавала.

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.

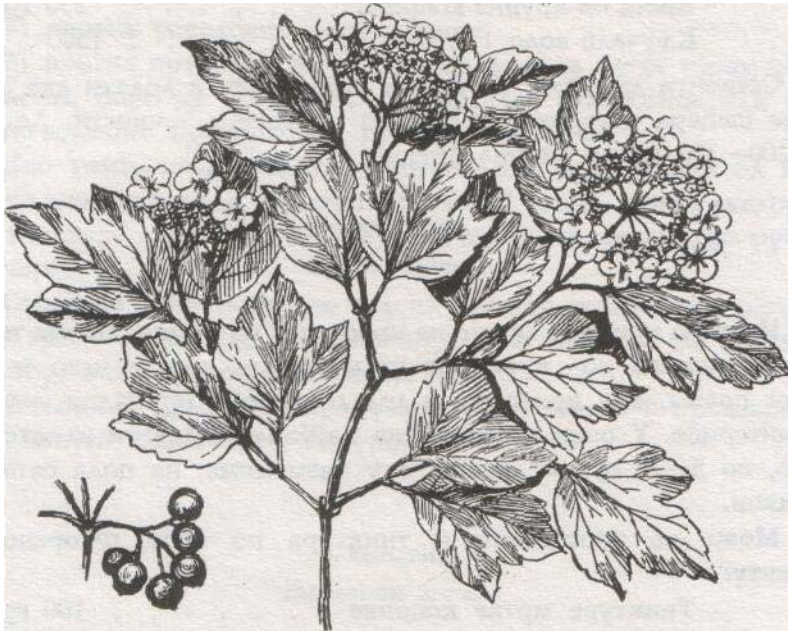
## 8. ВИНОВА ЛОЗА

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 грожђе). 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 развиту тела (закржлалости, жлездичавости, слабих костију и ткива итд.), као и исцрпености 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 нзлишних компликација ако се у доба развита, дакле у доба од 12 па до 18 и 20 година, правилно развијају физички, пра-вилно хране и правилно живе. Ту треба разумети живот и рад на свежем ваздуху, гимнастику, узимање посебне хране с кал-цијумом, фосфором, гвожВем и другим минералима и витами-нима, без алкохола, шећерлема и посластица, и правилан ноћни одмор, без дугог седења, играња итд.

Кад се појаве неуредности и бодови 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 луди. 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 изгу-било 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 изазва-ти месечно прање, па и побачај. Мећутим, утврћено је да је она у стању само да има неко деловаДе на изостанак менструа-ције 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 **кључале воде** 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.

ТрнOMET 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 јајастог 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** **кључале** **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 обу-хватају



стаблику. Лишће је пласнато, доста дебело и перасто, подељено на једнаке, кратке, ћошкасте и зупчасте режњеве. Све је цвеће цевасто. 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 правога омотача. Плод је нешто длакав. То је обична биљка, расте свуда по Европи. Цвета преко целе године. Омилена је птичја храна.

## НЕВЕН

Жутелъ, невеново цвеће. — И у ранија времена цвет не-вена употребљавао се против болести трбушних органа (оте-чене слезине, оболеле 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 бодове и укудиком све оне тегобе које долазе с неревовном 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 — мрзовац а — плод (чаура) са лишћем;

2 — зечја лобода; 3 — бор, 4 — вранилова трава  
ТАБЛА 30.



1 — трешња, а — гранчица, б — цветови, в — пло дови; 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. Илн 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, изобразано и рапаво, ситно жбунасто. Лишће му је лоптичасто, затубасто,

аело ИАИ с раздалеким 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 наранцасто-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 Јува 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.



## Седеф

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 седефу досада, да би се избегле рђаве последице које он може да изазове.

„Седеф 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 седеф је употребљаван и у лечењу болести материце при којима престане или се смањи мен-струација.

Наше жене добро познају ову последњу особину седефа 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 млаћих) ова биљка се примењује у мешавини с кимом иаи матичњаком или мајкином душицом у једнаким деловима, као чај. Као средство за отклањање тешкоће у стомачној 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 пера-сто 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 жутиим 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 материцу, показало се истинским. Она је нарочито за препоруку код тешке менструације с боловима. Ту делује двојак:

1) као средство које крепи, појачава мишићну снагу материце, 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 прописати 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 употребавати 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 (клизир), 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 Ципс 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, кожна 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 споља лкковита молсе, ако се унесе у организам, да отрује човека*. И обрнуто, она која изнутра чисти органе и крв од штетних и отровних састојака — *споља* 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 кожних болеста, 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 кожних 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 кишелења 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 право за сипљиве луде.

Лек се спрема као напитака 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 меша-вина за плућа.

#### 4. ДАН И НОЋ

Ликино око, дивља маћеха, божји цвет, милованка, љубица тробојна, сиротица. — У овој билци је нађено средство које се употребљава у лечењу реуматизма (тзв. метил-салициликум) и болести коже. Раније се ова биљка употребљавала и код си-филиса, кад људи нису умели одвајати једно од другог. У по-следње 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 биљка може донети користи код кожих 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 стабљици, по 'великом споредном лишћу налик листовима који имају нејед-наке и дубоко исечене делове, од којих је крајњи највећи, најлоптастији, тупо заокругљен. Бил>ка 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 ра-ствара 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 киселило 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 употребви 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 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 стаблика 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 лепо, бледоцрвени или готово бели, у густим гроздовима или китама на крају стаблике, праћени малим, копља-стим заштитним листићима. Чашица цеста, без пераја. Крунични листови су обрнуто срцасти с два оштра зупца на дну. Расте по бреговима, поред ограда. Време цветања: јул и август.

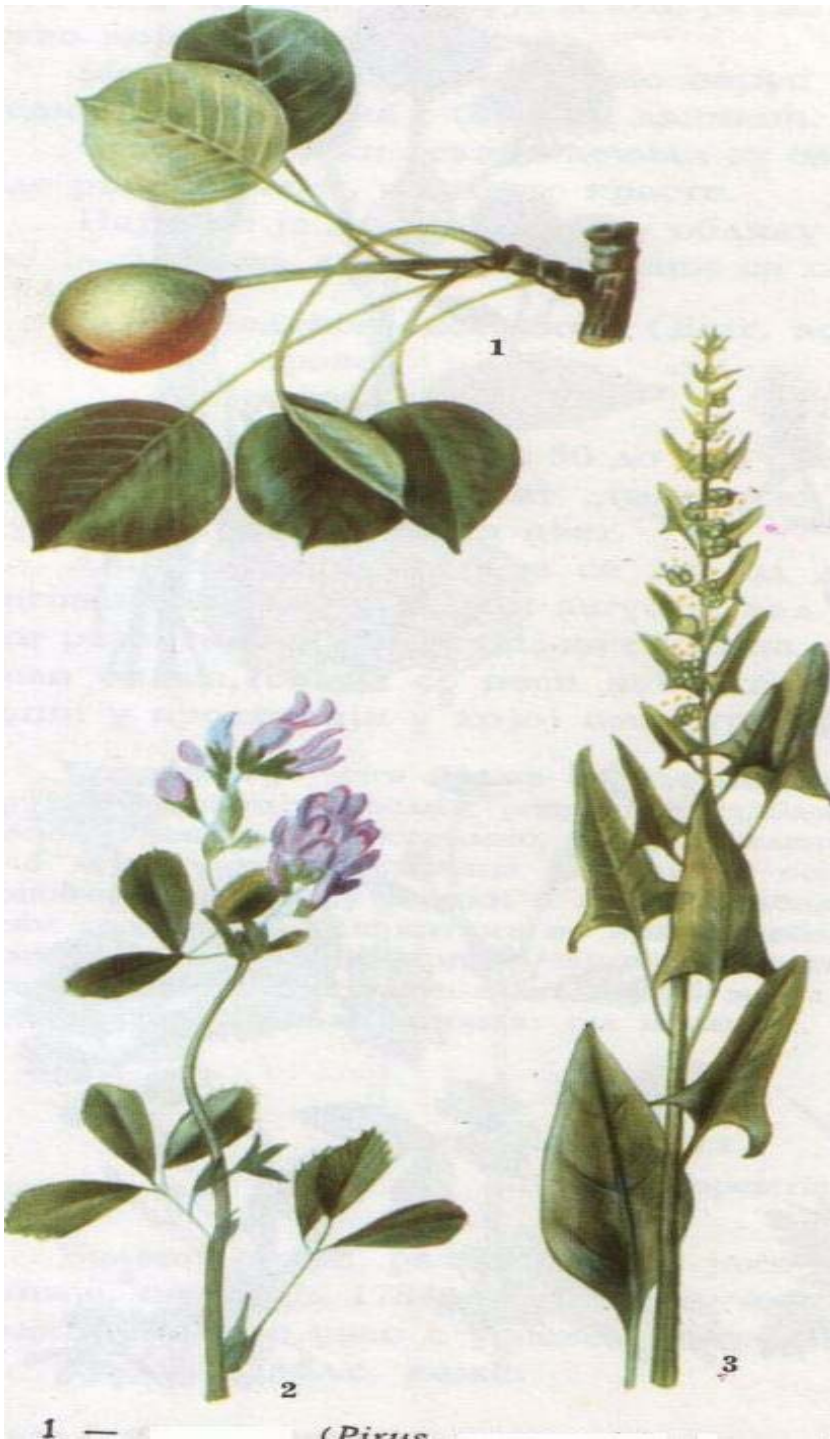
## 6. БРЕСТ

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 Ванан, **који** је могао тиме **ла** **нзлечи** 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-редил 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 екцема, 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 б.

## 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 притискањем, да би се **процеђеној** течности дао бољи мирис, додати **неколико** капи уља од геранијума<sup>1</sup> 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** сполња против **површинских**

гнојења коже са жутиим 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 уле 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 помоћницом 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-бол.е правити од ње алкохолатуру.

Најбоље делује као исцећени сок од биљке у пуном развит-ку. 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 сполну 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, спремлено 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 алкохолем).

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 црвевг 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: екцема, шуге, псоријазиса (сребрнастих 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 интересантно, 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 прах с 88% шећера; какаоом 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 ћелија 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 бодести. 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 бодести посредним путем, ако су последица мадо-крвности.

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 мстра висине. Доње лишће је танко, плоснато, јајасто-копљасто, глатко, оболлом мало крцаво, заострено на врху. Стаблика је усправна, ижлебена, граната. Лишће има ижлеблене дршке. Цвеће је у збивеним 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. Тога 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 „трава 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 тимола и карвакро-ла 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 поодаже код плућних болести и болести стомака.

По мишљењу неких аутора — име њено, Салигеја, долази од речи, сатир — што значи да делује повољно на ослабеле поли 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 висине, 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 покривати 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 одједном 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 или 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. Листиже и до метар висине. Мирише непријатно. Лишће је велико, ши-роко јајасто или дугуласто, обично кратким длакама покривено, зупчато, при том су доњи зупци дубли и шири. Личи на лишће коприве.

Круница зејтинастозелене боје, на полећини 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 ексема (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 тамна 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 грозђаних 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 улешпавање, 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 љим 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 поволно 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, згњечеие 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 отегне, 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 оболелога 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 антибиотицима 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, госпоина трава, богородичина тра-ва, пљускавица, смицаљка, смакнеш, траваодпосека, 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 мно-го ситних рупица, а то су мали мехурићи пуни миришливог зеј-тина 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 гу-бицима 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 дизенте-рије итд. То смо већ у односним главама навели. Овде се он употребљава као лек за лечење рана које нису баш тако тешке. Sprema 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 смеси 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 крпича 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 превијању овим леком завојни материјал мора бити стерилан: крпиче, газе, платно морају бити претходно дуго прокувани и осушени, а руке превијача чисте (пра-не сапуном). Превијач 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 превијању 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 светлозлат-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 практико вати 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 посеко-тине, 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, посеко-тина 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 изгладача 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, трпуцац, 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 пу-тева, 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 одго-варајућу главу, тачка 44.

#### 5. БРШЉАН

Лекари су добијали добре резултате примењујући баш бршљан у лечењу рана на нози, извесних „млитавих“ рана које те-шко 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 жи-ловлака.

Као средство за смањење осетливости периферних нерава, болова код мигрене, неуралгија, ишијатичких тачака и т. сл. (тј. са неуро-ткивно-васкуларном реакцијом), примењују се влаж-не 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 пострададоме 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 (нај-више) 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 јајастии или Дугуљастии. Стабло усправно, достиже висину од 5 дециметара, жлезди-всто, маљаво, с 1—2 пера ситнијпх листића. Цветне главице имају на-рочит смоласт мирис. Дугогодишњи корен је вретенаст и расте косо. Ра-сте по влажним и подводним местима. Гаји се као питома биљка 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 смрдливе, 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 приме-нити 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 мла-ком течношћу клистира.

У том циљу употребљавају се и шишарке од храстовине. Ти-ме 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-има. За мазање рана на кожи може се спремити ова помада:

Шишарке у праху Масти .....5 грама 30 ..

## 12. РАНИЛИСТ

Рањеник, српац, бетоника. — Некад је ова биљка била на гласу и употреблавала 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 в превијање 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 превијање.

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 копљасти, 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 билџка 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.

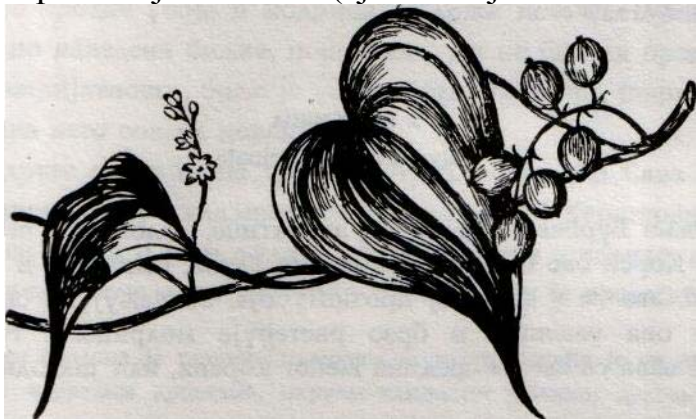
## З.ЗОВА

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 еве 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 билка 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 повијуса која се преко грана и жбуна надалеко може проширитвати. Лишће јој је срцасто, сјајно, са заштреним врхом, понекад троделно, иначе по ободу глатко. Корен је чворнат или дрвенаст, лишће на разној висини. Цветови мали, жућкастозелени; мушки у великом грозду, често гранатом и дужи него што је лишће; женски у много краћем, збијеном грозду. Род је 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-пониу 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 запаљења 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 жуљеве.

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 слачице с јачом **'есенцијом**, најбоље је — и то су утврдили научници — **кад** се слачица гаји на сумпоровитом **земљишту**.



Употреба слачице као средства за изазивање прилива крви и црвенила на кожи крд спољних болова и неких унутрашњих болести води порекло од старина и, како каже др Леклер, ни најстраснији модерни нису могли да сахране и замене овај лек.

Ми употребљавамо слачицу исто као што су је употребљава-ли стари лекари у случајевима млигавости, одузетости, запаљења плућне марамице, болова услед назеба, жигова, итд.

Али при употреби слачице, управо брашна од слачице, треба се држати извесних правила, без којих се не може добити резултат какав се жели. Често лекари, а и болесници, криве за то апотекара, што није дао „тазе елачицу" већ изветрелу, и т. сл. У ствари, неумешна примена често све поквари.

Прво, вода у којој ће се размутити брашно од слачице не сме имати никад више од 40° Ц. јер се на вишој температури воде већ не може издвајати и градити из слачичног брашна она есенција која изазива црвенило. Дакле, најбоље је узимати хладну воду која има собну температуру. Друго, најбоље је спремити облог од слачице која је била чувана у добро заклопљеној кутији. Треће, још је боље посути брашном од слачице. које је би-ло добро самлевано и чувано, топли облог спремљен од ланеног брашна, и тиме онда обложити место болова итд. Или дебљи слој каше од ланеног брашна који има топлоту од 40° Ц сме-шати с брашном од слачице. Ова сразмера (колико треба да бу-де ланеног брашна а колико слачичног) зависи од сврхе која се жели постићи: блаже или јаче деловање, брже или спорије; при томе треба водити рачуна о томе да ли -је облога за децу или старије, да ли је за нежније место на телу или за мање осетљи-во итд. Али се најчешће узима овај однос: *четири двла ланеног брашна и један део слачичног.*

Да би се добио прави облог од слачице, најбоље је узети 200 грама брашна у млакој води (30° Ц), како је речено горе, и том сашом обложити место на кожи које се жели. Довол.но је др-жати облог 10—15 минута. Он помаже дубоко, на месту где се ставља.

Купатило од слачице прави се на тај начин што се кесица с 200 грама брашна спусти у воду и из те се кесице после слачи-па разилази. Допушта се понекад да се наспе и мало сирћета. Овако спремљено купање не изазива црвенило коже. За лица вервозна и осетлива слачица уопште није, па ни купатило.

Доказано је да је есенција од слачице једно од најјачих сред-става за уништење микроба (бацила) — дакле, слачица је ан-гисептична.

Где нема слачице, може се иа селу употребити и рен. Све говори у прилог гајењу слачице.

Иако има слачице тројаке врсте, нас интересује брашно од прне слачице.

Црна слачица гаји се у целој централној Европи, најбоља је она из Холандије, из долине Рајне. Помињу и ону из Мађарске. Дакле, добра је и војвођанска.

Црна слачица је једногодиш.а билка која расте по пољима и у аивлини. Има стабло усправно, 20—90 центиметара високо, цилиндрично, угко гранато, нешто длакаво у доњим деловима. Лишће је на дршкама, без маља, у дну мало зарезано, али што више све равније, док на врху не постане обло и заокругљено. Свака гранчица завршава се гроздом жутог цвећа. Род — зрна, обло стиснута, црнкасте или мрке боје, сшна; под лупом се на њима виде ситне тачкице.

*Напомена:* Брање слачице је читава наука. Треба изабрати момент, од краја јуна до септембра, јер се луске са зрнима от-варају кад се на сунцу исуше, ако их не накваси роса или киша. Треба стабљике косити или српом сећи док су зелене, јер кад почињу да жуте и вену, доња зрна постају мрка, и то рано ују-гру или касно увече, да не би услед јаког сунца зрна испала. Гра-не треба сушити осам дана. Затим, као што се то чини за пасул» или грашак, излупати и зрна дал>е сушити у танком слоју, па их чувати опет помешана с љускама и пребирати с времена на време да не би семе узаврело или да га не би бубе упропастиле.

## ЛАН

Употребљавају се семе н брашно од лана. Облоге ол лана праве се на тај начин што се узима или ланено брашно или ла-нено семе.

Боље је облоге правити од посног ланеног брашна, и то из ових разлога:

- 1) што таква облога задржава дуже своју топлоту;
- 2) што може упити више воде;
- 3) што у посном брашну има мало оног ланеног зејтина који прокисне и горчи и 4) што мо-же дуже да се чува.Ипак то брашно не треба да буде давнашње, јер оно мало зејтина што је остало у брашну може да загори, да ври и да при облагању коже изазове запаљење на њој, што се тешко лечи. Зато старо ланено брашно, од више месеци, не треба употребавати.

Пошто се узме добро брашно, треба поступити овако: у њега се сипа помало воде док се не добије мека каша. Та се каша ставља на ватру и меша непрестано док не проври.

Обично се употребљава врућа вода за справљање ланене каше, али је за то потребно да та вода буде и прокувана и ни-мало кречна.

Платно у које се после увија или сипа ланена каша мора бити апсолутно чисто (искувано и осушено). Чак је боље употре-бити газу којом се превијају ране, ако се облога ставља на рањено или болно место.

Још је болје, како се то ради у Енглеској, спремити две кесе, једну већу, другу маљу (најбоље од фланела), чисте, раније искуване и осушене, па изручити кашу у маљу и заштити је, или је преклопити горњим крајем, и онда ту кесу с кашом спустити у другу, већу. Обе кесе треба претходно загрејати украј ватре да буду и оне топле.

На тај начин она влажна топлота из каше има да прође кроз два слоја фланела или платна и да дуго држи топлоту на месту где се облаже. На том месту могу бити и праве ране, а

камоли убоји и залалења: запаљење плућа, плућне марамице, гуше, слабине, ницина, јајника, нерава, зглобова нтд. Сумњам ла термофор може заменити ову влажну топлоту од лана.

## 9. КРОМПИР

Често се праве облоге и од кртола кромпира. Али тако не-вепгго и грубо да човек већ не зна шта да мисли кад види, нпр. косу, главу или врат покривен исеченим кромпиром!

Зато, кад неко већ хоће да се лечи облогама од кромпира, иека се послужи овим начином спремања таквих облога:

Кромпира печеног или куваног . . . . 100 грама Воде . . . . . 1000 „

Размутити најпре ову количину кромпира (пасираног) у 250 грама воде, а остатак воде ставити на ватру да прокључа Чим вода прокључа, додати размућену кашу; држати све то на ватри неко време и онда удаљити, непрестано мешајући масу. Кад се то згусне толико да се може држати у крпици или платву а да не цури из каше вода, може се облагати на убијено место, па и за кожна запаљења, ако је потребно.

## 10. СМОЛА ОД ЈЕЛОВОГ ИЛИ БОРОВОГ ДРВЕТА

Танак слој смоле треба разастрти по платну (најбоље по платну које је пре тога било натопљено растопљеним воском), ПОТОМ смолу лако загрејати до млаке топлоте и њом обложити тоијено место.

То чине становници села у високим брдима, и ја не видим раз-лога зашто и убудуће не би то радили, ако је све то чисто (асептично) спремно.

## 11. ПАВИТ

Соломонова лоза. — Павит садржи један сок који је опор и који пече. Пре се употребљавао као лек против рака, али без успеха.

Помињемо га овде само стога што је опасна биљка која може да изазове смрт.

## ЛЕКОВИ ЗА РАЗНУ СПОЉНУ УПОТРЕБУ НА КОЖИ И ДРУГДЕ

### 1.ИСЛАНДСКА МАХОВИНА

Против повраћања после операције или тешких рана мо-же се применити исландска маховина, али тако да се не лиша-ва свог горког састава (претходним квашењем у води итд.).

Најбоље је давати је у облику тинктуре по 50—60 капи дневно, и ,10 по 10 капи на 2 часа.

## 2. ДУЊА

Сок од истуцаног семена дуњиног може послужити као лек код испуцаних усана, пукотина на брадавицама груди, опе-котина, раница на слузокожи уста и т. сл.

(Видети: средства која помажу избацавање испљувака, код грудних бодести.)

## 3. ЦРНИ СЛЕЗ

Одвар (декокт) од црног слеза може се применити против болова у спољњем уву. Често је довољно улити 3—5—6 капи тог топлог лека у уво, и болови одмах престају.

## 4. РАЗЛИЧАК"

Користи се као лек против обољења (запаљења) очних ка-вака код људи плавих очију.

Употребљава се као млак чај — за испирање. Накваси се иала лоптица памука (вате) и њом се испирају очни капци изнутра.

## 5. ЖИЛОВЛАК'

Употребљава се као лек против запаљења и гнојења очних капака код људи црних очију. Спрема се по овом рецепту

Листа од жиловлака ..... 10 грама

Цвета од ждралике \ по

Цвета од различка ј 5 грама

Кључале воде ..... 150 „

Оставити да кисне 15 минута, и потом пропустити кроз платно.

Примењује се као млак чај за облоге и испирање.

## 6. ПЕРШУН

Свеже лишће од першуна у виду топлих облога у популарној медицини употребљавају жене које имају много млека а не желе да га имају, јер се боје да им тај прилив млека не шкоди ако се враћа у крв. Треба прећи и на оскудну дијету.

Наводимо ове биљке и њихову примену као извештај куриозитет:

да се ВИДИ колико се у народној медицини иде далеко у веровању упоредних лекова. Ми се не односимо према свему томе с неповерењем, јер се иже десети једнога дана да неки научник пронабе да између плавих очију и плавог цвета различка има неког струјанга, таласа, који лече кон-јунктивитис или томе слично.

## 7. ЧУВАРКУЋЕ



Чуваркућа

У-злу-добра, ваздажива, зечји купус. — Некада је расла по нашим чандијама (крововима од ћерамида и плоча) више него данас. Има је 40 врста. Али баштенска врста (тзв. дебела кока) употребљава се у Шпанији као лек против чира у стомаку (укуса). И код нас се већ шири њена примена у исте сврхе.

## 8. ЈАРИЧ

Сисача, жед. — Чуваркућа и јарич имају исту примену. Његово лишће истуцано са сирћетом доста добро лечи жу-леве. Јарич у мешавини с имелом и белим глогом даје добре резултате код повећаног крвног притиска (спремљен као чај).

Ова биљка има отвореножуте цветове, у малим пветним гроздовима ка врху стабљике; стабљике су јој врло кратке. Лишће ситно и кратко, јајасто, каткад округло. Расте по зидовима и камењарима. Време цветања: јул—август.

## 9. РУСА

Трава од русе, змијино млеко, трава од жутице. — Свеж сок од ове биљке, углавном не сувише бајат, врло добро лечи сисасте израштаје на кожи, неопасне природе и-својства, као што су нпр.: брадавице, жуљеви на руци, на нози итд.

Каткад брже и боље делује него киселине (нпр. азотна) или колодијум са салицилом, ако се тај сок утрља три пута дневно у брадавицу, жуљ и т. сл.

Услед тих његових својстава да умањује израштаје — мислило се да је он специфичан лек за лечење рака, и у Русији је др Денисенко пробао да њиме лечи рак. Али потоњи опити с тим леком у Европи нису дали утешне резултате. Показало се само то да екстракт ове биљке помешан с једнаком количином дестилисане воде и глицерина може да се употреби у лечењу кожног рака, али у том случају он само смањује трулеж и цурење, скупља рану и унеколико умањује болове.

У том погледу он се приближује папаверину, леку који такође стишава болове и који се примењује против срчаног грча, болова, сипње, високог крвног притиска, надражаја стомака и т. сл.

За унутрашњу употребу у лечењу рака у стомаку треба узимати само течан згустак од русе, у дози по 0,5—2 грама дневно. Или тинктуру од русе по 2—5 грама дневно. Ту она може да стиша болове и нападе кризе у стомаку и да умањи сувишно лучење сокова у њему. Делује, дакле, као нека врста опијума (папаверин).

Споља, локално на ране рака, примењује се као облога од једнаких делова екстракта и глицерина.

Руса има дуговечан корен. Стабло је усправно, танко, гранато, 3—6 дециметара високо, пуно лутог, слабо опојног сока. Већином обрасло појединачним длакама у размаку. Листови су танки, на доњој страни сиво-засдени, 1—2 пута перасти. Перасти делови су јајастии, тупии, зупчастии или

плитко зарезани. Дршке листова су широке, лиснате и изгледају као да имају споредна пера. Цветови су ситни, жути, по 3—6 у једној кити заједно, с дугачким дршкама, четвородисни. Махуне, махом обдике валг-кастог, голе, по 3—5 центиметара дугачке. Расте поред путева и огранака. Време цветан.а: мај—август. Сматра се као отровна.

## 10. КОНОПЉИЦА

Страна, афричка домаћа врста ове биљке имају исти са-став и зато се и домаћа може применити уместо прекоморске, јер подједнако делује.

Др Сава Петровић писао је у своје време да наша врста расте по виноградима у Сићеву и Јелашници код Ниша (источно).

Овај лек је потпуно био напуштен због свог силног деловања сличног деловању кураре (која паралише мишићно кретање). Али у последње време показало се да се може, разуме се с пажњом, примењивати у лечењу више болести. Само унутарња примена није дозвољена. Може се применити код туберкулозе коже, туберкулозних жлезда (скрофулозе) и туберкулозе костију и зглобова, али само од стране лекара, и то у облику инјекција: сваког 8-ог или 15-ог дана по једна инјекција од 1 ст\* дестилисане воде с глицерином и 1/4 милиграма смоле од конопљице (метода др Пенијера — Тулуза).

Иначе, лаици могу употребити конопљицу за изазивање црвенила и пликова онде

где треба. Употребљава се згњечена биљка и њоме покрива кожа као што се међу пластири за иза-зивање црвенила за кратко време.

Конопљица је јака биљка, висока метар и више, нага и сивозелена. Листови на стаблици су узани и дугуласти, доњи шири, нарочито они при дну, наспрамни су. Цвасти с 3—4 дугачка крака који се 1—2 пута виљушкасто деле. Лишће испод цветова је велико, округло-јајасто и на врху копласто. Лзуске велике и равне. Семе длакаво. Расте у јужној Европи и западној Азији, где је домаћа биљка; одавна се гаји по баштама, а и поливал-ала је. Једно- и двогодишња је. Време цветања: јун—јул.

Изазива јаку столицу (као рнцинус), али в повраћање.

## 11. ЧИЧАК

Изгњечено лишће од чичка, поред хипермангана, најбољи је лек против уједа змије.

Како наш свет нема при руци хипермангана (ни у раствору ни у кристалу), овај лек се може употребити док се не вабави онај други. *Биљобери треба увек да га носе са собом у реитвору (1:100).*

Треба се чувати змија отровница — камењарки, нарочито кад се беру биљке по каменитим местима. Зато је најбоље илигти високе чизме и кожне рукавице, или бар штапом испи-тати и размрсити траву пре него што се кида биле.

Ако се таква несрећа деси, треба поступити овако: Најбољи је начин сисати место уједа и притискати га са свих страна тако јако да из њега процури крв. Завезати јако руку или ногу изнад места уједа, канапом, врпцом, каишом, марамом. Стално поливати место уједа водом, и онда мазати рану соком од чичковог лишћа, затим се постарати за раствор хипермангана (1 грам на 100 грама воде) и онда њиме наквасити рану. После тога обложити од уједа отечено место облогама од јаке ракије, спирткамфора, колоњске воде или, најзад, коњака. Давати топле чајеве од липе с мало ракије, дубоко дисати и много пити да би се измокрио отров; лежати у постељи. Држати ноге утопљене. Применити и антизмијски отров проф. Калмета, где га има, или какав се има.

## 12. ЦЕЛЕР

## 13. ВУЧЈА ЈАБУКА

У допуну овим билним средствима наводимо још један лек који препоручује др Е. Мајер (Берлин). То је вучја јабука, или зечја лубеница.

„Код чирева и рана са екземом (мајасиљем) на бутини, испод бутног зглоба кад се оједе кожа итд. примењивао сам" вели он, „с добрим успехом ову биљку у облику чаја за облоге и купања. Она заслужује препоруку."

Вучја јабука или зечја лубеница расте по нашим виноградима, а и по стрници од пшенице, по мебама итд. Карактеристичав је њен плод: шесторбарни, јабучаст и шупаљ. Лишће срцасто, са заобљеним врхом, налик на бршљаново; цветови избијају из пазуха, имају облик високог пехара, с ужом

средином и ширим грлићем.

На крају ове главе додаћемо једну примедбу: Зарашћивање рана не зависи само од чистоће ране и лекова: билних, хемијских раствора, прашкова, масти, сулфамида, пеницилина и њему равних. Оно зависи и од самога организма: у првом реду од наследних особина, отпорности и способности за обнављање ткива („добар или лут је на рану“, каже се у народу), затим од душевног и нервног стања, стрпљивости и издржљивости оболелог и од његове воље да се покори: да пострадао место или орган штеди, да га учини непокретним или да лежи коли-ко треба и кад треба. „Природа лечи, а лекар помаже.“

## ЧЕТРНАЕСТА ГРУПА

### ЗАРАЗНЕ БОЛЕСТИ

#### ГРОЗНИЧАВА СТАЊА; ГРОЗНИЦА — МАЛАРИЈА

Изузимајући нејаку децу, свакоме је познато да заразне болести почињу повишеном телесном температуром оболелог, каткад постепено повишеном, а каткад изненада високом: маларија, дифтерија, трбушни тифус, инфлуенца, ситне богиње, скарлатина, грип, пегави тифус. запаљење плућа и др.

Код дечјих заразних болести појављује се на кожи и осип, сип, црвенило, пличичи, бубуљице, гушће или ретко разбацане, и према њима у вези с другим знацима (у гуши, трбуху, плућима) одребује се и врста болести. У тим случајевима спољни осип је израз унутарње заразе, унутрашњег тровања крви и Аимфе производима микроба који су напали организм. То су, дакле, одређене заразне болести, које имају свог изазивача, свој ход (ток) и законити свршетак. Оне су у већини акутне, изузев маларију, која може бити и хронична болест. Сифилис не убрајамо у ову групу.

Али температура и осипи по телу могу да буду неодређеног карактера: услед погрешака у дијети, услед рђавих, отровних јела, или поремећаја органа за варење, најзад услед идиосинкразије, тј. таквог својства организма да не подноси извесна јела, извесне лекове, извесне серуме (мед, сир, лук, кинин, серум што се убризгава итд.). Температура ту бива већа или мања, што зависи од реакције организма на материју која се уноси у њега.

Према томе, лековите биљке које се овде примењују могу имати троструки задатак:

1) да у почетку болести олакшају стање болесника и да ублаже тешке симптоме: кашаљ, жећ, затвор, слабо мокрење и т. сл., чак да отворе апетит; као и да у даљем развоју одрже снагу срца;

2) да убију клице које се размножавају у једном месту тела: у гуши, бронхијама, плућима, цревима итд., или теку по лрви (маларија и др.);

3) да очисте крв било од болесних клица било од отрова које су оне излучиле (мокрењем, знојењем, па делом и чишћењем). Пре него што пређемо на излагање о средствима која служе овим циљевима, потребно је да учинимо једну напомену:

Најчешће је у овој групи болести реч о маларији и стањима која су слична њој. И популарна медицина, узимајући често тешке грознице за маларију, примењивала је најразно-врснија средства, а у првом реду горке траве, рачунајући да од горчине и грозница мора побећи. У суштини је тако и остало, иако не баш у потпуности.



Али ако се у овим случајевима примењују горка средства, првенствено против маларије, па затим и против других грозница — она имају значај као специјални лекови (не као општи) само уколико су у стању да убијају и тамане клице у крви. Услед тога и време њиховог узимања треба да одговара променливом стању болести и времену повећања температуре.

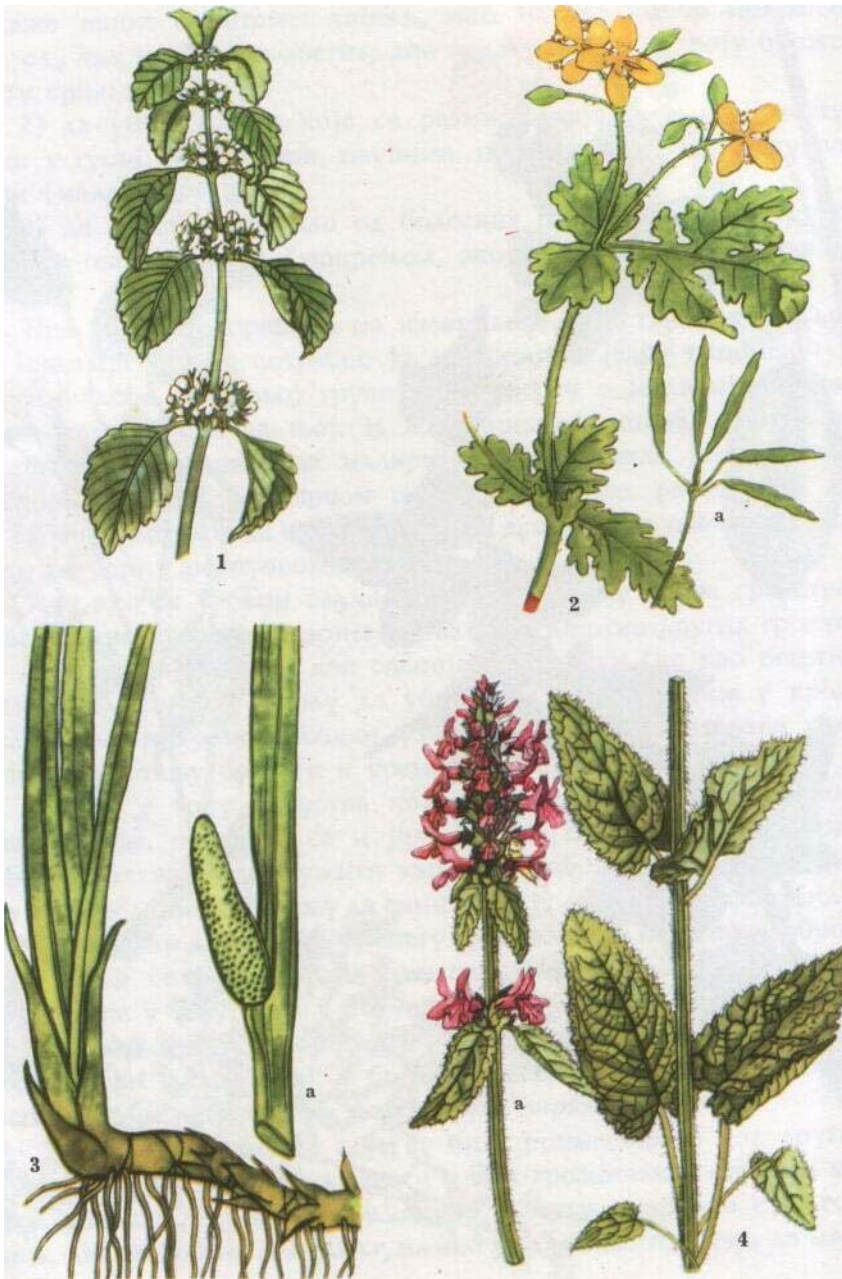
Уз то, у току искуства које су лекари стекли применом ових лекова, показала се и једна друга ствар. Наиме: да ова горка средства могу служити као врло добри помагачи, јер будући да нису у стању да сами убијају маларијино семе (клице) — могу бар да одржавају снагу организма на извесном добром ступњу, да се боре против омалокрвљавања и против других поремећаја у телу, нпр. у стомаку и, што је најглавније — а то су доказали многи ауторитети — да помогну бела крвна зрнца, увећавајући њихов број, у борби за опстанак нападнутог организма као целине против наступајуће заразе.

Тако ће неке биљке које су биле примењиване код других болести бити од велике користи и код грозничавих стања и маларије напосе. Ту спадају: линцура, кичица, гавранов кук, горчица, дивља врбена и др. Разумливо је, без многих речи, да мере

**ТАБЛА 3).**



1 — жути багрем, а — зрео плод, 2 —; а — плод; 3 — брил,ан: 4 — тушт.



1 — очажница); 2 — руса, а — плод; 3 — иђирот, а — пуполак; 4 — ранилист, а — горњи део биљке у цвету.

чистоће и неге, опште хигијене и одговарајуће дијете морају код грозничавих стања бити строго примењене и до краја одржане.

## Средства за олакшање почетног стања

### 1. ЛИМУН

И само латинско име његово вели да је лимун лековит. Иако за лимун сви знају, ипак је потребно о њему дати неко лико података.

Сок од лимуна употребљава се као средство за освежавање. Он киси зато што садржи лимунску киселину. Овај сок се употребљава као средство за уништавање микроба и за стезање слузокоже. Кора његова, сува или свежа, снажи, а у исто време тера и гасове наполе. Сок се примењује свуда где је опала исхрана човечјег организма, нарочито код појаве скорбута — болести наглог трошења организма услед недостатка свежег воћа и поврћа, тј. витамина С (Ц). Њиме мажу деци оболелу гушу где нема другог јачег средства.

Препоручује се код хроничног реуматизма. Напитак лиму-нада прави се од исеченог лимуна и вруће зашећерене воде, из које се кришке (колутови) ваде кроз пет минута, да напиток не горчи. Али не треба сок злоупотребљавати, како се то обично чини, јер чисти сок, или јак сок, иди јака лимунада, умарају стомак и кваре га својом јаком киселином.

Лимунада се може спремити и на овај начин:

Један лимун исечен на комаде, али пошто се издвоји семе, спусти се у хладну воду и ту остаје 12 часова. После тога времена парчад се избаце, а вода се може зашећерити колико се жели.

### 2. МАЛИНА

У њој, као и у лимуну, има лимунске киселине и њоме она освежава.

Сируп од ње прави се по овом рецепту:

Малиновог сока ..... 500 грама

Белог шећера ..... 875 „

Када се шећер раствори, онда се само процеди. Ако желимо да добијемо сирће од малине, што се може такође применити код грозничавих стања, уз облоге, треба по-ступити овако: 300 грама малине потопи се у 250 грама винског сирћета и то остави да кисне 10 дана, па се затим процеди и чува за случај болести.

### 3. МЕДОВИНА

Прави се од 100 грама меда на литар воде и служи као ублажавајуће средство, а и као столични помагач.

#### 4. КАФА

Кафа није наша домаћа биљка, али се она толико употребљава да је постала свачија, па и наша. Зато њену примену не можемо изоставити. Важна је свуда и свакад. Употребљавају се зелена (сирова) или пржена зрна кафе.

Зелена зрна се употребљавају као средство које снижава ватру код грознице и као средство против великог кашља (др Мерсије — Монлисон).

Пржена кафе помаже код срчане слабости и стања кад опада телесна снага (нпр. код свих грозница са слабим срцем, запаљења плућа итд.). Лечи и предупредује нападе мигрене. Подстиче, крепи нерве оронуте за време дуготрајних грозница и болести.

Пржена кафе употребљава се као куван напиток или као сируп, сладолед итд.

Зелена кафе (зрна) у праху узима се у малој дози: један грам у пет прашкова, као средство против повећане температуре. Када се раскисне, делује као средство против реуматизма.

Раскис се прави по рецепту:

Зелене кафе ..... 25 грама  
Хладне воде ..... 120 „

Оставити да то кисне 12 часова. Процедити. Попити ујутру наште а не шећерити. Узимати против дуготрајних грозница код наступа маларије пре подне и т. сл.

#### 5. МАСЛИНА

Лишће и кора од маслине, онде где је има, могу се употребити као средство против температуре у грозничавим стањима, ако болесник има добар стомак.

Облик и доза су ови: 50 грама лишћа или коре кисне у литру вина и даје се пре оброка, ручка и вечере, по једна мала винска чаша.

Као освежавајући напици у грозницама примењују се и следеће билке и средства:

#### 6. ЗЕЧЈА СОЦА

Зечји купус, цецелъ, кисељача, зечји кисељак, киселак са три листа, детелинка.

## 6. КИСЕЉАК

Љугика, трава од срдобоље. — Обе ове биљке употребљају се за спремање чаја ради освежавања болесника и помага-ња мокрења у грозничавим стањима, јер је потребно да оно буде у реду и у довољној количини.

*Примедба:* подагричним болесницима, који имају болове у зглобовима, треба ускратити пијење ових чајева јер у њима има доста минералних соли, па би тиме болесници повећали количину тих соли коју већ имају у себи.

## 1. БАДЕМ

Слатки бадем употребљава се као средство за освежавање и против грозница код људи који у исто време имају болестан стомак и црева. Бадем у том случају стишава болове.

Најједноставнији састав био би:

1) Млеко од слачког бадема:

Слатког бадема ..... 50 грама

Шећера ..... 50 ..

Воде хладне ..... 100 „

Претходно се бадем потопи у мало топле воде, да се скине кожица с њега. Затим се истуца у порцуланском суду с хладном водом тако да се добије права каша. То се разблажи преосталом количином воде. Додаје се шећер: кад се он раствори, све се процеди кроз платнену крpicу.

Пити у току дана као лимунаду.

Што се тиче горког бадема, који се такође може употребити јер има особину да умирује болове, он се употребљава опрезно, и то са слатким бадемом, у овом облику:

2) Млеко од горког бадема:

Слатког бадема ..... 6 грам

Горког бадема ..... 4 „

Воде ..... 500

Сирупа од шећера ..... 60 „

Спрема се по истом реду и поступку као и млеко од слатког бадема. Али се узима у току дана кашиком.

## 9. ЦИМЕТ

Иако ово дрво не расте код нас, ипак кора од њега — цимет — може да се купи у трговинама.

Од цимета могу да се добију врло корисни напици за примену код заразних болести органа за варење, јер се њиме унеколико може постићи дезинфекција тих органа.

1) *Вино од цимета:*

Цимета ..... 30 грама

Вина малаге или нашег слатког вина . . . 500 „

Оставити да кисне 6 дана и процедити.

2) *Тинктура од цимета:*

Исецкане циметове коре ..... 100 грама

80%-ног алкохола ..... 500 „

Оставити да кисне 10 дана и процедити. Давати по 20—30 капи три пута дневно пре јела.

3) *Сложено циметово вино париских болница:*

Црног вина ..... 100 грама

Алкохола у коме се киселио цимет

(тинктура) ..... 8 „

Алкохола у коме се матичњак киселио 10 дана (тинктура) .....

Сирупа шећерног .....

Узима се **кашикама** на сат, на два.

## 10. **КАРАНФИЛ**

Цвет каранфила може дати добар сируп који је у стању да угаси жећ код грозничавих, а делује, **кажу**, и на бољу циркулацију крви у кожи, свакако посредством површинских нерава на крвни систем.

## 11. **МАКЕДОНСКИ ЧАЈ**

Галички чај, дебарски чај. — Употребљава се **као чај** код слабих назеба, са или без грознице (повишене температуре). Може се чају додати шећер или мед. Треба узимати већу коли-чину: 10 грама на шољу чаја.

То је данас постао један од најпознатијих наших **народних чајева**. Укус му није горак.

Биљка спада у ред биљака које се употребљавају код плућних болести, па се може употребити у смеси с њима, нпр. с мајкином душицом, очајницом, правим

изопом, **матичња**-ком и др.

Сама биљка је добро лозната на нашем југу (у Скопљу и ка Маврову). Јако је маљава, боје пепељастојуте, с коленима. Висока је 1,5—3 дециметра. Стабло јој је четвртасто. Доњи део биљке је дрвенаст, горњи гранат. Лишће је наспрамно, широко при дну, оштро на врху, тј. лавделасто, прирасло близу стабла, има жиле линеарне. Цветови збијени, у пазуху лишћа и на врху стабла у цвасти; чашица је дужа него круница. Жуте су боје. Расте по високим суватима на југу и кршевитом камени-том тлу. Цвета у јуну и августу.

За олакшање почетног стања код ситних богиња (мраса), скарлатине и средњих богиња (овчјих богиња) може се с успе-хом примењивати:

- 1) Чај од црног слеза
- 2) Чај од морача;
- 3) Борач.

Сродне су јој и могу је заменити ове биљке:

- 4) Пачје гнездо<sup>1</sup>;
- 5) Кривошија<sup>1</sup>;
- 6) Лисичји реп.

Доза, како борача тако и ових осталих лекова, је 15 грама цвета на једну шољу кључале воде.

Чај од ових биљка може се заменити згустком (екстрактом) од њиховог сока, који кад се разблажи у односу 1:100 делова воде (по тежини) даје много делотворнији напитака.

И раније су ове биљке употребљаване „као средство за омекшавање кашља, за стишавање ватре у грозници и као бла-го средство за знојење и терање на мокраћу" (др С. Петровић).

Треба их примати при првим знацима болести, наступа грознице и т. сл.

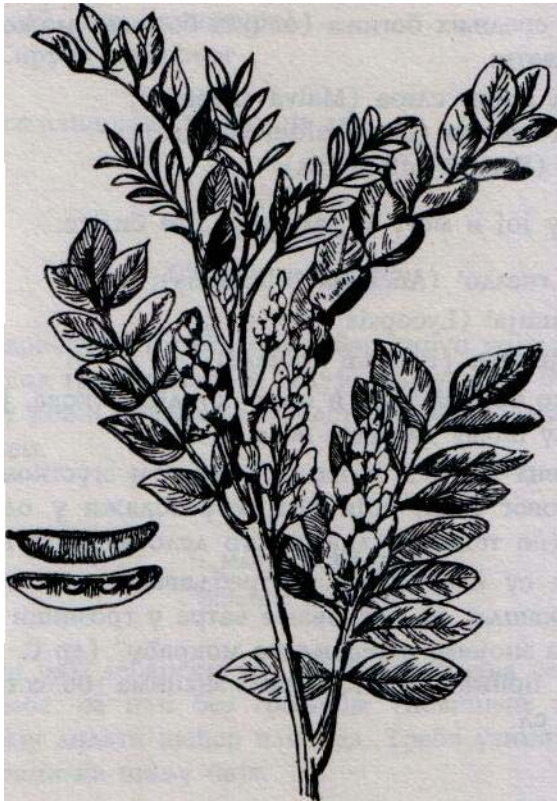
**Средства за олакшање почетног стања код инфлуенце, грипа и сличних стања усред назеба и лакше заразе гуше, бронхија итд. — с кашљем, главобољом, повишеном температуром итд.**

## 1. СЛАТКО ДРВЦЕ

Слатки            корен            ,шећерни            корен            ,добар            корен

Лишће ових биљака много личи на воловски језик.





Слатко дрвце

Корен од наше коњеге употребљава се исто тако као и корен од слатког дрвцета, с којим је у трговини помешан.

Расте на југу Европе као домаћа биљка. Наша врста је пореклом из Азије; мање је жута и мање слатка. Али се гаји нпр. у Грчкој, где достиже висину 1,4 до 2 метра и има јак корен.

Свеж или сув корен коњеге или слатког дрвцета повољно делује на плућа, стишава кашаљ, назеб, бронхитис, делује по-мало на мокрење; у њему су нашли нарочити састојак — глициризин. Овај корен се употребљава или онакав какав је или у облику сирупа, пилула, пастила, теста, штапића итд. Народна пиће у Француској, звано *коко*, добија се на тај начин што корен кисне у хладној води, а тој се води додаје коријандар, анасон и лимун. Врло је освежавајући напитак, нарочито лети, за раднике у пољу (Роле и Буре). Корен, природан, примењује се за заслаћивање чајева и осталих напитака. Додаје се док је течност хладна или млака, јер чим је температура мало већа горки саставни део се распада. С овсем и пиревином овај корен служи у болницама за спремање чаја званог „за све добар“. Апотекари уваљују у његов прах пилуле. Од њега се прави и рнај чувени сложени пра-шак звани код нас „*фијакер-пулфер*“ (не знам по чему!) а који има овај састав:

Слатког дрвцета у праху ..... 60 грама

Сене („блетер“) у праху ..... 60 „

Сумпора, праног, у праху ..... 30 „

Морача (праха од плодова) ..... 30 „

Шећера у праху ..... 180 „

Узима се по 1—2 кашичице у води, пред одлазак у постелу. Тај прашак се у случају затвора или теже столице може дати грозничавом болеснику.

Помешан с медом, прах од овог корена даје једну кашу која се употребљава споља за размекшавање отврдлих места.

Захваљујући описаним особинама, овај корен, олуштен од коре, разводњава слузаве материје у гуши, душнику и бронхијама и тиме стишава кашаљ. Гаси жећ, услед чега је корисно давати га у почетку грозничавог стања. Уз то, он не изазива врење у цревима, какво бива кад се узима шећер, зато га треба претпоставити шећеру.

Овај се корен даје у облику чаја, одвара или квашен, у дози 50:1000 грама.

Овај последњи начин спремања: кад корен кисне у хладној води, даје најпријатнији напиток. Сок од корена зове се лакрицин.

Згустак од слатког корена, који се добцја испаравањем чаја или његовог одвара, тзв. црни шећер, у дози 2 грама на шољу кључалог млека, даје најбоље резултате код лаких бронхитиса услед грипа или друге какве инфекције услед назеба.

Сама коњега има високе стабликс. Лишће је лихоперасто и саставно од 5 до 7 пари длакавих и оздо жлездичавих листића. Цветови су на врху опште петељке збијени у главице, и оне стоје у пазуху лишћа. Махуна има два до четири семена, дугуљаста. Време цветања: јун—јул.

## Биљке које делују код трбушне заразе и грозничавих стања

### 1. ОЧАЈНИЦА

Смрдуша, горчика. — Радови многих научника, раније Толера, Траби, Хануна, а сада и Гарнијеа и Винијеа, показали су и утврдили да ова биљка има непосредно деловање код трбушног тифуса, јер чини да висока температура пада, да се опште стање брзо поправља и да се трајање болести скраћује. А тако исто код маларије.

Према томе, њена примена у циљу обарања високе температуре потпуно је оправдана, нарочито када је стомак слаб и болестан.

Прописује се, и најбоље је, спремити је као вински расб, и то овако: 60 грама суве биљке потопи се у 1 литар далматинског белог вина на 24 часа. Од тога се даје после по 100—150 грама дневно. Или се спреми згустак из испареног алкохолног расола и тај згустак, у дози од 3 грама на 200 грама сирупа, даје се по 2—3 кашике дневно.

Узимати 2—3 кашике дневно.

Још би боље било кад би се давао у пилулама, у дози 0,1 грам (за једну пилулу), и то по 4—8 пилула дневно.

## 2. ГАВРАНОВ КУК

## 3. ДУБЧАЦ

њему сродне врсте које на нашем језику носе исто име:

## 4. ДУБЧАЦ



Дубчац

Све ове врсте врло су интересантне у погледу свога деловања, јер осим тога што су горке и што делују против млитавости

стомака (органа за варење уштите) подстичући га на рад, имају и ту способност да убијају заразне клице, дакле, имају анти-септичку моћ.

Због тог свог необично важног деловања оне се могу употребити против свих грозница, код свих епидемија, где обољевају и органи за варење, у којима има бацила и трулежа, што све трује крв и болесни организам.

Те биљке у случају рата треба да буду познате свакоме лекару.

Чак и стари лекари приметили су да се онде где има те билке, једне или друге врсте, и она се примени — умањује труљење лешева или њихово распадање (том биљком посипани су нпр. лешеве или стока принесена на жртвеник). Из тога се види да је она деловала као данашња карболна или салицилна киселина (др С. Петровић).

Ове се биљке узимају у облику чаја, у дози 10:200, и то четири шоље

дневно, пре јела. Или као алкохолатурни расо, спреmljen од билjке која је набрана у почетку цветања, по 30—50 капи пре оброка.

Поред ових билjних лекова и наука и пракса у лечењу болести примењују:

## 5. АЛКОХОЛ

Познато је да су код грозничавих стања мале дозе алкохола такође лек. Сматрам за корисно да наведем неколико смеша које се могу спремити код куће, а врло су укусне.

1) Правог чаја (кинеског или цејлонског) . . . 8 грама Кључале воде .....  
270 „

Оставити да кисне, затим додати:

Вињака (нашег) или коњака ..... 30 грама

Сирупа од кининске коре ..... 30 „

Тинктуре од цимета ..... 1 грам

Воде ..... 100 грама

Измешати, пити у току 24 часа.

2) Правог чаја ..... 8 грама  
кључале воде ..... 400 „

Попарити, кад раскисне, процедити и додати;

Шећера ..... 250 грама

Бела вина ..... 400 „

Рума ..... 200 „

Алкохолатуре' од поморанце ..... 6 „

Алкохолатуре од лимуна ..... 6 „

Измешати, пити у току 3—4 дана.

3) Тотов напитак (по француском Coseux)

Ракије (вињака) или рума ..... 40 грама

Простог сирупа ..... 30 „

Тинктуре од цимета ..... 5 „

Дестилисане воде ..... 75 „

Измешати. Може се попити у току 24 часа.

## 6. „ПТИЧЈЕ МЛЕКО“

Французи су пронашли и „птичје млеко“. Оно се прави на овај начин:

<sup>1</sup> Треба разликовати алкохолатуру од алкохолата. Прва значи по-тапање свеже биљке у алкохол, а друга значи печење биљке наквашене у алкохолу, тако да се у „ракији“ и патоци добију састојци лека. Нпр. алкохолат од рузмарина добио би се кад би се узело:

Цветних врхова од рузмарина 80%-ног 1000 грама 3000 „ 1000 „  
алкохола .....

Воде . . . . .

То кисне 4 дана. Затим се течност пече или се ставља на пару да се испари до 2500 грама; алкохолат је готов. Исто се тако може спремити алкохолат од нане, матичњака, лавандуле и од зевалице.

Разбити два жумавета у шећеру. Додати томе мало воде од поморанциног цвета и чашу вруће воде или врућег млека. Овоме I се може додати још ракија.

Ј  
Даје се као храна која умирује болесника у ватри.

Ово „птичје млеко“ много је боље него чувена Стокова микстура, која се прави готово на исти начин ади без млека, и која се примењује нарочито код трбушног тифуса.

Најзад као предохрана важа бели лук.

## 7. БЕЛИ ЛУК

Благодарећи свом састојку — сумпорном уљу, које има моћ да убија бациле — бели лук може послужити као предохрана од заразних болести: грипа, трбушног тифуса, дифтерије, пега-вог тифуса, па и колере.

Само због јаког мириса белог лука људи који иду у друштво, у госте и т. сл. треба да га узимају у другом облику.

Ко неће да мирише на бели лук, најбоље је да га узима кувана у млеку или супи, или у облику сирупа. Сируп се \* добија на тај начин што се кува један део лука у два дела воде и исто толико шећера, и од тога се потом узима по 2—3 кашике дневно.

## Помоћна и права биљна средства против грознице

### 1.ЛИНЦУРА

Равен. — Мек екстракт (испарена исцећевина из целе биљке) употребљава се као противгрознично средство, само у већој дози него код оболења стомака, наиме 6—8 грама дневно.

Иначе се као помоћно средство употребљава чај од корена, 3 грама на шољу хладне воде, што треба да кисне 4 часа. Или

се примењује корен у праху, по 1—5 грама, или тинктура, по 30—50 капи пре јела. Чај се спрема овако:

Корена од линцуре ..... 10 грама

Воде клучале ..... литар

Пије се по једна шоља пре јела.

Од чаја се може направити сируп и узимати 5—10 грама дневно. Вино се спрема на овај начин: 30 грама корена кисне најпре у 60 грама 60%-ног алкохола, затим у једном литру белог вина 10 дана. Од тога вина се узима по 1—2 ликерске чашице пре јела.

Тврде да позитивно лечи сваку тродневну или четвородневну грозницу. У сваком случају, помаже кинину и другим антима-ларичним лековима, што је доказано у борби с маларијом на острву Корзици.

### 2. КИЧИЦА

Некада се мислило да је кичица добар лек против грознице, па се то и потврдило. Познати научници де Рошфор и Непл тврде да је после кине прашак од кичице најбољи лек против грознице.

У савременој медицини радије се прописује као чај, у до-зи 30 грама на литар воде, или као тинктура 2—10 грама дневно. Или као добијени згустак (екстракт) из

воденог расода по 1/2—1 грам дневно, у неком чају.

### 3. ЗИМЗЕЛЕН

Као горко, тонично и стомачно средство даје се против бар-ске грознице.

Узима се у облику одвара, у дози 60 грама на литар воде. Још сигурније делује као прашак или течан згустак по 2—5 грама дневно. Одговарајућа количина (1/2—1—1/2—1 грама) узи-ма се пре јела.

Као вино лек се спрема по овом рецепту:

Иситњеног листа од зимзелена ..... 100 грама , Белог вина жупског..... 1000 „

;

Ј

Оставити да кисне 10 дана. Процедити притискањем. Да- ј вати по 2—4 кашике дневно, пре јела.

### 4. ШИМШИРИКА

ДИВАИ шимшир, жута шиба, жути шипак. — У лекарству се некад називала Зрша

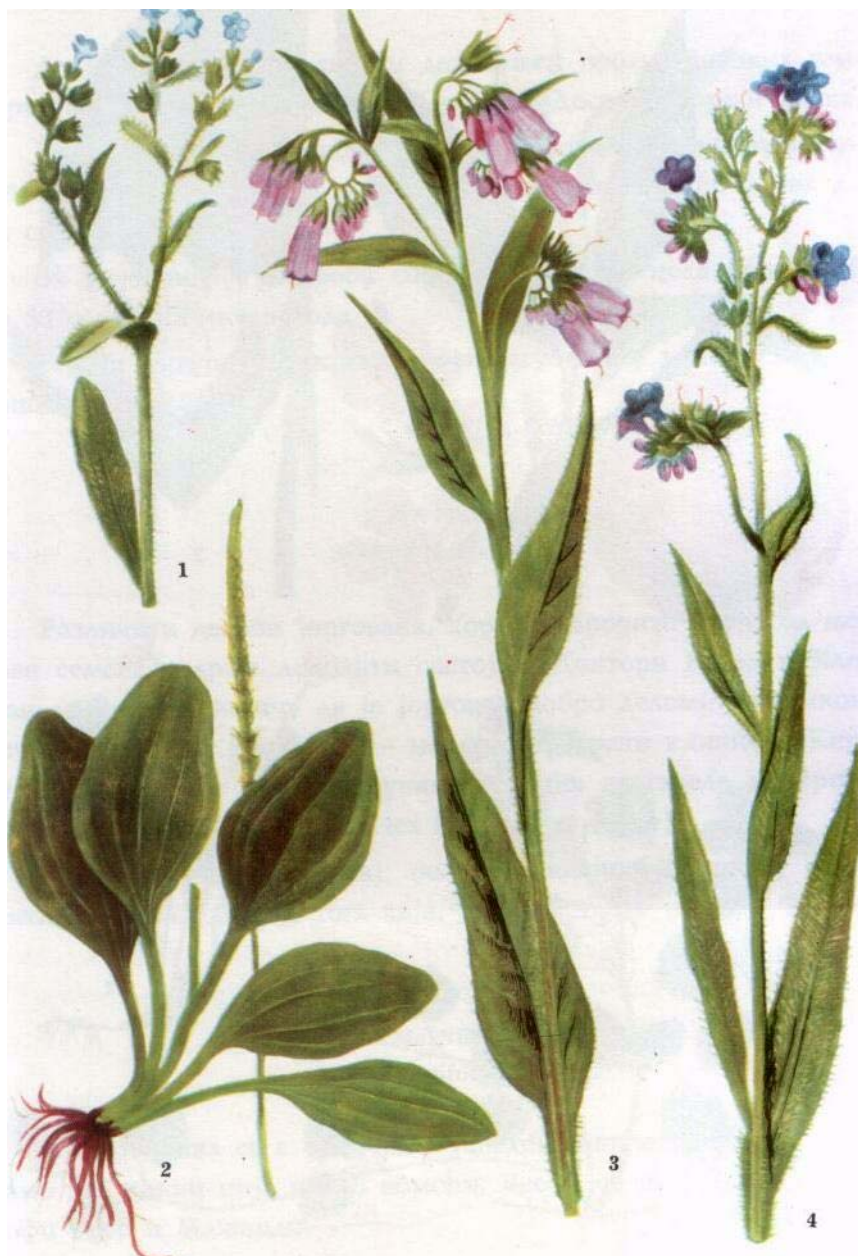
Корен и кора од ове биљке садрже главне лековите састојке — берберин и оксиакантин, који имају својство да крепе и да помажу одлив жучи у црева.

Али осим тога, поред способности да јача органе за варење, берберин има својство да утиче на отечену слезину (да је сте-же) и њено еластично ткиво, услед чега се она брже ослобађа крвних зрнаца с маларичним клицама, које отичу из ње у крв-ни ток, где их дочекује и уништава кинин као специфичан лек (или који други специфичан састав: атебрин, плазмохин и др.).

Као горко средство прописује се чај од коре, у дози 20 гра-ма на 500 грама воде, по 2—3 шоље дневно. Али најбоље дело-вање има ако се лек од њега спреми с кипарисом по рецепту датом за ту билку.

Узима се по једна кашика свака 2 или 3 часа. Може се да-вати уместо кинина, али је најбоље давати овај лек заједно с кинином. Онда је успех сигуран.

ТАБЛА 35.



*1 — кривошија; 2 — жиловлак; 3 — гавез; 4 — пачје гнездо.*

**ТАБЛА 36.**





1 — бресква, а — цветови; 2 — локваи.; 3 — зечја соца ; 4 — добричица

## 5. ДИВЉА ВРБЕНА

Др Ричи сматра да својим деловањем против високих тем-пература ова биљка стоји изнад кинина. Доста је горког укуса.

Употребљавају се лишће и цветови врхова. Али се беру углавном у јуну пре потпуног развитка цветова и суше се одмах да би сачували боју.

За унутрашњу употребу спрема се чај од целе биљке: 30 до 50 грама на литар воде. Још је сигурније узимати течан згустак, у количини 1—2 кашичице дневно.

## 6. ЈОРГОВАН

Различити делови јоргована, кора и нарочито чауре од ње-гова семена садрже лековити састојак. Доктори Казел и Кле-ман де Валеној истичу да је јоргован добро деловао приликом лечења повратне грознице — маларије. Чувени клиничар Кирвелије најтоплије је препоручивао против застареле маларије баш те љуске од семена

Узима се као куван чај; по једна кашика на шољу воде. Пити две шоље дневно тога чаја.

## 7. ЗЕЛЕНИКА

Употребљава се с одличним успехом лишће у праху, чак и тамо где кинин није могао помоћи. Веома су га хвалили фило-зофи Русо и Мажанди.

Лековито вино (30:1000), ако се узима у току 3—4 недеље по једна кашика пре доручка, помаже у лечењу дуготрајних грозница.

Тако рећи специфично средство против повратне грознице (маларије) с истовременим обољењем јетре и жучних путева. Чак и за оне случајеве где је кинин отказао своје деловање. Најбоље га је примењивати у облику тинктуре или алкохола-туре, у дози по 4 грама дневно. С успехом се могао применити код оних наших ратника који су на фронту имали грозницу, па су им још остале у јетри и слезини последице и невоље од те маларије. У овим случајевима могу се узимати мање дозе, и то:

само по 25 капи алкохолног расола пре ручка и вечере у току 15 дана.

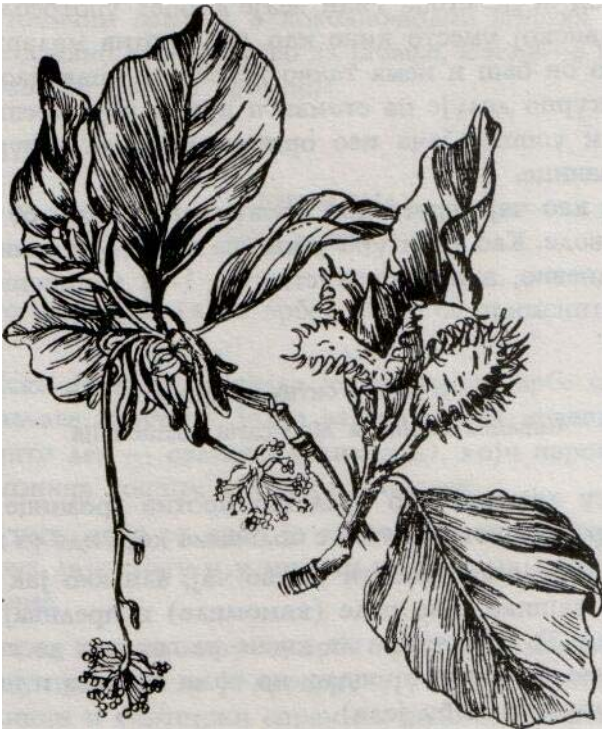
Врло је доступна и јевтина медицина.

## 8. ЦРНА ЈОВА

Црна јоша, јах, јаховина, јелша. — Може се употребити као противгрозничко средство у дози двапут јачој него кора од ки-не, тј. 10—20 грама на шолу одвара/ Узимати преко дана ка- шикама свака два часа.

Кора од кине, у прашку или пилулама, најчешће се употребљава као 5—10% одвар (декокт) (проф. Бахем). Значи, црна јова даје се у двојној дози: 10—20%.

## 10. БУКВА



Буква

Може заменити **кору** од **кине као** противгрозничко сред-ство. Доза иста **као** код јове.

## 11. ДРЕН

Корен од дрена справља се у облику одвара **као** средство **против** грознице — маларије.

## 12. ЗЕЧЈА СТОПА

Корен од зечје Стопе (или зелје стопе) употребљавали су лекари у Данској уместо **кине као лек** против маларије.

Али ако он баш и нема такво деловање, ипак **као** помоћно средство сигурно делује на стомак и црева, које крепи, подстиче на рад и уопште јача цео организам после изнуравајућих наступа грознице.

Даје се као чај (претходно прокуван), у дози: 60 грама на 1000 грама воде. Као

тинктура узима се по 30—50 капи пре јела 2—3 пута дневно, а водени згустак по 1—2 кашичице дневно.

### 13. КРУПНА И СИТНА БЕЛА РАДА

И њу су хвалили као средство против грознице Мортон, Хофман и др., вероватно у вези с боловима који иду уз грозницу.

Најзгодније је употребити је као чај, али као јак чај. Узи-мају се две кашике беле раде (камомиле) и преливају шОАОМ клучале воде. То се оставља да кисне не пет или десет минута, него један час. Затим се процеди, по вол»и заслади и пије изван оброка (доцније, измебу јела).

### 14. БЕЛА ВРБА

Употреба коре од врбе против грознице и других грознича-внх стања била је и раније популарна, па је и остала откакo су је признали и потврдили савремени научници.

У ту сврху треба узимати кору од грана старијих од три године и давати је у облику прашка — 2 до 3 грама пре сваког оброка. Или треба давати расо од ње у вину, који се прави од

Др Сава Петровић каже „зечија стопа”.

50 грама коре и 1000 грама вина. Доза за узимање: по једна ма-ла винска чаша (80—90 грама) пре доручка и ручка. Ово вино, по мишлењу Лијежоа, може заменити вино од коломба (горко вино — стомачни лек). А алкохолно-водни згустак даје се по 2—3 грама дневно као средство за јачање, и по 4—8 грама днев-но као *средство против грознице*.

### 15. ЦРВЕНА ВРБА

"Уместо беле врбе (крте врбе) може се применити и црвена врба.

Хемијска анализа показала је да у кори врбе има танина, две миришлавe материје,

једна зелена. друга црвенкаста, и је-дан нарочити лек — салицин (гликозид), који нарочито делује против грозница уопште и маларије напосе.

Осим тога, кора од врбе је добра против слабости стомака и црева, она даје снагу и у многим приликама може да замени кору од кине.

Лекари су давали кору од врбе против грознице још у XVI веку, али су престали да је препоручују кад је хемија издвојила из ње салицин и синтетски спремила салицилну киселину а од ње доцније и друге препарате. Међутим, народ се у многим земљама лечио од грознице врбом — по старом начину.

„У свакој форми, осим пернициозне (самртне)", писао је др Сава Петровић, „салицин се може да даје уместо кине; а скувана или осушена и истуцана кора од врбе могла би, као презерватно средство (предохрана), велику помоћ да учини популацији која живи у барским пределима."

Савремена наука сматра да противгрознично деловање врбе није тако јако нити поуздано као што се то раније мислило, али је неоспорно утврдила да кора од врбе има друга, сигурна деловања, због чега је и треба примењивати. Тако нпр. она умирује нерве код нервних болесника; затим, као што смо рекли, делује добро на стомачне поремећаје (код повећане киселине у стомаку), снажи организам који има да се бори стално с грозницом. У том смислу говори и Леклерк.

Зато би у местима где постоји стално барска грозница тре-бало пити свакодневно повећу чашу скуване коре од врбе, да би се, с једне стране, јако умањио број грозничавих, а с друге стране да не би долазило до опасне, самртне грознице, нарочито код деце (др С. Петровић).

## 16. ОКОЛОЧЕП

Професор Бушард, а доцније и Бертен и Казен сматрају је као један од најбољих лекова против наступних грозница, и поузданији него што је салицин (који се налази у кори врбе).

(једну кашичицу) дневно (у 2—3 пута).

## 17. ПЕЛЕН

Осим чаја, који се спрема од 5 грама сувог листа на литар кључале воде. може се спремити и вино од пелена по овом рецепту:

Листа од пелена Ракије . . . Белог вина . .

30 60 1000

Оставити да заједно све кисне 10 дана. С времена на време промућкати. После 10 дана процедити кроз хартију за цеђење лекова (купити у апотеци). Узима се по 30—100 грама дневно у случају грознице и грозничавих стања уопште.

**Биљке које помажу очишћавању организма, крви и сокова од остатака и последица грозница и грозничавих стања**

## 1. ЦЕЛЕР

Баштенски, гајени целер употребљава се као лек против грозничавих стања. Није опор. Гајење му одузима ту опорост. Његов аромат изазива апетит. Поред других особина он има и ту да помаже и мокрење.

Узима се као чај, у дози 15—20 грама на литар кључале воде; 2—3 шоље дневно.

## 2. ПИСКАВАЦ

Употребљава се лист, цвет и корен ове биљке као средство за чишћење крви и за знојење у облику чаја, а у дози 10 грама на литар воде (2—3 шоље дневно). Ако у плућима болесника има јаког и густог шлајма, овај ће му лек свакако користити, нарочито када се спреми течан екстракт и узима по 2—3 грама дневно, тј. три пута дневно по 25 капи, у води.

Ова биљка, коју су некада стари сматрали као врло моћну због тога што је терала на мокрење, данас се сматра као доста невина — и баш због тога може да се употреби код разних дечјих заразних болести, као што су: овчје богиње, ситне богиње (мресе), заушнице, као и у другим случајевима кад деца добро не мокре.

### Смеше

У популарној медицини могу да се употребе ове смеше за изазивање знојења код грозничавих стања:

*Пелен, жалфија, дивизма*; од сваке биљке узима се по 4 грама за чај, тј. отприлике једна кашика на шољу кључале воде.

Или *анђелика*, *зова*, *троскот*, *трава од срца*, од сваке по 3 грама, такође за чај. Опет једна *кашика* на шољу воде.

У исту сврху могу се употребити и сва она средства која гоне на мокрење, а наведена су у оделку о бубрежним болести-ма, као што су: *раставић*, *вења* (само за кратко време), *бреза*, *пиревина*, *трешња*, *гладушевина* итд.

## Купање

За лековито купање у току неке болести и после ње може да се примени триње од сена.

Триње се скува у великом котлу и изручи у корито с водом (или у каду) у коме се болесник купа. Или се чиста пуна врећица с трињем спусти у воду за купање да трава кисне као чај.

Такво купање ојачава тело, умирује и освежава и лечи ко-жне појаве ако још постоје. Нарочито делује добро код неуралгија, реуматизма живаца, болова у крстима и ногама, као и код дуготрајних женских болести где су запаљења стишана и не изазивају повећану температуру.

Код свих народа, па и код нас, лековито биље служило је као СПОЉНО средство у лечењу многих болести. Почев од врац-бина па до стварног додавања биља, миришљивих вода, есенци-ја, зејтина и екстракта води за купање — све је служило лечењу. Најчешће се то чинило у случајевима реуматизма и убоја, затим кожных болести и грозничавих стања.

Код реуматизма, нпр. најподеснији би били: а) вења (чај од 100 до 200 грама зрна за једну каду); б) одвар од вење, нај-боље са зеленим лишћем (иглицама) додан у каду; в) пупољци од бора — такође као додатак води за купање; г) екстракт од смрче и бора по 200—300 грама за једно купање, с додатком од-вара од храстове коре (кува се 400 грама коре у гвозденом су-ду два сата) — добар је за купање мале деце, а у кадицу се од тог одвара сипа две шоље. Купање треба да траје што дуже. Купање у ораховом лишћу је врло добро.

Код мокрог ексема са сврабом — облоге од камилице врше добру службу. *Напомена:* Уместо облога може се у таквим случајевима применити најситнији прах од беле раде. И најзад да додамо да се против (фавуса) у народној медицини примењује с успехом лишће бршљана згњечено и претворено у прах, каже Е. Мајер.

Из изложеног у овој глави видело се да-нарочито маларија, барска грозница или трескавица, као и свако друго грозничаво стање не може бити побеђено само једним специфичним леком, ма то био и такав „господар ситуације" као што је кинин. Често и при јакој дози и најправилнијој употреби лека клице грознице не могу да се униште у човеку, јер ако је семе уништено у крви, ипак се оно негде у неком кутку крије и у повољним условима, при великој топлоти или хладноћи, купању итд.

поново измили и расеје се по крви.

Дакле, осим кинина потребна су и друга средства и други лекови за борбу с маларијом, како у појединачним случајевима тако и за време епидемија, лети.

Не вреди разбацивати кинин и ограничити се само на његово примање, већ треба с једне стране уништити легла комараца и уопште санирати прилике под којима се маларија распростире а и друге ојачати заражене и оболеле организме да Под теретом болести не изгуби сваку отпорност и моћ да се по врате. Ту им средства која су овде поменути могу много помоћи.

Само таква заједничка акција и појединаца и органа који имају задатак и дужност да се боре против маларије може до-нети осетно оздрављење оних наших места и крајева где се та болест одомаћила.

Не улазећи овде у претресање целог овог питања, које за-сеца у толике интересе: материјалне, друштвене, државне, про-светне и професионалне — желим да завршим своја изласања једним научно необоривим мишљењем, које се састоји у овоме:

*Кад се лечи маларија — не лечи се само кинином нити се бори само против инфекције.* Кинин, поред својих драгоцених свој-става, има и побочна штетна деловања: он може изазвати

лака и јача тровања, чак и у малој дози, и утицати штетно на слух, на вид, крвни систем, органе за варење, јетру, на кожу и друге органе — ако се мора узимати дуго и ако је оболело или необолело лице (у циљу предохране) јако осетљиво на овај лек. Зато су се почели предлагати и други облици кинина (Plа-втоѕит и др.), које такође не могу сви подносити. При таквом стању ствари и примена других биљака, противгрозничних и помоћних, има своје пуно оправдање. Осим тога, кад се лечи маларија, не смеју се заборавити ни појаве које она изазива, као ни последице које после себе оставља у другим органима тела.

Треба лечити срце, јетру, слезину, нерве; треба очистити крв и надокнадити у крви оне састојке који су за време напада и пустошења маларије по телу били смањени. Треба, тако рећи, поправљати организам током низа година и применити



многа средства док се не успостави пређашње стање.

У том циљу, и из тих разлога, поред других метода лечења, *боље познавање и боље искоришћавање домаћег лековитог биља постаје неопходно*. Лековито биље је у малој мери *потребно свакоме*, али оно и познавање његово постаје *обавезно* за све оне којима је лечење занат и животни позив и који у народу носе високо звање лекара.

## **ЗБИРКА РЕЦЕПАТА ЗА МЕШАВИНЕ И ПОЈЕДИНАЧНЕ ЛЕКОВИТЕ БИЉКЕ**

### **Неколико претходних речи**

Од појаве првог издања овог дела прошло је више година. За то време лечење лековитим биљем добило је за-маха и одомаћило се у нашој средини више него икада раније. А постигло је већ извесну зрелост — било захваљујући распрострањењу наше књиге, било новим приликама које су на-стале за наш народ, или већем интересовању интелегентних чланова нашег друштва за тај начин лечења. Укратко речено: први период научног упознавања и примене је прошао и ми сад можемо прећи не само на спремање лекова од издвојених, појединачних биљака него и на примену већег броја мешавина него што их је било у прва два претходна издања. Наука то дозвољава; разуме се, само у границама њених резултата и искуства признатих ауторитета на том пољу. О томе сам се осведочио на многим изворима и на многим местима; наиме, да се мешавине биљака могу успешно применити, али само ако су по своме деловању сличне или једнаке, ако се могу набавити и ако се све спремају на исти начин (све као чај, или све као куван чај, одвар, ако се пију у исто време, топле, хладне итд.).

У циљу да употпуним своје дело, дао сам се на посао да овом издању додам и општу прегледну и згодну рецепт-туру како појединачних најбољих биљака, тако и најупрошће-нијих мешавина (јер све зависи од тога шта се има под руком и шта се може набавити) за примену код појединих болести и група болести — како су оне изложене у тексту, тј. трудио сам се да по истом реду, дакле паралелно, дам и рецепте за њихово лечиње. Лако се неки рецепт понавља — од тога. нема штете.

Само се по себи разуме да сам се и овде, поред свога искуства и искуства својих интелегентнијих пацијената, служио и новим научним изворима који су ми стајали на располагању (др Мајер и др.), те да се читалац или корисник овога дела може и убудуће с пуним поверењем њиме служити.

Уз ово изнећемо следеће напомене:

Кад се у рецептима одређује да треба да се попије цела шоља чаја — онда се то рачуна за одрасле, тј. за особе преко 18 или 20 година; за дете до 12 година важила би половина дозе (1/2 шоље, прашка, пилуле итд.; за дете од 6 година — треба дати 1/4 дозе; за дете од 3 године — 1/8 итд.).

При томе треба имати у виду да шоља садржи обично 150—180 грама течности или десет кашика, или петнаест полу-кашика („десертних“) или тридесет кашичица

течности; што значи:

## РЕЦЕПТИ

### I. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ОБОЉЕЊА ОРГАНА ЗА ДИСАЊЕ

1. Код обољења горњих органа за дисање, која се појављују као катарисноса, гуше и „гркљана, и са знацима кијавице, отежаног гутања и промуклости, поред упутстава и комбинација у тексту могу се додати и ови рецепти:

„Траве певача" (стрижуше) ..... )  
Корена од слеза (набраног у септембру) } —.  
& 1 . I) грама  
Листа од жалфије ..... j  
Цвета од ситне беле раде ..... 40 грама

Помешати, потом 2 кашике ове мешавине попарити двома шољама кључале воде и топлом течносту испарити нос или гушу. (У нос не ушмркивати дубоко.)

#### 2. Против честог крварења из носа:

Коре од храстовине ..... 40 грама  
Корена од слеза (или корена од стеже) . . 60 "

\*

*Упутство:* Ставити 2 кашике мешавине у 300 грама воде и кувати 15 минута. Употребити за испирање носа или као тампонаду („фитиљ") од газе или вате и запушити ноздрву из које тече крв. Тампон мењати тек после два часа.

3. За инхалације — удисање, напаривање услед кијавице запушеног носа и душника („каћење") може се применити:
4. Жалфија или цвет ситне беле раде (камилице), на овај начин:
5. Узима се пуна кашика цвета и меће у лонац с водом. То треба да кључа у поклопленом лонцу. Затим се пацијент изнад лонца покрива широком марамом и подижући с времена на време поклопац с лонца пушта пару и удише је на уста и на нос.
6. *Напомена:* Ако се код оваквих стања ништа нема под руком, може се за испирање носа (не сувише високо) употребити слана вода — 2 пута дневно. Исто се то може применити и ради испирања гуше — гргорити.

### II. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ОБОЉЕЊА ГОРЊИХ ОРГАНА ЗА ДИСАЊЕ И ПЛУКА За

## избацивање шлајма:

1. Прашак од корена љубичице ..... 30 грама

*Упутствозимат:* У и помало на врху ножа 3—6 пута дневно с водом.

2. Чаја од корена љубичице Воде .....

*Упутство:* Узимати 5—6 кашика дневно.

3. Одвара од белоноге . .

за 180 грама воде Сирупа од слеза додати до

*Упутство:* на 3 часа по једну кашику.

**За избацивање шлајма код бронхијалних запаљења после запаљења пдућа, гнојних бронхитиса, проширених бронхија и трулежи у плућима:**

1. Пречишћеног терпентина 50 грама

*Упутство:* три пута дневно по 10—20 капи у води од кувансп јечма (одвару).

2. Сирупа од белог лука ..... 100 грама

*Упутство:* по 1 средњу кашику — 6 пута дневно.

3. Пуполка од бора ..... 100 грама

*Упутство:* Узимати по 10 грама. Попарити шољом кључале воде и пити вруће (колико се може).

4. Плода од мироћије ..... 1 по  
Плода од анасона ..... J 30 грама  
Вранилове траве ..... 40 „

*Упутство:* Прокувати 1 **кашику** мешавине у шољи воде и **вруће** попиту.

### **Мешавине које ублажавају надражај на *катаљ*:**

1. **Мирођије** (плода) .....

Исландске маховине\* ..... **по**

Алге **караген\*** ..... **25 грама**

Корена од слеза .....

*Упутство:* Прокувати 1 **кашику** мешавине у шољи воде и **вруће** попиту (нежна столица **као** **побочно средство**).

2. **Мртве**

**коприве** (или **смрдљиве коприве**) 1 **једнаки** **Раставића** ..... **ј делови**

*Упутство:* Попарити шољом **кључале** воде 1 **кашику** мешавине, и пити **топло**. Или исту **количину** **кувати** у 200 **грама** воде и пити **млако**.

\* Купити у апотеци.

3. **Још сложенија мешавина:**

Корена од слеза ..... **1 по**

Благовања ..... 30 **грама**

Траве од **ушљама** ..... **1 по**

Нане, **лишћа** ..... **Ј 10 грама**

Цвета од **зове** или **исландске маховине**

**МироБије** (плод) ..... „

*Упутство:* Попарити 1 **кашику** мешавине шољом **кључале** воде и пити **вруће**. Три пута дневно по 1 шољу.

4. **Мирођије** (плод) ..... 20 **грама**

Листа и **цвета** од **подбела** ..... 60 „

Листа од **жиловлака** ..... 20 „

*Упутство:* Прокувати 1 **кашику** мешавине у шољи воде и пити **вруће**, 2—3 пута дневно.

### **III. ЗА ЛЕЧЕЊЕ МАГАРЕЂЕГ (ВЕЛИКОГ) КАШЉА КОД ДЕЦЕ**

1. **Течног екстракта** од **мајкине душице** . . 100 **грама** *Упутство:* Узимати

4—6 пута дневно по 1 **кашичицу**.

2. **Сирупа** од **мајкине душице** ..... 100 **грама**

**Доза:** иста.

3. **Цвета** од **зове** ..... 40 **грама**

**Росне траве** ..... 20 „

Листа од **жиловлака** ..... 40 „

**Упутство:** 1 кашичицу мешавине попарити малом шољом воде и топло попити.

4. Дивље<sup>г</sup> рузмари<sup>на</sup> ..... 50 грама

**Упутство:** Држи се у чистом алкохолу (50 грама) 10 дана. Затим се алкохол исцеди. То је тинктура. Петнаест грама те тинктуре меша се с 85 до 100 грама шећерног сирупа.

Даје се по 1/2 кашичице деци од 4 до 8 година. Мањој деци од 1, 2 или 3 године дају се мање дозе: 10, 20 или 30 капи сирупа са мало воде.

#### IV. ЗА ЛЕЧЕЊЕ АСТМЕ — ПЛУЋНЕ

1. Тинктуре од лобелије\* 20 грама

**Упутство:** Узимати по 20 капи за време напада.

2. Ефедрин или ефетонин добијају се из биљке или се спремају хемијски у лабораторијама и прописују у виду колачића или у комбинацији с дру-гим лековима (сувим или у течности). Примењују се само код наступа бронхијалне астме, и по моме иску-ству с јаком, чистом „турском“ кафом и облагањем це-АОГ грудног коша слачицом или реном (по 10 минута).

Хајдучке траве . . . Листа подбела ....  
Листа од шумског слеза Цвета  
лавандуле . .

**Упутство:** 1 кашику мешавине прелити шољом воде и оста-вити да прокључа; пити више пута дневно.

#### V. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ТУБЕРКУЛОЗЕ

1. Троскота .... Раставића .... Смрдљиве  
коприве Росуље ..... Мајкине душице .

\* Лобелија је америчка биљка, али је апотеке имају.

**Упутство:** У шољу се сипа 1 кашика ове мешавине, прелије кључалом

водом и остави да кисне (6—10 минута). Пије се вруће, по 2—3 шоље дневно.

2. Смрдљиве коприве .....
3. Раставића ..... по
4. Хајдучке траве ..... **25 грама**
5. Целера (лишће или корен) .....

*Упутство:* Скувати чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Пити топло, 2—3 шоље дневно.

### **Против сталног надражаја на кашаљ**

1. Корена од белог омана ..... **10 грама**

*Упутство:* Спремити га као јак чај у 200 грама воде и налити у испрану чисту боцу. Узимати одатле више пута дневно по 1—2 кашике.

Апотекари могу спремити лек у пилулама по овоме рецепту:

2. Екстракта из корена омана ..... 1,5 грама

Додати колико треба масе за 30 пилула. Давати по 3—6 пилула дневно (према узрасту).

### **Против крварења из плућа**

1. Петелјки од имеле . ..... 40 грама

Раставића ..... 1 по

Троскота .....; 30 грама

*Упутство:* Једна кашика мешавине прокува се у количини воде за једну шољу, и то се пије преко целог дана гутљајима.

2. Листа од врбе .....

Листа од зимзелена ..... по

Красуљка ..... | 10 грама

Троскота .....

*Упутство:* Исти начин спремања и давања као под 1.

по 30 грама 40 „

## VI. СРЕДСТВА ЗА ЗНОЈЕЊЕ

1. Цвета од липе .... Цвета од зове .... Цвета од ситре беле раде

*Упутство:* Попарити 1 кашику цвета у шољи. Пити **колико је** могуће вруће.

2. Цвета од липе .....

Цвета од зове .....

Цвета од беле раде (ситне) .....

по 25 грама

Вранилове траве .....

Мајкине душице .....

*Упутство:* Куван чај — 1 кашика мешавине на шољу воде. Пити колико се може вруће.

## VII. СРЕДСТВА ПРОТИВ ЗНОЈЕЊА

1. Листа од жалфије (исецканог) .... 100 грама

*Упутство:* Две кашике попарити кључалом водом (у количини једне шоље) и то на тихој ватри кувати 10 минута. Попити увече пре спавања 1—2 шоље.

2. Жалфије .....	
Благовања .....	<b>по</b>
Олуштене коре од ораха	40 грама
или Цвета од зове ....	
	20 грама

Примена као под 1.

3. Сирупа од белог лука ..... 100 грама

Упутство: Увече, пре спавања, по 1—2 кашике.

За лекаре:

а) Агарицина ..... 1 по

Екстракта опијума ..... **Ј 0.3 грама**

Екстракта од хељде или проса дати колико треба за 30 пилула.

Упутство: Узимати пре спавања 1 пилулу, по потреби и ноћу 1 пилулу.

б) Екстракта беладоне ..... 0,01 грама

Какаова масла ..... 2 „

Упутство: Спремити да буде чепчић. Дати XII. Стављати увече по 1—2 чепчића у задње црево.

**VIII. ПРОТИВ ЈАКИХ ИСПЉУВАКА ИЛИ БАЛА Очајнице ..... 100 грама**

Упутство: Попарити у шољи 1 кашику *кључалом водом*;

да кисне 6—10 минута. Пити 3 шоље дневно.

За апотекаре:

А1гории ..... 0,0075 грама

Направити 30 пилула.

Упутство: по 1 пилулу 3 пута дневно. Чим се зенице почну ширити, лек обуставити.

**IX. СРЕДСТВА ЗА ЛЕЧЕЊЕ ОРГАНА ЗА ВАРЕЊЕ Против болести стомака**

1. Где је потребно изазвати повраћање:

Корена од *копитњака* ..... 5 грама



Умугство: Попарити шољом кл>учале **воде и затим давати** **кашику** по **кашику** до деловања.

2. Где је потребно умирити повраћање:

а) Спремити чај од нане, охладити га и давати гутљај по гутљај .....

б) Листа и цвета од матичњака ..... 100 грама

*Упутство:* Попарити 1 **кашику** шољом **клучале** **воде** и пити гутљајима **охлађено**.

в) Матичњака ..... 60 грама

Нане ..... 1 по

Ситне беле раде ..... 40 грама

Ова мешавина спрема се као претходни чај и исто **тако** примењује.

1. Линцура

а) Чисте тинктуре **линцуре** ..... 50 грама

*Упутство:* По 30 **капи** у мало воде пред само јело — два пута дневно (пред ручак и вечеру).

б) Чисте тинктуре **линцуре** ..... 28 грама

Стомачне киселине растворене .... 2—5 „

*Упутство:* Узети 25—30 **капи** пред ручак и вечеру. Ако постоје и болови у стомаку,

онда давати:

в) Тинктура **линцуре** ..... 25—30 грама

Стомачне **киселине** разблажене . . . 2—5 „ Кодеина фосфорног

*Упутство:* Одрасли 25—30 **капи** пре јела у мало воде — 2 пута **дневно**.

2. Хмељ:

а) Ситне **жлездице** из шишарица хмела (суве)

„Прах женских цветова" ..... 0,3 грама

*Упутство:* Узимати по један прашак пре јела.

б) Шишарке од хмела за чај ..... 10 грама

Воде ..... 100 „

*Упутство:* 1—2 **кашике** пре јела, 3 пута **дневно**.

в) ИВирота ..... \

Пелена ..... [ по

Кичице ..... ( 25 грама

Зимзелена ..... j

*Упутство:* Узимати по 1/2 **кашичице** на шолуу **клучале** **воде**. Пити гутљај по гутљај пре јела.

## X. СРЕДСТВА ЗА ИСТЕРИВАЊЕ ГАСОВА

### 1. Кима ..... 1 по

Коријандра ..... | 20 грама

*Упутство:* Истуцати и направити прашак. Давати наврх рожа после јела с водом.

### 2. Мирођије .....

Нане .....,

„ „ свепо Хајдучке траве ..... ^

Кичице .....

Грчице (горке детелине) . .

*Упутство:* Употребити кашику мешавине за шолу прокуваног чаја, и на 1/2 часа пре јела попити 1/2 шоље.

### 3. Очајнице .....

Кичице .....

.. I по Матичњака ..... },,

- , „ '20 грама Грчице (горке детелине) .....

Шишарки од хмела ..... j

*Упутство:* Спремити као пређашњи чај, али узимати само 2—4 кашике пре јела.

### 4. Мирођије ..... 1 по

Кима ..... | 10 грама

Матичњака ..... I по

Кичице ..... | 40 грама

*Упутство:* Попарити 1 кашику смеше шољом кључале воде. Дневно попити 2—3 шоље после јела.

### 5. Анасона .....

Мајкине душице ..... по

Раставића ..... 20 грама

Пелена .....

*Упутство:* Узети 1 кашику мешавине а шољу воде. Ставити на ватру да прокључа. Узимати преко целог дана гутљај по гутљај.

## XI. СРЕДСТВА ЗА ЛЕЧЕЊЕ ХРОНИЧНОГ КАТАРА СТОМАКА

### 1. Корена од водопије ..... 1 по

Орахова листа ..... ) 20 грама

Хајдучке траве ..... 1 по

Мајкине душице ..... j 30 грама

*Упутство:* Спремити прокуван чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Пити 2—3 шоље топлог чаја дневно — на 1/2 часа пре јела.

Ако постоји и неко плућно обољење (бронхитис итд.), може се применити мешавина:

Момчића и кије\* .....

Хајдучке траве .....

Петровца .....

Кима..... .. 10

*Упутство:* За шољу проврелог чаја узима се 1 кашика мешавине. Дневно се пије по 2—3 шоље пре јела.

## **XII. СРЕДСТВА ПРОТИВ ПРОЛИВА**

1. Цвета и листа белог слеза .....

Листа подбела ..... по

Цвета црног слеза ..... **25 грама**

Листа и корена од јагоде .....

*Упутство:* 2 **кашике** мешавине узима **Ју** се **за** једну шољу про-куваног чаја. Пије се **кашика** по **кашика**.

2. Цвета од зове ..... 10 грама

Листа од слеза ..... **20** „

Листа од малине ..... 1 по

Листа од жалфије ..... **Ј** 25 грама

Троскота ..... 20 „

*Упутство:* Справља се чај и пије као и претходна мешавина. Узима се преко целог дана.

2. Корена од стеже ..... 40 грама

3. Храстове коре ..!..... **60** „

*Упутство:* Кувати 2 **кашике** мешавине у **количини** воде **која** је **доволна** за једну шољу чаја. Пити гутљај по гутљај преко дана.

2. Семена од храста, исецканог ..... 40 грама

Орахова листа ..... 60 „

*Упутство;* Исти начин спремања и **примања** као и под 2.

<sup>1</sup> **Замењује** сенегу и **ипекакуану**. **600**

5. Листа од матичњака ..... **І** по

Листа од нане ..... **Ј** 30 грама

Цвета од ситне беле раде ..... 60 грама

*Упутство:* Попарити 1 **кашику** мешавине шољом **кључале** воде од 150—180 грама. Пити по 1/2 шоље чаја неколико пута **преко** дана.

6. Чубра ..... 100 грама

Упутство: Попарити шол>ом **к**лучале воде 1 **ка**шику и пити **то**пло више пута дневно.

### **XIII. СРЕДСТВА ПРОТИВ СРДОБОЉЕ, ДИЗЕНТЕРШЕ**

1. Корена од стеже' ..... 100 грама

Упутство: Узети 1—2 **ка**шике за једну шољу чаја. Кувати и **не**колико пута дневно пити **то**пло.

2. Сирупа од белог лука ..... 200 грама

Упутство: Давати више пута дневно по једну **ка**шику.

### **XIV. СРЕДСТВА ЗА ЧИШЋЕЊЕ**

1. Сирупа од мане (сока из **к**орена црног ја-сена) ..... 100 грама

Упутство: Давати **ка**шичицама деци — на сваки сат до **де**-ловања.

2. Рипрае 1 атапслогит слеригале (из апотеке) 25 грама

Упутство: Додати сирупа од мане да се **на**прави **ка**шица. Дава-ти деци по 1—2 **ка**шичице више пута дневно.

<sup>1</sup> Има је у околини Краљева.

3. Сирупа од пасјаковине ..... 100 грама

Упутство: Сок од зрнаца спреми се **ка**о сируп. Од тога сирупа узима се ујутру наше у шољи чаја 10—30 грама (према јачини затвора), или **не**колико **ка**шичица преко дана.

4. Одвара од коре **к**руишне ..... 20 грама

Упутство: Ову **к**оличину коре кувати у 200 грама воде и **у**кувати је до 100 грама. Онда додати обичног сирупа (шећерног) 50 грама. Узимати увече по 2—4 **ка**шике пре спавања.

5. Коре од крушине .....'

Корена од пиревине (туцаног и очишће-)  
по ног ..... -,-,

„ • **25 грама** Хајдучке **т**раве .....

Лишћа од сене („сенеблетер") ....

Упутство: Узети 1 **ка**шику мешавине на шољу воде и скувати чај. Пити по једну шољу ујутру, а **а**ко је потребно, и увече.

6. Ладолежа ..... 50 грама

Нане .....

Кима .....

Плода од мироћње ..... > „„

\*\* ( <sup>10</sup> грама Матичњака .....

Цвета од божура .....

*Упутство:* Кључадам водом попарити 1 **кашику** мешавине у шољи. Попити једну иди две шолје топлог чаја пре спавања.

7. Цвета од трна ..... 50 грама

*Упутство:* Попарити једну кашичицу цвета шољом **кључале** воде. Рано ујутру и увече попити по 1 шољу топлог чаја.

У последње време **показало** се да атебрин — иначе **познато** одлично средство против маларије — **помаже** истеривању пантљичаре.

## **XVI. ЗА ЛЕЧЕЊЕ БОЛЕСТИ ЈЕТРЕ И ЖУЧНИХ ПУТЕВА**

1. Раставић — дуго **куван** у води (30 грама на 300—350 грама воде), и све **укувано** до 1/2 **количине** воде — пије се **млак** 2 пута дневно, ујутру и пре спавања.

2. Раставића ..... 50 грама

Очајнице ..... **10** „

Петровца ..... ) **по**

Нане ..... j 20 грама

*Упутство:* Попарити 1 **кашику** мешавине шољом **кључале** воде. Оставити да стоји 6—10 минута, и пити два пута дневно по шољу пре јела на 1/2 часа.

3. Корена од крушине ..... 1

Матичњака .....

Петровца (лист) ..... } „

„ ' , \ {20 грама Нане (лист) .....

Траве од русе ..... j

*Упутство:* Попарити 1 **кашику** мешавине **шољом** **кључале** воде. Ујутру и увече пити по 1 шољу.

4. Цвета од **пољског** мака (сувог) ..... 20 грама

*Упутство:* Захватити с два прста мешавине — за шољу чаја. Попарити шољом **кључале** воде и пити у случају напада.

5. Шипак (осушени)

*Умутство:* Даје се као **кувани** чај; или се од не сасвим зрелог шипка спреми пекмез и даје **кашичицама** 2—3 недеље, 3—4 пута дневно.

## XVII. ЗА ЛЕЧЕЊЕ СРЧАНИХ БОЛЕСТИ

У својим ранијим радовима увек сам упозоравао на то да је тешко руковати лековима за срчане болести; толика је разлика у симптомима код појединих болесника да је непрактично и штетно оставити њима избор лекова за њихово лечење. Нарочито у последње време, широки круг срчаних болесника је склон да срчане појаве код себе сматра као нервозу, па и праве срча-не мане ставља у ту лаку категорију. У ствари, то није тако;

често се испоставља и сасвим друга врста болести — на пример, хронично обољење плућа и др., што захтева сасвим нов правац лечења — другим речима: „срчани болесник“ није срчани болесник.

С друге стране, ми се не можемо ограничити на она два основна лека у лечењу срчаних оболења: дигиталис и стро-фантус — како то чине неке школе, већ број срчаних лекова треба проширити колико је год могуће. Иако не можемо олако дати у руке пацијенту тај дигиталис и строфантус, да он то сам себи спреми и по своје нахођењу узима не знајући докле и кад треба да их узима, можемо и треба да искористимо сва средства, досад позната и примењивана, која могу користити нашим срчаним болесницима. Мислим да је од особите важно-сти примењивати их пре него што наступи слабост и поремећај срчане радње (декомпензација), те да се не примењују „краљеви“ у срчаној терапији пре него што наступи њихов час.

Зато ћемо пропустити овде рецепте за дигиталис и комби-нације његове с другим лековима (приморским луком, кини-ном, спартеином), што улази у домен лекара, а навешћемо само рецепте „блажих“, али исто тако ефикасних срчаних лекова, које могу спремити и мање искусни али интелигентни пацијенти или њихова околина. Навешћемо средства против срчане слабости после заразних болести, у случају спортског срца, код менопаузе и друпних незгода и нервоза — код млаћих и старијих. 1. Тинктуре ђурђевка или тинктуре гороцвета даје се по 2 грама дневно, тј. 20—40 капи на дан, подељено у три дозе (потражити у апотеци)

2. Корена од одољена . . . . .

Цвета од деспица .....

гг. 1 ПО

Траве срдачице .....},«

V | 20 1рама Кима ..... -

Мирођије ..... ј

**Упутство:** Попарити 1 **кашику** мешавине **ШОЉОМ** **кључале** **воде**. Узимати три пута дневно по 1 шољу. Пити лагано.

3. Корена од одољена ..... 10 грама

Цвета од поморанџе ..... 20 „

Грчице ..... 30 „

Матичњака ..... 1 **по**

Нане ..... **ј** 20 грама

**Упутство:** Попарити мешавину **шолом** **кључале** **воде**. Оставити да **кисне** пола часа и пити по 1/2 шоље — 3 пута дневно. **У** случају муке у стомаку или појаве пролива, дозу смањити на 1/4 шоље.

### **Средства против нервозе срца с убрзаним и неправилним откуцајима срца'**

1. Цвет од глога као чај: 1 **кашичица** сувог цвета на 100 грама **кључале** **воде**. Пити — два **пута** дневно.

2. Капи од глоговог цвета

(потражити у апотеци) ..... 20 грама Давати по 10—20 капи у води, 3—5 пута дневно.

3. а) Капи од глогиња (зрелих) ..... **20 грама**

по 5 капи 3—5 пута дневно. б) Или кувати чај (одвар) од ..... **15 грама**

у 150 грама **воде од глогиња** Узимати 6 пута **дневно** по 1 **кашику**.

Болеснику се саветује и да лежи у току **дана**.

### **Помешани симптоми срца и стомака**

Нане (луте) .....

Нане (барске — војвођанске) . Мирођије (плода)

.....

Анасона (плода) .....

Кима (плода) .....

Хајдучке траве .....

Коре од крушине .....



грама

*Упутство:* 1 кашику мешавине попарити кључалом водом у шољи од 150 грама. Узимати после јела као чај.

### Средства против ангине пекторис — срчаног грча

Ова средства не могу заменити хитну примену нитроглицерина, амилнитрита, морфина или других опијумских лекова који моментано олакшавају, али као предохрана од честих на-пада и јачине напада могу дати позитиван резултат:

1. Срдачице .... Матичњака ... **Кима** ..... Корена од одољена

*Упутство:* Попарити у једној шољи кључале то 25 грам воде 1 кашику мешавине. Узети три пута дневно.

2. Листа од седефа Мајкине душице Матичњака

*Упутство:* Попарити шољом кључале воде 1 кашику мешавине, и пити <sup>10</sup> ~~10~~ грама чај три пута дневно.

3. Седефа ..... 10 грама

Матичњака ..... 1

Срдачице .....} „<sup>п0</sup>

„ ( 20 грама Мајкине душице ..... J

Стеже .....\* ... 30 грама

*Упутство:* Исти начин спремања и узимања као под 1 и 2.

### **Средства против артериосклерозе и повећаног крвног притиска**

1. Цвета од глога ..... 1

Главице белог лука .....[ по

Раставића .....[ 25 грама

Имеле ..... \

*Упутство:* Једну кашику мешавине кувати 1/4 часа у води, за једну шољу. Ујутру и после подне од 3 до 4 часа пити по 1 шољу.

2. Пре више година гинеколог др Ј. Фотић обратио ми је пажњу на приказ у новог средства које смањује крвни притисак (бр. 74 од 1948. године), наиме, на лист од маслине. То се доцније гочело примењивати у ширем обиму.' Првобитно упутство било је следеће:

Кувати 70 листова маслине у 1300 грама воде док се кувањем ова количина воде не укува до половине, тј. до 650 грама (упутство др Стамадијадеса). Затим треба процедити, насути у боцу и добро затворити па давати пре јела — 3 пута дневно. Овај кувани чај (одвар) изазива површинско ширење крвних судова, шири главне крвне судове на срцу, а не утиче на срчане мишиће. Помаже бубрежну циркулацију, не делује рђаво, појачава мокрење и азотемију не пење. Поред примене код артериосклерозе и повећаног притиска добри резултати постигнути су и код жена у послеклимактерично доба, и код лаквих наступа срчаног грча.

- Др Мазет (Ница) 1938, Данијел Брине и Оливијера 1939, Жардон 1942, проф. Леон Бине 1950. год., и други, открили су деловање маслино вог листа на крвни систем, ПОВОАНО у многим правцима.

Најновија искуства захтевају да маслинов лист буде **свеж** да се сваки пут пре кувања пресече уздуж и попречно. Лечење траје 15—20 дана. Може се поновити после једно-месечне или двомесечне паузе. Што се тиче времена примања— ако стомак подноси — моја би приуедба била да се *не може узимати једино пре јела*, него у време кад се иде на посао ујутру или преко дана, пре рада по сунцу, пре одласка на жучне лебате и састанке, а за старији женски свет пре посла око ватре.

## XVIII. ЗА ЛЕЧЕЊЕ БОЛЕСТИ БУБРЕГА И МОКРАБНИХ ПУТЕВА

### За појачано мокрење код запаљења бубрега и бубрежних ткива

1. Брезовог листа ..... 100 грама

*Упутство:* Попарити у шољи 1 кашику листа кључалом водом. Томе додати наврх ножа соде бикарбоне. Пити по 2—3 шоље дневно.

2. Брезовог листа најситније истуцаног ... 50 грама *Упутство:* Узимати по 1/2 кашике — 3 пута дневно, с водом.

### Против дуготрајних (хроничних) запаљења бубрега

Брезовог листа ..... 60 грама

Челеби-гране .....} по

Босиљка .....J 20 грама

*Упутство:* Попарити у шољи 1 кашику мешавине кључалом водом. Нека

постоји 6—10 минута. Пити по 1 шољу — 3 пута дневно.

### Против хроничног запаљења бубрега с повећаним крвним притиском

Раставића ..... 1 по

Брезовог листа .....) 40 грама

Имеле (дршка и лист) ..... 20 „

*Упутство:* Попарити у шољи 1 кашику мешавине кључалом водом. Узимати 3 пута по шољу.

### Против обољења и запаљења мокраћних канала

1. Цвета од слеза .....

2. Листа од мечјег грожђа .....

3. Жалфије..... 25 грама

4. Раставића .....

*Упутство:* Узети 1 кашику мешавине на шољу воде и скувати чај. Пити 3—6 пута дневно.

2. Брезе ..... I

Мечјег грожђа ..... j

Коњеге (слатког корена)<sup>1</sup> .....

20 грама Першуна ..... <sup>1</sup>

Свиле од кукуруза ..... *Упутство:* Спремити као под 1. Пити топло 2—3 шоље дневно.

3. Сипанице .....

Мечјег грожња ..... по

Семена од лана ..... 25 грама

Семена од краставца .....

*Упутство:* Исти начин спремања као под 1 или 2. Узимати више пута дневно.

Против камена или песка у бубрегу 1. Сок од грожња (шира)

*Упутство:* Узимати преко дана чешће по 1/2 шолје до целе шоље.

' Корен..... 1 грам

*Упутство:* Спремиги у обlandaма 20 прашкова. Давати по 1 прашак 3 пута дневно док мокраћа не пође црвена.

**Против песка, кристала или талоба, мокраћне соли урата илв много урата<sup>1</sup>**

Чај од лоскавца (зрна) ..... 10—100 грама

*Упутство:* Узимати 3 пута дневно по 2 кашике у време из-међу оброка (у 9, 15 часова или пре спавања).

**Против нелагодности, болова и грчева у мокраћној бешвици**

1. Коре од беле (сребрнасте) тополе ... 1 Корења од барске метлице\* ..... (или хајдучке траве) 1 25 грама Корена од стеже .....  
Корена од одолена ..

*Упутство:* Узети 1 кашику мешавине на шољу воде и скувати чај. Више пута дневно пити по 1—2 шоље. •

2. Свиле од кукуруза ..... 100 грама

*Упутство:* Спремити чај од тога у литру воде и пити преко дана.

### Код незадржавања мокраће (ноћу, у постељи — код деце)

Дивљег босиљка ..... по

Медунике ..... 50 грама

*Упутство:* Попарити шољом клучале воде 1 кашику мешавине. Давати преко дана.

### Против крви у мокраћи

Корена од перунике (виноградске руже) 1 по Мечјег грожђа ..... 30 грама

Троскота ..... ] по

Коприве ..... | 20 грама

*Упутство:* Скувати чај од једне кашике мешавине на шољу воде. Узети више пута дневно до стишавања и престанка поја-ве крви.

2. Корена од стеже ..... 60 грама

Медунике ..... ( по

Красулка ..... | 20 грама

*Упутство:* Исто спремање и употреба као под 1.

### Против надражаја у бешици и мокраћном каналу

Зрнаца од хмеља ..... 0,05 грама

Млечна шећера ..... 0,2 „

*Упутство:* Толико је потребно за сваки прашак. Спремити 20 прашкова и давати 3—5 прашкова дневно.

### Средства која појачавају мокрење

1. Чај од лишћа белоноге ..... 10:500 грама

*Упутство:* Не сме се чај кувати, него само прелити лишће кључалом водом. Давати по 2 шоље дневно.

2. Листа од брезе ..... 100 грама

*Упутство:* Спремити чај од 1 кашике листа на шољу воде;

лодати чају наврх ножа соде бикарбоне — доза: 2—3 шоље дневно.

3. Зрна од веће ..... 50 грама

*Упутство:* Истучати у прах и давати по 1/2 кашичице у води 3 пута дневно.

4. Зрна од вење ..... 50 грама

Упутство; Скувати чај од 1 кашике зрна на шољу воде. Узимати 3 пута дневно по 1 шољу.

5. Першуна (стабло и корен) свежег .... 50 грама Питомог (или дивље) целера ..... 50 „

Упутство: Целу ову количину кувати у 1 литру воде (15—30 минута) и одвар сипати у боцу и добро запушити. Од тога давати по 3 шоље дневно.

6. Тако се може спремити одвар и с гдавицама шпаргле.

7. Плода од першуна ..... 50 грама

Упутство: Справља се чај од 1 кашике семена на шољу воде. Узимати 3 вдоле дневно. Или:

8. Плода од першуна .....

Плода од шаргарепе ..... по

Плода од кима ..... 25 грама

Плода од анасона .....

Упутствд: Спремати као попарен чај од 1 кашике мешавине плодова на шољу воде. Узимати 3 пута дневно по 1 шољу.

9. Нане (љуте) ..... по

Корена од зечјег трна ..... ј 30 грама

Зрна од вење, истуцане ..... 25 „

Листа од сене ..... 15 „

Упутство: Скувати чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Пити 3 шол>е чаја дневно.

10. Шипка (плода) ..... 50 грама

Зечјег трна (корена) ..... по

Вење (зрна) ..... Ј 25 грама

Упутство: По 1 кашика мешавине за шољу чаја. Узимати 2—3 шоље дневно.

### Код сталне неправилности пулса

1. Жутог зечјег трна ..... 20 грама

Троскота ..... ј по

Раставића ..... Ј 25 грама

Листа од брезе ..... 30

Упутство: Скувати чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Пити по 1 шољу — 3 пута дневно.

2. Мирођије (плода) ..... по

Кима (плода) ..... 10 грама

Зове (цвета) ..... 20 „

. Плода од першуна ..... по

Вење ..... Ј 30 грама

**Упутство:** Као чај — 3 пута дневно по 1 шољу.

3. Жутог зечјег трна .....

Листа од боровнице ..... по

Раставића ..... 25 грама

Троскота .....

**Упутство:** Попарити 1 кашику мешавине шољом **кључале воде**. Узимати 3 шоље дневно.

**Код водене болести (услед болести бубрега)**

Прољевка ..... 50 грама

**Упутство:** 1—3 грама за шољу чаја. Узимати наште по три дана, са одмором од три дана.

**XIX. ЗА ЛЕЧЕЊЕ РЕУМАТИЧНИХ ОБОЉЕЊА Зглобова: код акутног стања**

**с повећаном температуром тела**

1. Коре од кининског дрвета најситније исецкане ..... 1 грам

**Упутство:** Давати у обландама 3 пута дневно по 1—2 прашка.

2. Коре од врбе исто тако најситније исецкане. **Упутство:** Давати по 2—3 прашка

одједном — 3 пута дневно.

3. Коре од врбе ..... 200 грама

**Упутство:** Десети део ове количине прелити водом и прокувати у 200 грама воде. Затим процедити и тај одвар **кувати** док не остане 100 грама. Узети у току дана.

4. Коре од црне врбе .... 200 грама

**Упутство:** Справити и узети на исти начин као под 3.

5. Или мешавине

Коре од врбе ..... 1 по

Коре од црне тополе ..... | 100 грама

**Упутство:** Справити и узети на исти начин као под 3.

**Код мишићног реуматизма**

1. Листа белог јасена ..... 100 грама

**Упутство:** Попарити једну кашику листа шољом **кључале воде**. Узимати по 2—3 шоље дневно.



2. Пупољака од бора ..... 100 грама

*Упутство:* Десети део прелити кључалом водом (150 грама) и у току дана узимати кашику по кашику. Или направити сируп од борових пупољака и узимати 3 пута дневно по 1 кашику.

3. Веће (зрна) ..... 100 грама

*Упутство:* Једну кашику зрна предити кључалом водом (150 грама) и узимати у току дана кашикама (на 2 часа).

4. Сока од рена (свеже исцећеног) .... 100 грама *Упутство:* Узимати по 1 кашичицу 3 пута дневно.

5. Барског троскота .....

Благовања ..... по

Челеби-гране ..... 25 грама

Дубчаца .....

*Упутство:* Попарити 1 кашику мешавине кључалом водом у шолџи. Пити три шоле дневно топлог чаја.

## Спољна средства

1. Уља ..... 200 грама

## За утрљавање

2. Алкохола од веће ..... 200 грама

Иста примена.

3. Камфорног уља ..... 100 грама

Иста примена.

4. Камфорног шпиритуса ..... 100 грама

Иста примена.

## Купање у лековитом биљу

5. Зрна од вење ..... 150 грама

*Упутство:* Целу количину прокувати у литру воде и онда **улити** у каду (или корито) с водом за купање.

6. Грања од вење ..... 200 грама

Исти поступак.

7. Пуполака од бора ..... 150 грама

Исто као под 5.

## XX. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ГИХТА (ПОДАГРЕ, ЗГЛОБОБОЉЕ)

Коре од ољуштеног ораха(плода) . . . [ по Коре (ољуштене) од дивлег кестена . . [ 20 грама Коре од врбе ..... 30 „  
Раставића ..... 20 „  
Зрна од лоскавца ..... 10 „

*Упутство:* По једну кашику мешавине за шолу чаја. Прокувати. Узимати по 1 шољу ујутру и увече.

## XXI. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ГОЈАЗНОСТИ

1. Траве горке кије .....[ по  
Слатког корена .....( 15 грама  
Корена од водопије ..... 25 „  
Листа од подбела ..... -25 „  
Анасона ..... 10 „  
Мирођије ..... 10 „

*Упутство:* Узети једну кашику мешавине на шољу воде. Скувати чај. Попити ујутру, наштину, топло.

## Имеле . . . Хајдучке траве Анасона . . .

*Упутство:* Скувати чај од једне кашике мешавине на шољу воде. У току дана попити гутлајима.

## XXII. СРЕДСТВА ЗА ЛЕЧЕЊЕ ШЕЋЕРНЕ БОЛЕСТИ

1. Траве и семена од ждраљевине . . 50 грама



Плода од мирођије ..... 5 грама

*Упутство:* Скувати чај од кашике мешавине на шољу воде. Ујутру и увече узимати по 1 шољу.

#### **XXIV. СРЕДСТВА ЗА ЛЕЧЕЊЕ НЕРВНИХ БОЛЕСТИ Лечење нервозе, неурастеније, хистерије**

1. Листа од нане (љуте) ..... 60 грама

Листа грчице (горке детелине) ..... 25 „

Корена од одољена ..... 15

' Шевара има врло много врста (89), али ова врста највише личи на пиревину, има дугачко танко и оштро лишће и клас на дугачкој дршци с мушким (горњим) и женским цветовима у пазуху, а на врху опет су мушки. Замељује друге крвне „очистителе“.

*Упутство:* 1 кашику мешавине попарити шолом кључале воде. Ујутру и увече попиту по 1 шољу топлог чаја.

2. Шишарки од хмела .....( по

Деспика (цвета) ..... | 15 грама

Нане ..... 20

Матичњака ..... 50 „

*Упутство:* Примена као под 1.

3. Потплотуше .....

Добричице ..... по

Нане ..... ( 25 грама

Матичњака .....

*Упутство:* Примена као под 1. Само узимати 3 шоље дневно.

4. Црне коприве ..... 1 по

. Добричице ..... | 20 грама

Ситне беле раде ..... 1 по

Цвета деспика ..... j 25 грама

*Упутство:* Примена као под 1.

4. Босиљка .....

Добричице ..... по

Нане ..... 25 грама

Матичњака .....

*Упутство:* Примена као под 1. Две шоље дневно — топле.

### Против несанице

1. Уља од хмеља ..... 20 грама

*Упутство:* Узимати пре спавања по 10 капи на шећеру.

2. Плода од мирођије ..... 10- грама

*Упутство:* Прокувати све у 1/4 литра бела вина и попити пре спавања.

*Упутство:* Попарити ЛИПОВ цвет шољом клучале воде и пити по 1 шолу пре спавања.

### Против неуралгије и жигова

Могу се применити утрлавања разних зејтина: од кима, од мајорана, сок од лековитог мишинца. Између осталих средстава употребљава се маст од:

Ментола ..... 0,3 грама

Бела вазелина ..... 30 „

Утрљати на месту где боли.

### Као додатак купатилу

Триња од сена

Прокувати извесну количину триња (једну пуну осредњу торбу) у котлу и све изручити у каду или корито с топлим водом.

### Против епилепсије

1. Корена од божура ..... 1 по

Корена од пелена ..... J 25 грама

*Упутство:* Истуцати мешавину у најситнији прах. Давати на-врх ножа 3 пута дневно с водом.

2. Корена од пелена ..... '25 грама

Корена од одољена ..... 1 по

Цвета од ситне беле раде ..... J 15 грама

Коре од цимета ..... 10 „

*Упутство:* Правити чај од 1—2 кашике на шољу воде. Пити 3 пута дневно по 1 шољу.

### **Против незадржавања мокраће (ноћног — код деде)**

1. Хајдучке траве ..... 70 грама

Цвета од веприне ..... 5 „

3. Цвета од липе ..... 100 грама

*Упутство:* Попарити 1 кашику мешавине шољом кључале воде. Попити увече у 6 (18) часова топао чај. Дете не сме лежати на леђима.

2. Цвета од веприне ..... 4 грама

Листа од веприне ..... 4

Воде ..... 750 „

Сирупа од лимуна ..... 60 „

*Упутство:* Најпре се лист и цвет попаре кључалом водом (750 грама). То стоји 6—10 минута. Процеди се потом кроз густо платно, томе се дода 60 грама сирупа од лимуна и пије по 1 шоља у 18 часова увече.

### **Против сувишног полног нагона**

• 1. Корена од одолена ..... 40 грама

Шишарки од хмеља ..... 60 „

*Упутство:* По 1 кашику мешавине попарити шолом кључале воде. Увече попити једну шољу — топло.

2. Босилџка .....] по

Седефа ..... J 20 грама

Хмеља (шишарке) ..... 60 „

*Упутство:* Спрема се и употребљава исто као под 1.

### **Против слабог полног нагона**

1. Листа од ораха или „женског лана"<sup>1</sup> . . . по Исландске маховине .....  
20 грама

Матичњака ."..... 1 по

Салепа ..... { 30 грама

*Упутство:* Једна кашика мешавине прокува се у води за чај. Попити једну шољу дневно.

<sup>1</sup> — обична ланена зевалица

**XXV. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ЖЕНСКИХ БОЛЕСТИ** Ради регулисања менструације и против болова

1. Корена од одољена ..... 1 по

Листа од нане (љуте) ..... J 30 грама

Цвета од ситне беле раде ..... 40 „

*Упутство:* Спремити чај од 1 кашике мешавине **на** шољу воде. Пити топло неколико шола дневно.

4. Очајнице .....

Кантариона .....

Кичице .....

| 20 грама Мајкине душице ..... •

Благовања .....

*Упутство:* Узети 1 кашику мешавине за шолју чаја и прокувати. Рано ујутру и увече попиту по 1 шољу .

#### **Код недовољне менструације или одсуства њеног**

1. Плода од мирођије ..... по

Слатког корена ..... 30 грама

Листа сене („сенеблетера“) ..... 40 „

*Упутство:* Скувати чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. , Увече попиту једну шољу топлог чаја.

5. Коре од крушине ..... 1

Хајдучке траве ..... J 30 грама

Листа сене ..... 40 „

*Упутство:* Исто као под 1.

3. Корена белог омана ..... 1 по

Корена од анасона ..... ј 20 грама

Смрдуше (очајнице) ..... 1 по

Цвета од трна ..... Ј 10 грама

Хајдучке траве ..... 40 грама

*Упутство:* Спрема се као чај под 1.

4. Седефа ..... по

Беле раде ..... 20 грама

Матичњака ..... по

Рузмарина..... 30 грама

*Упутство:* Исти начин спремања и узимања као под 1.

### **Средства за смањивање менструације код превеликог месечног крварења**

1. Траве „хоћу-нећу" ..... 1 по

Троскота ..... | 30 грама

Имеле ..... 40 „

*Упутство:* Прокувати по 1 кашику мешавине на шољу воде. Ујутру и увече по 1 шољу.

2. Коре од храстовине .....

„Хоћу-нећу" ..... по

Хајдучке траве ..... 25 грама

Корена од стеже .....

*Упутство:* Скуватичај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Преко дана пити 1—2 шоље гутљајима.

3. Цвета од невена ..... 20 грама

Русомаче ..... I по

Нане (луте) ..... (40 грама

*Упутство:* Исти начин спремања\* и употребе као под 2.

### **Стране биљке по рецептима против крварења**



1.

Упутство: Узимати по 30 капи — 3 пута дневно у води. (Купити у апотеци.)



1 — лимун; 2 — лисичји реп; 3 — краставац, а — плод; 4 — паприка, а — гранчица у цвету, б и в — плодови.

**ТАБЛА 3».**



*1 — јасен, а — цвет; 2 — мртва коприва; 3 — кестен; 4 — срдачица .*

*Упутство: Давати по 20 капи 3 пута дневно. (Купити у апотеци.)*

## Против послепорођајних крварења и млитавости материце.

*Упутство:* Спремиги 20 прашкова. Давати по 1 прашак — 3 пута дневно.

## Средства против белог прања

За унутарњу употребу:

1. Корена од линцуре ..... } по

Раставића ..... 10 грама

Беле мртве коприве ..... по

Троскота ..... 20 грама

Росанице (вирка) ..... 30 „

*Упутство:* Скувати чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Пити преко дана гутљајима.

2. Жалфије ..... | по

Листа од рузмарина ..... | 30 грама

Хајдучке траве ..... 40 „

*Упутство:* Скувати чај од 1 кашике мешавине на шољу воде. Ујутру и увече узети по шољу.

3. Зимзелена .....

Ладолежа (пољског) .....

Вранилове траве ..... \ -n

' 20 грама Красуљка .....

Хајдучке траве .....

*Упутство:* Од једне кашике ове мешавине на шолу воде скувати чај.

Пити по једну шолу топлог чаја — ујутру и увече.

### **За спољну употребу: Испирање**

1. Храстове коре .....] по  
Цвета од ситне беле раде ..... ] 10 грама  
Листа од коприве ..... 1 по  
Троскота .....) 30 грама

*Упутство:* Узети 4 кашике мешавине на литар воде. Прокувати, процедити и кад се охлади до топлоте човечјег тела, испирати се.

2. Листа од ораха ..... 10 грама

*Упутство:* Исти начин спремања и исти начин примене као под 1.

3. Рузмарина .....]  
Жалфије .....} „ П  
--."•• (20 грама Хајдучке траве ..... ]  
Храстове коре ..... 40 „

*Упутство:* Исто као под 1.

## Послепорођајно прање

Брдске крупне беле раде 100 грама *Упутство:* Попарита шољом клучале воде једну кашику. Узимати 2—3 шоље дневно — топло.

## Средства за појачање количине мајчиног млека

Анасона .....

Мирођије .....

Морача .....

по 25 грам

Вранилове траве .....

*Упутство:* По 1 кашику мешавине прокувати и попиту по 1 шољу ујутру и увече.

### Код изобиља млека у прсима

Листа од ораха ..... 20 грама

Листа од жалфије ..... 1 по

Шишарки од хмела ..... | 40 грама

*Упутство:* По једну кашику мешавине прокувати и ујутру и увече попиту по 1 шолу.

## XXVI. СРЕДСТВА ЗА ЛЕЧЕЊЕ КОЖНИХ БОЛЕСТИ

1. Орахова листа .....

Врхова шпаргле ..... по

Корена (жиле) од пешчаног шеvara . . 25 грама Корена од маслачка .....

*Упутство:* Скувати чај од кашике мешавине на шољу воде. Пити три пута дневно по 1 шољу.

2. Даниноћи ..... 100 грама

*Упутство:* Једну-две кашике попарити шољом клучале воде, затим на тихом пламену кувати 10 минута. Узимати 3 пута дневно по 1 шољу.

3. Од свеже исецканог краставца — сок узимати по 2 кашике 3 пута дневно.

## Против бубуљица и чирева

### 6. Чај од пивског квасца

*Упутство:* Спрема се на пари, а не директно с водом на ватри.

### Против екцема

#### 5. Коре од храста

*Упутство:* Сва ова количина прелије се водом и у гвозде-ном лонцу кува два часа. Од овога се узима око две велике шоље и сипа у млаку воду у којој се држи и купа рука (или други орган) најмање један час. После тога посипа се простим прашком, талком или скробом. Може се применити и као облога на месту обољења.

6. Исто се постиже купањем у одвару од ораховог лишћа.

### Против влажног екцема, са сврабом и томе слично

#### 7. Цвета од ситне беле раде ..... 20 грама

*Упутство:* Попарити 1 кашику цвета у шољи и кад се охлади — употребити као облогу.

#### 8. Цвета од камилице, ситно истуцаног . 20 грама Скроба од пиринча ..... 1 по Скроба од пшенице .....( 35 грама Талка ..... 10 „

Назначити: за пудерисање!

## XXVII. ХИРУРШКЕ БОЛЕСТИ: РАНЕ НА КОЖИ

### 1. Стежа (корен)

*Упутство:* 1—2 кашике корена стеже прокувати у води (на једну шољу) и тиме опрати рану и превити завојем.

2. Тинктуре веприне ..... 20 грама

Упутство: Посути с неколико капи опрану рану и превити.

### Гвојаве ране

3. Челеби-гране Жалфије . Русомаче 10  
..... ) грама 20 ..

Упутство: Исти поступак као под 1.

### Ране на цеваници с екцемом, чиревима итд.

1. Вучје јабуке (цела билјка) ..... 100 грама

Упутство: 2 кашике билјке прелити кључалом водом, у којој кувати од 150 до 200 грама и затим 10 минута на лакој ватри кувати.

Употребити за купање (10—20 минута) ране и за облогу после тога.

## XXVIII. ЗА ЛЕЧЕЊЕ ЗАРАЗНИХ БОЛЕСТИ И ГРОЗНИЧАВИХ СТАЊА

Видети код реуматичног обољења са повишеном температурама и рецепте 1, 2, 3, 4, 5.

15 грама 10 .. 5 .. 10 ..

1. Корена од линцуре . .....

Коре од врбе

Корена (жиле) од пешчаног шевара . Кичице ..

Упутство: Скувати чај од 1

Грчице (горке детелине) .....

кашике мешавине на шолу воде. Попити у току дана 1—3

шолу овог чаја — топлог.

2. Кичице .....

до 25 грама

Листа белог јасена .....

Листа од врбе .....

Грчице (горке детелине) .....

Упутство: Спрема се и узима као под

У апотеци добија се као: . Носи назив и „змијска јабука“, „змијски копитњак“; у Америци се употребљава као дек против уједа змије или уједа бесног пса, пре него што се оде лекару.

### 3. Пречишћеног терпентина 20 грама

Упутство: Давати по 5—10 капи 2—3 дневно у одвару од јечма (код трбушног тифуса).

#### Ради појачања мокрења и изазивања знојења

„Чај од пет врсти цветова" (Леклерка)

Цвета од деспица ..... 10 грама

Цвета од невена ..... 5 „

Цвета од борача ..... 5 „

Цвета од жутог зечјег трна ..... 5 „

Цвета од даниноћи ..... 5 „

Упутство: Попарити 1 кашику ове мешавине шољом кључале воде и оставити да постоји 10 минута. Пити 3 пута дневно по 1 шољу овог чаја

#### ЗАВРШНИ ДЕО

Један од наших филозофа рекао ми је: „Ко хоће да напише нешто савршено — неће га никад написати." У сваком случају, ми бисмо додали: било би му за то потребно и више десетина година. Па због тога нека засад оволико буде доста, јер време пролази, лети, а људе треба поучити како да се лече и пружити им средства за лечење. Критичне године захтевају то, ма дело било и несавршено.

Али упоредо с овим и оваквим мојим радом, или баш због њега, могу искрснути у нашој средини и јавности друга питања, која досад нису била ни покретана озбиљно, а још мање решавана, а то су:

Прво, право појединих људи да скупљају и продају лековито биле за домаће лечење, а не само за трговину на велико у земљи и извоз у иностранство.

Друго, спремање таквих лица убудуће за вршење те професије или умешности скупљања биља.

На трећем месту долази и питање о гајењу домаћег лековитог биља, као и о пренашању и покушајима да се код нас гаје потребне биљке из тубих крајева и са других континената које могу да се нашем терену и поднебљу прилагоде (проба аклиматизације).

\* Сматрао сам за потребно да задржим овај део јер он по садржина својој још није исцрпен.

И на четвртом — био би ред да се бар приближно види: колико увозимо лековитог биља уопште; којег има код нас, а којег нема, и колико наша земља може подмирити потребе у таквом биљу кад би се сав тај посао око скупљања дивљих или гајених лековитих биљака организовао, контролисао и средио. Колико ја знам, досад нису постојали одређени подаци.

Мислим да би око првог питања, о праву појединих људи да се занимају сакупљањем и продавањем лековитог биља, било највише неспоразума, па и борбе, јер је оно скопчано с интересима појединаца који засад имају неку врсту привилегија, а те проистичу из њихових диплома. Зато ћу се на том питању подуже и задржати, јер је ту реч о народном здрављу и ствара се, ако не сад одмах, а оно створиће се у будућности, нов ред људи, чији положај треба унапред одредити.



За тај ред људи предлажем назив билобери.

## О БИЉОБЕРИМА

И тако, не гледајући на сав наш развој, биљоберско питање тек има и треба да се реши и учврсти.

Ко продаје код нас у народу лековито биље? Неке бабе, неумивене жене, старци. Како га продају? У котарицама на пи-јаци или у неким сандучићима, натрпаним без реда, где је све биље испретурано, ко зна кад брано, чак и несушено, изложено прабини и превртању многих руку. Реч није овде о великопродавницама, већ о оним ситним.

Нека нико не мисли да сам ја ту реч буквално измислио, још мање скбвао. У мом родном крају, летњи Св. Јован, Ивањдан (24. јуна по старом календару), звао се Св. Иван или Св. Јован Биљобер. Тог дана се код нас брало цвеће, лековито и нелековито, плели се венци, китиле куће итд. Шта је природније и шта биље одговара духу нашег језика него да за скуплаче лековитог биља узмемо назив „биљобер“?. Реч „травар“, која је служила за подсмех, не одговара правом стању посла. „Травар“ може продавати траву и травке, али билобер је познавалац лековитог биља, уопште лековитог материјала који дају биљке, и он већ иступа као квалификовано лице за скупљање тог лековитог биља.

Људи који се тиме занимају — ако не рачунате ону хајдучку траву, жути раван, кичицу, пелен или кантарион — имају огра-ничено знање о деловању билака које продају. Њима је главно— зарада. Они ће вам хвалити своју биљку као да од ње може жена и да роди и да не роди, како им кад затреба. Још их нико не контролише, нико их не може контролисати. Није ми позна-то да њихово занимање спада у област брига и контроле Министарства народног здравља? А сумњам да је когод тамо и водио рачуна о тој професији која има велик и важан однос према народном здрављу када се узме у обзир цела земља. Отуда закон и власти гоне само надрилекаре. Лекари, са своје стране, гоне такође надрилекаре, и никако да их похватају.

Али надрилекарство уопште, а и надрилекарство у области лечења билем не истребљује се полицијским гоњењем. Јер ако неком болеснику помаже облог од топлог катрана стављен на реуматично и отекло колено — а за то је чуо од свог суседа или од надрилекара — никакви разлози неће га убедити да није био у право што је послушао надрилекара или суседа, ма ко лико њему, надрилекару, платио. Надрилекарство је само природна појава и последица непросвећености народа, и ништа више. За овим'тек долазе други разлози.

Просветимо народ, и њему неће бити потребни надрилекари.

Пре првог светског рата наше су власти гониле неког тра-вара који је по Београду трговао травама. И лекари су помагали то гоњегђе. И данас му се смеју.

После сам увидео, а данас још више, колико је то било погрешно. Уместо да су лекари из дана у дан, просвећивали народ у погледу деловања лековитог биља и научно разлагали шта која биљка може учинити, а шта не— они су, занети новом факултетском терапијом и фасцинира-ни индустријским лековима, сматрали за понижење да се за-нимају том материјом и оставили су бојно поље једном нестручном човеку и једном шерету да лече јавно и тајно многобројни свет. Недавно је умро у Београду један од тих трговаца, који је продавао куване чајеве. Потцењивала се у нашој простој средини терапија биљем, **иако** је паметни **луди** никада нису напуштали. У ствари, доста би било да који наш лекар од ауторитета **напише** књигу, **као** што је на пример ова моја, па да многи травари нестану, или бар они главни **који** се праве важни! Књига др Саве Петровића била је одлична. А од необразованих надри-лекара свет се неће моћи никад ослободити.

Тенденција и слабост нашег образованог и научног света да се брзо покори новоме нигде се није тако јасно исполила **као** што се испољила у нашој фармакопеји из 1908. године (лекови и прописи за њихову чистоћу, спремање и **количину** која се **сме** узети наједанпут). Из саме те **књиге**, која је требало да буде нешто ново, види се **колико** је она уска и скучена, а све због тога што је огроман број **лекова** од **лековитог биља**, који су се налазили у ранијој фармакопеји из 1880, био избачен (с осталим лековима више од 2!4 стране самих назива) и **међу** њима су избачени били и лекови **који** су у париској академији сматрани као специфични.

Они су се **код** нас сматрали као преживеле дроге. **Као** да у медицини има нечег што је преживело! Има нешто што је усавршено, али преживелог **има** мало, **ако** изузмемо нечистоћу. Задатак наш није да у овој књизи полемишемо, а и простор нам не допушта да набрајамо све **биљне лекрве** који су онда били жртвовани моди и времену. Сад су они већином оживели и код нас, јер **никад** нису ни умрли у другом свету.

Треба просвећивати наш свет и спремати нови ред бил>о-бера. Да би наша јавност а и **законо**Давна тела били упознати с тим питањем, сматрамо за потребно да овде изнесемо **какав** је положај **билобера** у Француској и каква су тамо њихова **права** и дужности. На основу тих података могао би се и код **нас** у ту сврху увести **известан закон**.

Др Батестини у, од 10. септембра 1927, **изно-си** **како** је регулисано биљоберство у Француској, а др Рекли у својој књизи износи **закон** по **коме** се тамо стичу права да неко **буде** **биљобер**. Из објашњења др Батестинија и др Реклија излази следеће: **Нико** не мже да врши то занимање ако није пре тога био подвргнут испиту у једној од виших **школа** за фармацију: **ла**. познаје тачно **лековите** **биљке**, а потом се са сведочанством да **је** способан за тај рад пријави општини где мисли да ради. Тај законски пропис потиче још из доба револуције, наиме **ОА** 21. жерминала XI године и уредбе од 25. термидора године XII (тј. 11. априла 1803. и 13. августа 1805. године). Тим се **законом** тражило **не** само познавање **биљака** већ и знање **како** да се **ове** суше и чувају. Услови за добијање сведочанства (или дипломе) за биљоберство били су двојаки: 1) за **биљобере** прве класе и 2) за **бил.обере** друге класе. Прва **класа** имала је право да ради по **делој** **земљи**, а друга само у оном округу (департману) у **који** **јје** била примљена. Тако су нпр. **биљобери** друге класе, који су добили сведочанство од **школе** за фармацију у Паризу, имали право да се

занимају бил>оберством само у сенском департаману (париском округу). Кандидати за одлазак на студије, на којима су морали да проучавају ботанику и да посећују библиотеке, ботаничку башту и друге институте, морали су поред крштенице и уверења о добром владању подносити и друга сведочанства, као и доказе о материјалним средствима за студије која су им потребна. Жене које су хтеле да студирају бил>оберство морале су поднети сведочанство о томе да ли су удате или разведене; затим, да имају дозволу мужа и извод из црквене књиге о браку — венчаницу. У случају развода — имале су поднети претходно решење о раскиду брака или пресуду о дефинитивном разводу. Удови-де су морале поднети умрлицу мужа. Кандидати добијају, разуме се, своје индексе, које морају носити са собом и не смеју да их позајмљују никоме;. Иначе их удаљују из школе. Кандидати за бил>обере прве класе полажу пријемни испит из општих предмета: читања, правилног писања (погрешака при диктираном писању не сме бити више од пет), рачунице и метарског система. Тек пошто положи тај испит кандидати могу поднети молбу за пријем у школу. Кандидати морају имати најмање 21 годину, и пошто се упишу и покажу као способни, полажу испит из своје струке:

познавања лековитих биљака, спреме за њихово брање, сушење и чување. Кандидати осим познавања обичних биљака морају показати и извесно знање о особинама тог биља. За испитне таксе и диплому плаћало се 100 франака. Биљобери друге класе не подвргавају се пријемном испиту о општим предметима. Од њих се тражи само познавање биљака, како да се беру, суше и чувају. Али и они не могу бити млађи испод 21 године. Своје сведочанство морају показати општини у којој мисле да се настане и да раде. Биљобери не смеју продавати никакав спремљени лек. Поводом ове последње одредбе закона водила се жучна борба између апотекара и дипломираних бил>обера читаво столеће и више — све до данас.

Др Батестини је изложио перипетије те борбе, које као информацију и ми треба да знамо. Пре свега, „браћа-непријатели“, реч је од бил>оберима и апотекарима, воде спор о томе где је граница њиховог занимања и домена и поље рада. С једне стране закон каже: Нико не може спремати, продавати и крчмити ниједан лек ако није дипломирани апотекар, а с друге даје право бил>оберима, конкурентима апотекара, монопол да продају „биљке или делове лековитих биљака, домаћих, свежих и сувих“ Овако стилизовани закони још из доба прве републиканске преијере показују како на основу њих могу да искрсну проблеми Кас које ни столеће борбе није могло да реши. Једино што је постало јасно у тој узајамној препирци било је да бил>обери нису могли да продају: прво, прекоморске биљке и, друго, отровне билке (решење касације тек 1891. године), за које су постојале нарочите одредбе.

Али, биљобери су остали упорни у својој борби за право да могу продавати лековите биљке, с правом да саветују за које су болести добре и у којој количини (доза) могу бити при-мењене. Њихови противници — апотекари — одсудно су им то одбијали. Право да продају лековито биље, тврдили су они, није апсолутно, јер закон каже да нико нема право да крчми лекове „осим њих". Право њихово не разликује се од права бакала и дрогериста, за које закон каже да не смеју продавати никакав састав нити мешавину апотекарску, иначе се казне сумом од 500 франака (што је за предратно доба била велика казна). Значи да биљобери могу трговати на велико лековитим биљем, али не смеју крчмити на мало и продавати као лек. Ова два гледишта на ствари и право доводила су по унутрашњости до безбројних сукоба и парница пред судовима, како вишим тако и нижим, и нигде се није могло постићи једин-ство, мада је касација (1926. године), да би уклонила тешкоће, донела одлуку којом се јасно одбија гледиште биљобера. Тим им се решењем касније не само забрањивала продаја отровног биља домаћег порекла него им се забрањивало и да справљају било какву мешавину биљака коју би понудили купцима, јер се та мешавина може сматрати као лек, а то право и монопол, међутим, имају само фармацеути, тј. да спремају и продају лековите саставе у циљу лечења. Па ипак, и поред овог категоричног решења нису сви судови приликом насталих гоњења биљобера стали на страиу касације и признали су биљоберима право да продају биље у лековите сврхе, и одбили да сматрају мешавину биљака за апотекарске саставе, како због лакоће у дозирању тако и због њиховог деловања да ублажују бол; а уз то се не продају на грам него на делове. Правнички, дакле, није било једноставности у том спору. Касација је решила једно, али отпор који се изродио после тога изгледа да није завршио ту законску борбу. Она се пренела и у законодавно тело. Најзад је један од посланика у скупштини, у име Комисије за хигијену, поднео овакву редакцију новог закона (17): „Свако лице које има сведочанство биљобера може држати и про-давати све лековите биљке или делове лековитих биљака, свеже или исушене, помешане или не, изузимајући отровне билке које су као такве обележене у кодексу" (франц. фармакопеји). Овим пројектом закона дало се право биљоберима да могу продавати и стране биљке, неотровне. И ту је ствар опет стала, јер је парламент био ускоро распуштен. Како је дале поступлено, није ми познато. Али је изван сумње да се и код нас у интересу народног здравља мора то питање једном решити.

По угледу на Француску, ми бисмо могли основати такође један „Комитет за медицинско билље" (који је тамо установљен законом од 3. априла 1918, дакле још за време рата) при јед-ном од министарстава (трговине, народног здравља или пољо-привреде) и ставити му у задатак да уз помоћ пододбора у главним местима у унутрашњости „потражи практичан начин и организује, развије и појача неговање и брање лековитог биља и њихов промет у земљи и у иностранству; да предузме мере да не буду истребљене и да не ишчезну дивље врсте леко-витог биља; да школује бераче, да створе заједничке (коопера-тивне) сушнице за биље, да аклиматизу туђе, да негују наро-чите биљке итд." Тако гласи указ о образовању тог комитета.

„Тај ће комитет“, вели се даље, „водити рачуна о целокупној производњи и берби, о количинама које могу да се увезу и потребне су за народ, да се нађу подесни путеви да ту нужду задовоље; најзад, помагати стварање нових предузећа и развијати стара која чувају и производе добра из лековитог биља.“ Под овим последњим подразумевају се предузећа која производе уља за дрогерије, апотеке и парфимерије. Као што је познато, Француска је била и остала прва земља у погледу производње разних мириса, миришљивих сапуна и ликера, а за све то су јој потребне есенције које се добијају углавном из биља. Да би се те потребе задовољиле, основано је било накнадно „Одељење за билне сировине“, потребне за дрогерије, апотеке, дестилацију и парфимерију, које је доцније било придодато првом комитету. Тај је комитет састављен био од многих стручних и званичних лица, међу којима се налази, осим представника министарства и лекара, апотекара и дрогериста, и представника трговца с биљним семеном. Подаци о свему томе могу се наћи код Ролеа и Буреа. И за пет година после оснивања ових уста-нова Француска је достигла свој циљ — еманципацију. Колико је та област била важна за општу економију појединих држава види се из тога што је Немачка дала велике фискалне олакшице производњи и продаји алкохола, који се много троши при извлачењу (спремању) лекова из биљака. Захваљујући томе њихови препарати — лекови са или без алкохола — могли су да поплаве ту тржишта. Иако не бисмо хтели, ипак морамо мислити на то да кад-тад спремамо већину лекова у својој земљи од свог лековитог биља и свог алкохола, и друго, да морамо и за другу грану, вађење есенција из биља за лекове и друге потребе, углавном мирисну индустрију, ма како она била у почетку непотпуна и несавршена, тако ће створити услове да она постане народна в самостална Средства и путеве да нађе тај наш будући комитет и организације које он створи. А сумљиво је само по себи да он мора одредити и правац за научно испитивање нашег земљишта у физичком и хемијском погледу, уколико то недостаје, за боље култивисање лековитог биља, као и да хемијски контролише садржај у лековитим састојцима нашег биља. А ако будемо способни за то да бар помогнемо распрострањење оног знања и резултата који су постигнути у другим земљама — путем брошура, књига, биљних библиотека, слика итд. — те да бар теоријски будемо упознати с напретком те гране науке и привреде, свакако ће се код нас наћи људи који ће приводити у дело нове замисли. Можемо рећи да су се такви људи већ нашли у нашој држави.

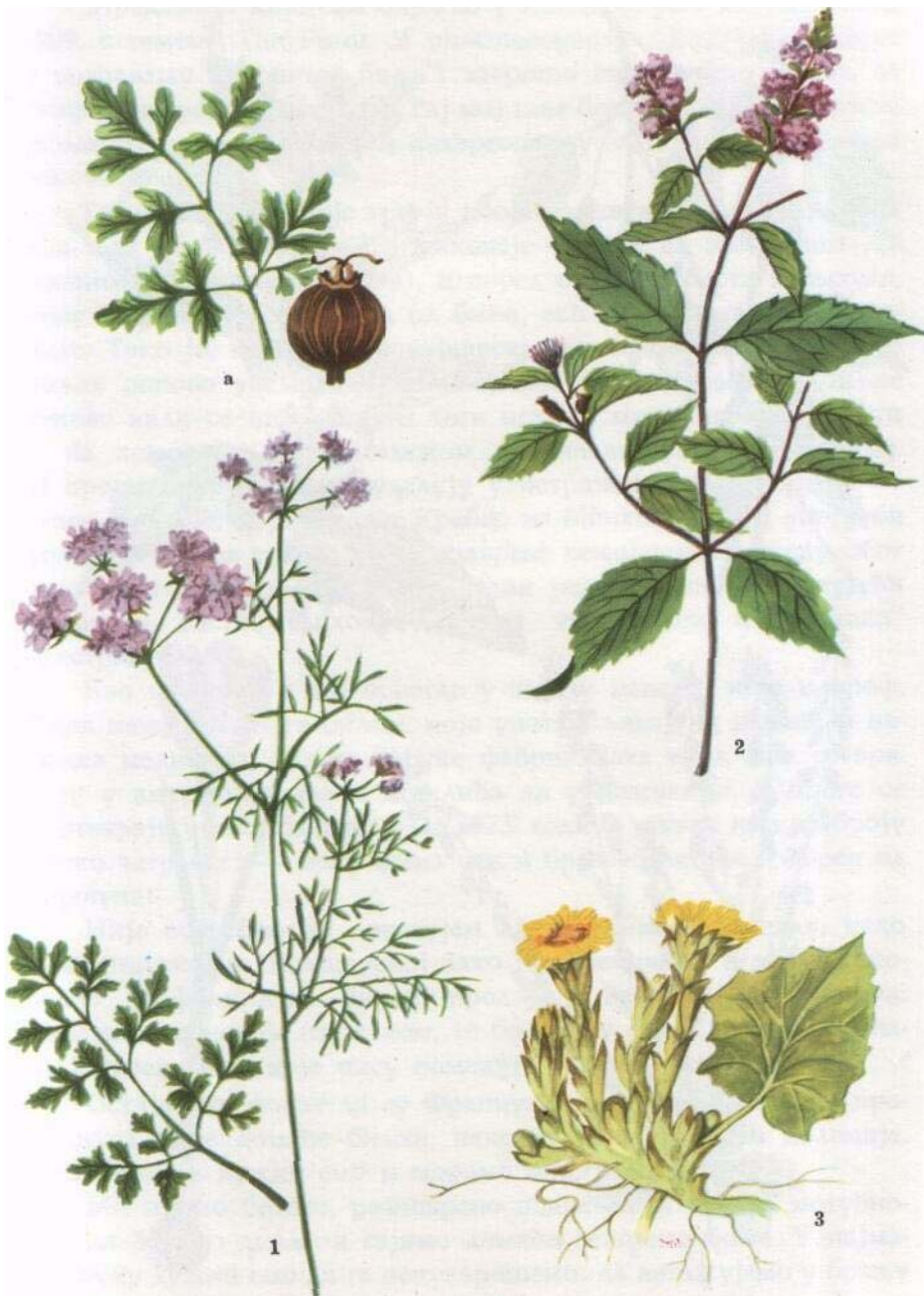
## **О ГАЈЕЊУ ЛЕКОВИТОГ БИЛЈА И О СТАТИСТИЦИ ПОТРЕБНЕ ПРОИЗВОДЊЕ КОД НАС**

Што се тиче трећег и четвртог питања, која смо поменули напред, наиме: о потреби гајења лековитог биља и тачнијем одређивању потребних количина за потрошњу у земљи и извоз у иностранство — та је ствар колико сложена толико и проста.

Ми имамо, поред пољопривредних факултета, државне бо-таничке баште, пољопривредне школе и њихове огледне станице, државна добра, расаднике у сваком срезу и државне еко-номије, и нама не би било тешко да извршимо опите са свима лековитим билкама које до сада нису расле у нашој земљи, и да покушамо да их аклиматизирамо. Потребна је само извесна организација, добра воља и храброст; за годину-две МОГЛИ бисмо знати на каквом терену и у коме месту те туће биљке могу да успевају а да њихово гајење не стаје скупо. Наша земља дала би доказ о томе да на њој безмало све може родити и све успевати. Гледајући биљокултурну карту Француске ја сам уочио да се највише биља гаји и бере на југу од Лиона, у доњни Роне и с обе њене стране, дакле у целом том троуглу између цен-тралног масива, Приморских алпа и мора (коме је врх Лион, а основица Средоземно море) од Монпељеа до италијанске границе. Према томе, сва наша Македонија, а нарочито троугао испод Демир-Капије, који има погодну климу, могао би се узети за културу лековитог биља. Дојрански срез и њевелијски срез с Маријанским планинама над њим могли би бити цинов-ско огледно „поље“ за расад и испитивање свих лековитих би-љака, од страних и егзотичних до алпских. Ја бих чак сав тај крај одредио за националну ботаничку башту, како за гајење тако и за брање дивлеа лековитог бил>а. Али то су појединости. Главно је пренути се и поћи напред. Државне власти треба већ да саветују и позивају професоре пољопривреде, агрономије и професоре ботанике да упознају народ с лековитим биљем и да о томе држе наставу ученицима свих школа.

Још једну ствар имам да осветлим пре него што завршим. У току писања ове књиге многи пријатељи, сазнавши за њену садржину и намену, питади су шта ће на то рећи апотекари.

На то сам давао разне одговоре. Сада, кад је већ ствар јавна, имам да се позовем само на проф. Чирха, чувеног стручњака за фармакогнозију, коме су такође постављана таква питања. Он је резултат овог новог покрета проверио и то саопштио у својој најновијој књизи. Он каже, од речи до речи, овако:



коријандар, а • — зрео плод; 2 — *нана*; 3 — *подбел*.  
ТАБЛА 40.



1 — берза; 2 — буника; 3 — кија; 4 — шафран;



„Предавање које сам одржао у Лондону, још 29. септембра 1909, с темом, (Будућност науке о познавању лековитог биља') завршио сам речима „натраг к биљкама"). Тај мој глас био је услишен и нашао је одзива у врло појачаном интересовању за гајење и скупљање лековитог биља. Трговачке куће које тргују њиме извештавају ме да је обрт код њих порастао, а и фармакопеје (књиге са званичним државним списковима декова), и поред својих таблета и ампула, нису умањиле број лекова од биља, већ су их, штавише, повећале. Тако је, нпр., нова швајцарска фармакопеја неке домаће биљке поново увела. Али то повећано интересовање за биљне лмсове види се нарочито из тога што се много почело радити и на хемијском и анатомском проучавању лековитог биља. И прави хемичари сад суделују у истраживањима његовог са-става. Тако је, нпр., Лудвиг Кребер из Минхена, да би употреби домаћих лекова уравнио пут, подвргао хемијском прегледу, због претходне оријентације, читав један ред биљака, истражујући нарочито састав њихових течних исцељивина и згустака" (екстракта). Као што смо и ми понегде у тексту навели, тако и проф. Чирх каже да многе биљке, које употребљавају и научна и на-родна медицина, долазе у руке фабриканата и од њих се враћају у виду колачића и стаклића за убризгавање, а многе се претварају у специјалитете. Од 1923. године таквих има на броју преко четрдесет — међу њима чак и брезово лишће и корен од першуна! Није потребно да доказујем да се данас на Западу, како у Француској и Швајцарској тако и у Немачкој, и многе тако-зване неофициналне биљке продају у великим количинама. Углавном, с малим изузетком, те биљке су све и поменуте у нашој књизи. Оне које нису поменуте — нису још проучене. Остаје још факат да су Французи први почели научно про-учавати своје домаће биљке, иако су имали велике колоније. Утолико пре дужни смо и морамо чинити то и ми. Ми имамо богато, разноврсно поднебље и велике могућности да беремо дивље и гајимо домаће лековито биље. У најмању руку дужни смо да га популаришемо: да ангажујемо у брањуи примени његовој што већи број људи међу апотекарима, лекарима и биљоберима у народу — а све у интересу подизања народног здравља и, делом, привреде. Од враћања медицине појединим биљним лековима биће користи и за саму науку, јер богатство биљних лекова медицина није још потпуно искористила. Кад се медицина више него што данас чини врати на њих и проучи их, а не да јури само за новим хемијским лековима, биће много користи: наћи ће се многи лековити састојци који ће се моћи с успехом примењивати. На срећу оболелог човека, од пре неколико година тако се и ради. Доносе се биљке чак с Хималаја и Анда, као и из тропских крајева, проучавају се и неке се већ и примењују (сабаин, ефедрин и др.). Враћање билјним лековима Чирха може се сматрати као свршена ствар. Желећи да се тај покрет и у нас развије, ја сам у нашој земљи, колико су моје снаге дозвољавале, овим својим радом тај покрет припомогао. За науку, као и за широку праксу у народу, то неће остати без користи.

Остаје нам још две ствари да учинимо:

- 1) да дамо календар кад се поједине биљке или њихови делови беру, и
- 2) да саставимо списак најпотребнијих биљака за једну домаћу билну апотеку.

То нека буде садржина идућих глава.