

□□□□



□

Αυτό που διώχνει το βήχα! Αυτή είναι η μετάφραση της λέξης tussilago στα λατινικά!!!

Πολύ νωρίς την Άνοιξη, όταν η Γη φαίνεται ακόμα σιωπηλή, σε ορεινά, υγρά ηλιόλουστα μέρη, αναδύεται με θάρρος από το έδαφος, από ένα πολυετές ρίζωμα, ένας μικρός βλαστός που φθάνει το πολύ τα 30 εκατοστά. Καλυμμένος με

πρασινοκκόκινα λέπια, εμφανίζει τελικά στην άκρη του ένα κίτρινο ανθάκι με πολύ λεπτά και πυκνά πέταλα! Αργότερα, όταν πια το άνθος πεθάνει για να δώσει την θέση του στο σπόρο, φυτρώνουν τα φύλλα πάνω σε ένα μακρύ μίσχο το καθένα, μεγάλα, πλατιά, σκούρου πράσινου χρώματος με λευκό χνούδι στην κάτω πλευρά τους. Αυτό είναι το τουσιλάγκο!

Άνθος και φύλλα.

Αυτό το μικρό, φαινομενικά ασήμαντο, αλλά γεμάτο θεραπευτικές ουσίες βότανο, κοινό φυτό της Ευρώπης και της Ασίας, ήταν γνωστό στους αρχαίους λαούς για τις θεραπευτικές του ιδιότητες και το συνιστούσαν κυρίως υπό μορφή καπνού για τον βήχα και το άσθμα. Τα άνθη περιέχουν

φλαβονοειδή, φυτοστερόλες, αλκαλοειδη, ταννίνες, γλισχράσματα... Α
υτές οι ουσίες, και άλλες και ο συνδυασμός τους είναι που προσδίδουν σε αυτό το φυτό αντισπασμωδικές, αντιφλεγμονώδεις, αποχρεμπτικές, μαλακτικές και στυπτικές ιδιότητες! Σε βρογχίτιδα, λαρυγγίτιδα, φαρυγγίτιδα, βρογχικό άσθμα και σε κάθε περίπτωση που έχουμε έντονο ξερό ή παραγωγικό βήχα, το βήχιο μπορεί να δράσει θεραπευτικά. Πίνοντας έγχυμα (όπως το τσάι) από άνθη και φύλλα θα έχουμε πολύ καλά αποτελέσματα

Τα φύλλα έχουν επιπλέον βιταμίνη C και ψευδάργυρο και μπορούν να χρησιμοποιηθούν και εξωτερικά σε κατάπλασμα, σε δοθιήνες, αποστήματα και πληγές.

*

Τα φυτά είναι ζωντανά πλάσματα! Δεν το αντιλαμβανόμαστε διότι ζουν σε διαφορετικό χρόνο. Είναι όμως ζωντανά πλάσματα και οφείλουμε να τα σεβόμαστε και να τα προστατεύουμε όπως και κάθε ζωντανό πλάσμα που ζει, αναπτύσσεται και μοιράζεται τον εαυτό του με τα άλλα πλάσματα της Γης. Όταν λοιπόν συναντήσουμε στον δρόμο μας ένα φυτό και για τον οποιοδήποτε λόγο θελήσουμε να το κόψουμε, ας συλλογιστούμε πρώτα αν μας είναι απαραίτητο να του

στερήσουμε τη ζωή! Αν ναι, τότε ας το κάνουμε με πολύ σεβασμό και ευγνωμοσύνη, χωρίς να του καταστρέψουμε τη ρίζα και κόβοντας μόνο το ένα πέμπτο από κάθε συστάδα, για να μπορέσει το φυτό να ζήσει, να αναπτυχθεί και να προσφέρει!...

Η φαρμακοποιός σας

Ρέα Παπαδοπούλου