

Др РИСТА ГОСТУШКИ

ЛЕЧЕЊЕ  
ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ

ШЕСТО ИЗДАЊЕ

НАРОДНА КЊИГА  
1973

Уредник  
*Цвета Котевска*

БИБЛІОГРАФІЯ  
ІІІ

## САДРЖАЈ

	Страна
Предговор	
Из предвора ранијих издања — — — — —	1
 УВОД	
Кратка историја познавања и примене лековитог биља — — — — —	11
План рада и грађа — — — — —	17
Неопходна упутства за брање, чување и употребу лековитог биља — — — — —	22
Подела лековитог биља — — — — —	36
 ПРВА ГРУПА	
Болести уста, десни, гуше и носа — — — — —	43
Запаљење крајника и гуше — — — — —	45
Болести носа — — — — —	52
 ДРУГА ГРУПА	
Болести органа за дисање — — — — —	56
Болести грла, гркљана и душника — — — — —	56
Бронхитис у акутном почетном стању — — — — —	62
Хроничан бронхитис — — — — —	74
Трулеж и труљење у плућима, плућна гангrena — — — — —	94
Запаљење плућа — — — — —	95
Запаљење плућне марамице — — — — —	99

	Страна
Проширење плућа —	101
Старачки бронхитис —	106
Астма-сипња —	116
Велики дечји кашаљ —	121
Наклоност, претуберкулоза и туберкулоза плућа —	128
Срчане тешкоће у вези с плућним болестима —	154

ТРЕБА ГРУПА

#### ЧЕТВРТА ГРУПА

<b>Болести јутре, гуштераче и слезине</b>	— — — — —	276
<b>Жучни напад и камен</b>	— — — — —	296

ПЕТА ГРУПА

Срчане болести и болести крвних судова	—	—	—	—	—	307
Органске болести срца	—	—	—	—	—	309
Нервоза срца	—	—	—	—	—	322
Болести крвних судова	—	—	—	—	—	327

## ШЕСТА ГРУПА

Болести бубрега и поремећаји у мокрењу — — — — — 337

СЕЛАМА ГРУПА

Болести мокраћне бешике и мокраћне цеви — — — — 372

ОСМА ГРУПА

Опште болести организма —	— — — — —	380
Крвни очистители као предохрана —	— — — — —	380
Подагра —	— — — — —	382

	Страна
Реуматизам —	393
Гојазност —	404
Шећерна болест —	407
ДЕВЕТА ГРУПА	
Болести крви —	421
ДЕСЕТА ГРУПА	
Нервне болести —	439
Ноћно мокрење код деце —	473
ЈЕДАНАЕСТА ГРУПА	
Женске болести —	480
Испирања —	481
Кварења —	485
Менструација —	493
ДВАНАЕСТА ГРУПА	
Кожне болести —	506
ТРИНАЕСТА ГРУПА	
Хируршке болести —	532
Ране —	533
Убоји, модрице и отоци од повреда —	543
Лекови за спољну употребу —	552
ЧЕТРНАЕСТА ГРУПА	
Заразне болести —	559
Грозничава стања, грозница-маларија —	559
РЕЦЕПТИ	
Збирка рецепата за мешавине и појединачне лековите бильке —	586
I Средства за лечење оболења органа за дисање —	589
II Средства за лечење оболења горњих органа за дисање и плућа —	590
III Средства за лечење магарећег (великог) кашља код деце —	592

## Страна

IV Средства за лечење астме — плућне — — — — —	593
V Средства за лечење туберкулозе — — — — —	593
VI Средства за знојење — — — — —	595
VII Средства против знојења — — — — —	595
VIII Средства против јаких испљувака или бала — — — — —	596
IX Средства за лечење органа за варење — — — — —	596
X Средства за истеривање гасова — — — — —	598
XI Средства за лечење хроничног катара stomaka — — — — —	599
XII Средства против пролива — — — — —	600
XIII Средства против срдобоље, дизентерије — — — — —	601
XIV Средства за чишћење — — — — —	601
XV Средства против глиста — — — — —	603
XVI Средства за лечење болести јетре и жучних путева	604
XVII Средства за лечење срчаних болести — — — — —	605
XVIII Средства за лечење болести бубрега и мокраћних путева — — — — —	609
XIX Средства за лечење реуматичних оболења — — — — —	615
XX Средства за лечење гихта (подагре, зглобобоље) — — — — —	617
XXI Средства за лечење гојазности — — — — —	617
XXII Средства за лечење шећерне болести — — — — —	618
XXIII Средства за лечење болести крви и поправку крвног стања — — — — —	619
XXIV Средства за лечење нервних болести — — — — —	619
XXV Средства за лечење женских болести — — — — —	623
XXVI Средства за лечење кожних болести — — — — —	627
XXVII Хируршке болести: ране на кожи — — — — —	628
XXVIII Средства за лечење заразних болести и грозничавих стања — — — — —	629

## ЗАВРШНИ ДЕО

О биљоберима — — — — —	632
О гајењу лековитог биља — — — — —	639
Биљни календар — — — — —	643
Домаћа апотека — — — — —	655

## Дијета

Упутства и правила за исхрану у лечењу појединих болести	659
--	-----

РЕГИСТРИ

Регистар лековитих биљака према народним називима — —	689
Регистар лековитих биљака према латинским — научним на- зивима — — — — —	695
Списак слика лековитих биљака у боји према народним нази- вима — — — — —	701
Списак слика лековитих биљака у боји према латинским нази- вима — — — — —	705
Списак црно-белих слика лековитих биљака према народним називима — — — — —	710
Списак црно-белих слика лековитих биљака према латинским називима — — — — —	712



## ЛЕЧЕЊЕ ЛЕКОВИТИМ БИЉЕМ У НАС

Лековити биљи су једна од најстаријих и најважнијих вредности човечанства. Још у античкој Грчкој и Риму, али и у средњем веку, биљке су биле коришћене за лечење болести. Код нас, у Србији, биљка је увек имала велику значајност у лечењу разних болести.

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 неразлојну целину културне историје човечанства.

И лековито биље је, између остalog, заорало дубоку бразду у живот свих народа, а поготово оних који су вековима тлачени, гоњени, поробљавани, народа у вечитим сеобама, који по нечemu личе на водени цвет, на свилу што лети по лепом времену или наjak 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 најјевтијија 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 континуирану традицију. Најбоље сведочанство о томе пружају бројни стари писани споменици, од којих ваља поменути бар неке:

У Ходошком кодексу, који се сматра 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, смоквиног 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. Тада кодекс је „најдрагоценiji споменик српске медицинске културе“ (др Реља Катић). Ово дело потиче из XV или XVI века.

За време петвековног ропства састављане су лекаруше значајних и незнаних медицинских писаца. И у њима је лековито биље најчешће помињани лек.

У сталној борби за опстанак, хватајући се на сваком кораку укоштац са стихијом, безграницним 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 биље, 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 лековитим биљем и лечењем помоћу њега обавијено је поетском жицом и дубоком тајанственошћу. Тада психосугестивни карактер многих стихова наших епских песама има велик значај и често је представљао значајан психотерапијски фактор.

Зашто, вило, да те бог убије,

Зашт' устрели побратима мого? (Милоша Обилића)

Дај ти биље ономе јунаку,

Јер се нећеш наносити 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,  
Биље бере често се одзива.

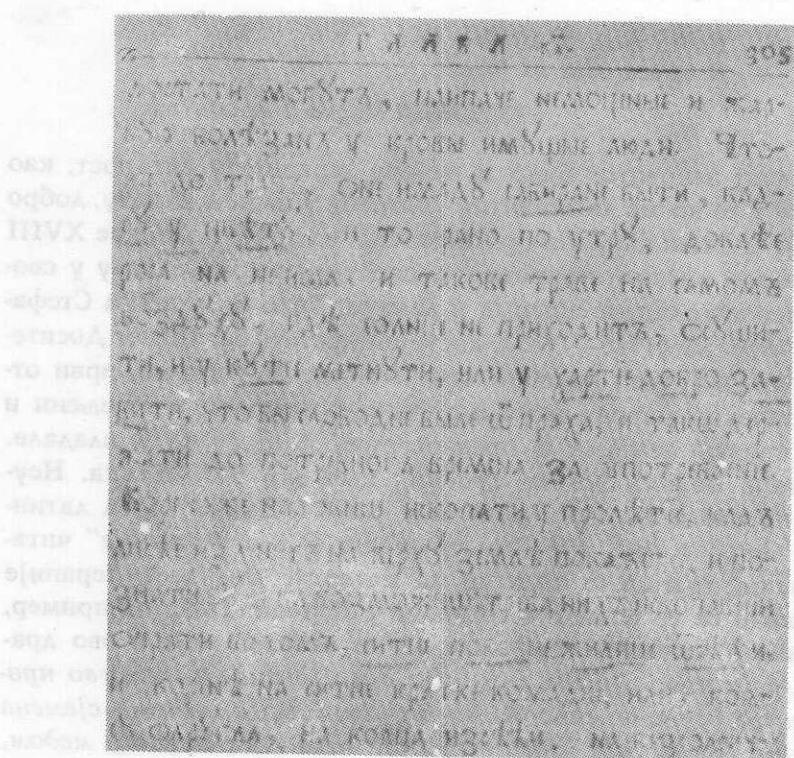
Набра вила по Мирочу биља  
И загаси ране на јунаку...

(Краљевић *Марко и вила*)

Значај лековитог биља и његову терапијску 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 најзначајнији писац XVIII века, први открива српском народу научне појмове о природи и васељени и устаје против незнаша 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 одељку „*полза и употребленије*“ читачују пружа драгоцене податке из материје медике 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 драгоцено упутство: „*Зрјеле мушмуле есу изредное љекарство против бистре стомије, сердобоље, кровопљувања, течења сјемена и многога мјесечнога женскога; ради чега можно них с медом, или са шећером, како крушике 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 смртоносних пролива, поготово деце за време лета.

Орфелинов *Искусни подрумар* има неколико стотина рецепата за справљање травних вина и многих других алкохолних

и 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 биљака које имају реалну енолошку, фармакогнозијску и терапијску вредност.



Зналачко упутство о времену и начину брања, сушења и чувања лековитог биља, које скоро нијчemu не заостаје за данашњим принципима, даје Орфелин у свом *Искусном подрумару* 1783. године

Године 1883, сто година после појаве Орфелиновог *Подрумара*, Српски архив за целокупно лекарство штампа као посебно издање *Лековито биље у Србији* од др Саве Петровића, санитетског пуковника из Београда. Ово дело на 470 страна потиче

из руке стручњака, школованог у Француској, 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 лекарству нужно је за лекаре ради 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 потпуно позната, а онде очигледно пропада кад болест не може да распозна. Дужност је, dakле, свакога, а особито лекара, да га у том правцу обучава и на прави пут упућује.“

Надовезујући се непосредно на тако светле традиције др Риста Пешић-Гостушки, народни човек и народни лекар, достојно је наставио дело Саве Петровића и ранијих медицинских писаца. И он је неуморни здравствени просветитељ 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 убедљив доказ да је ово замашно дело свесрдно примљено свуда код нас, у селу и у граду. Оно се 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 слободарским 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.

Проф. др Јован ТУЦАКОВ



## ИЗ ПРЕДГОВОРА ТРЕБЕМ ИЗДАЊУ

Ново издање ове књиге долази у прави час, у време кад су прва издања постала чак и антикварна реткост. Не могу да не изразим своје задовољство због таквог стања ствари, јер је та појава, пре сваке друге, доказ да је потреба за књигом ове врсте била реална и знатна.

Последњи рат, повезан с тешком материјалном ситуацијом на-  
рода и оскудицом у лековима, донео јој је још један нежељени, али  
и неочекивани значај и успех. Био сам срећан кад сам тада у мно-  
гобројним случајевима могао да утврдим корисност посла који сам  
раније обавио и помоћ коју су многи болесни људи по целој земљи  
нашли у билој терапији у току ових последњих осамнаест година  
(од појаве првог издања овог дела до данас).

Последње године донеле су очити преобрађај у мишљењу, тако да се корист од неговања и брања лековитог биља пренела чак и на саму народну привреду, те је и потреба за пропагирањем целог тог покрета постала излишна. Студије, институти и повећани број стручњака на овом пољу (ботаничара, фармацеута и биљара), настали после појаве ове књиге, дају ми осећање сатисфакције што сам пионирски учествовао у томе корисном делу, а многобројна признања из наше земље и иностранства морам узети као доказ да је семе пало на плодно тло. Нека читаоци ово не схвате као нескромност, већ као потребу человека да изложи резултат једног пута на коме је у почетку наилазио на тешкоће и неразумевање и за који се данас не мора више борити...

Истичући напредак у општој терапији биљем, не треба прећи преко чињенице да су неки савремени лекови пронађени после појаве ове књиге, као на пример сулфамиди и антибиотици (пеницилин, стрептомицин и њима слични), много ефикаснији у бројним

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 лековитог биља већ се чак примећује, чешће него раније, да у састав многих патената улазе баш екстракти лековитих биљака, што чини да је и стручњацима потребно да знају шта поред хемијских елемената улази у композицију фабричких фармацеутских производа новога доба.

Немам друге жеље до да и треће издање доживи исто распуштање и продужи да доноси даље користи нашем народу, као што су то учинила и прва два.

Ap P. F.

ако је некој употребија који ће утицати на његову здравље и живот, а да се оно не узима као једноставнији начин да се избегне тешка болест, али да се узима као посебан случај, који треба да се решава посебним методом, који ће уважавати специфичност и посебан карактер тешке болести, која ће утицати на његову здравље и живот. Тако је, например, када је болест која ће утицати на његову здравље и живот, али да се оно не узима као једноставнији начин да се избегне тешка болест, али да се узима као посебан случај, који треба да се решава посебним методом, који ће уважавати специфичност и посебан карактер тешке болести, која ће утицати на његову здравље и живот.

### ИЗ ПРЕДГОВОРА ПРВОМ ИЗДАЊУ

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

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 добијене кристале из биљака и индустријске хемијске препарate;

сматрајући, даље, да се лекови који су добијени из биљног света спремају, упоредо с напретком науке, на све боли и боли 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 (неко само проучавање болести);

Конгрес изражава жељу:

1. Да Међународна федерација за развој лековитог биља (*Héboristerie*) и сличних биљака помаже по целом свету енергичну научну 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 имати задатак да подстиче и усмерава званичну и приватну иницијативу у том смjeru и да јој даје најшири публицитет.“

Овако је гласила друга, главна тачка резолуције Међународног конгреса за развиће лековитог биља и сличних биљака, који је одр-

жан још у јулу 1931. године у Паризу. На том конгресу узело је учешћа петнаест држава, а у раду и доношењу резолуција (voeux adoptés) суделовали су не само чувени професори универзитета и фармацеутских факултета већ и други стручњаци: професори медицинске ботанике, директори хемијских лабораторија, представници син-диката апотекара и дрогериста, инжењери агрономије, директори министарства (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 Међународну федерацију за развој лечења лековитим биљем, као и за њену резолуцију, дознао сам сасвим случајно, ту скоро, и тек пошто је била готова ова моја књига. Сасвим самостално, независно од жеља тих организација и скупова, почeo 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 мишљу да напишај 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 објасним.

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 (опотерија и витамини) продају се као скupи патенти, који, можда, вреде мало, а продају се за скупе паре — само зато што има да пробу кроз десетину руку. Али ако, нпр., свежа цигерица, свеже јаје, свеж „бубац“ итд. нису 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 поља су му далеко — врло лако може то да учини онај у Лазаревцу или онај у Књажевцу. И њему нису потребни скupи 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 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 спреми лек 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 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 удалили од природе, пренебрегли смо природне лекове и биљке. Време је да се вратимо мало натраг...

Наш народ особито цени лечење лековитим биљем, независно од тога да ли у званичној медицини влада овај или онај покрет, мода. Њему није потребно доказивати много да у биљкама има „целог лека“, каквог нема у посебном леку који је из те биљке извађен у лабораторији. Још ако му научна медицина то препоручи и дâ 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 време се чак примећује отпор код болесника и жеља да им се не прописују 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 обрате 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 свим упутствима која његова употреба изискује, него када се пропишу колачићи („таблете“), чији је начин узимања већ одређен или је на упутству. Најзад, лекар добро зна и не сме заборавити ни то да је физиолошки (да кажем природни) раствор лека много бољи него много пута кувани и печени фабрикат. Природни биљни лек делује мекше и нежније на човечје ткиво, док „пречишћени“ лек, фабрикат, може и да квари и да пече слузокожу уста, stomaka и прева.

Разуме се да ово популарисање лечења лековитим биљем захтева од лекара и боље 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 извора богатства и на своја народна средства лечења и самопомоћи. А како ћемо ако не будемо знали која су та средства и како се примењују?

Стога сам мишљења да су баш лекари наши дужни да, колико је год могуће, замењују лекове страног порекла лековима добијеним из домаћих биљака. Јер, искључујући 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, усвојимо 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 састављању и изради ове књиге упутства 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 обновитељем лечења лековитим биљем и без чијих се радова, у којима је он изнео своје искуство, не може данас са сигурношћу писати о томе предмету, ако ко мисли да пише научну књигу, а не неку шпекулантску брошуру која ништа не вреди. Нарочито то важи за дозирање лекова. Јер може неко препоручивати лечење лековитим биљем колико хоће — ипак без одређене дозе то много не вреди. Лек и доза јесу нераздвојни 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, апотекар Буре, специјалиста за културу биљака, Роле, Рекли, Камил Адроз и многи други служили су ми као извор знања за састав ове књиге...

Поступајући тако ја сам сасвим самостално извршио расподелу лековитог биља по болестима и код сваке поједине болести изнео дозе лекова и биља 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 нађу неки недостаци или сувишне грешке, јер иако сам је марљиво израђивао — ипак сам хтео да наша публика дође до ње на време. А поред тога и најстрожи државни прописи о лековима, на којима раде научници, нису без грешака и по правилу се после исправљају и ти прописи стално 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 биљем. Свака сеоска шерет-баба или сваки шерет-старац искоришћавали су своје близње захваљујући томе што су знали понеку лековиту биљку или се чак правили да је знају и примењи-

вали је и где треба и где не треба. То ће њима убудуће ићи теже, јер ће одсад позитивна сигурна знања доћи у руке најпросвећенијих личности: народних учитеља, и других писмених људи, у првом реду млађих лекара, апотекара, чија ће сарадња, уз коришћење ове књиге, допринети најбржем и најефикаснијем искорењивању убитачног надрилекарства.

Зато се и надам добром пријему, добром одзиву и распострањењу књиге.

Др Р. Гостушки

Из овог предговора можемо се узети да видим да је један од највећих лековитих биљака у народу датују као чистотел и чистоћу крви и да су њене користи и примене у хематологији тешко да се избегну. Ово је уједно и један од највећих лековитих биљака који се користе у медицини и фармацији, али и у привреди и промету. Ово је уједно и један од највећих лековитих биљака који се користе у медицини и фармацији, али и у привреди и промету.

## ИЗ ПРЕДГОВОРА ДРУГОМ ИЗДАЊУ

Прошли смо извесну етапу у популарисању лечења лековитим биљем. Дело и идеје пали су на добру земљу. Плодови се примећују 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 повољно тло за нове радове, за ново писништво: 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 биљу 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 престоници 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 откако је изашла ова књига — других научних и стручних приказа у јавности, сем једногласно повољних, 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 истукством обогаћена 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 биљем;
4. средства која се примењују на кожи и преко ње;
5. лечење минималним дозама и другим специјалним лековима, али да буде много боље научно основано;
6. средства и лекови који помажу природу и дају снаге организму 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 — кратка 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 биљем и лечење дијетом, донело пуно користи свима.

Др Р. Г.



Y B O A

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

### *Парафраза св. Кирила*

## КРАТКА ИСТОРИЈА ПОЗНАВАЊА И ПРИМЕНЕ ЛЕКОВИТОГ БИЉА

Научник Лехамо казао је: „Ми сваки дан имамо примера који и највећим сумњалицама показују колико су лековите поједине 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 морали 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 поје-

дини људи, може се рећи најпромућурнији. И ти људи, користећи се тиме, постали су видари или су узели на себе маску мађионичара, врачара и других „виших“ бића међу простом масом. То своје знање, ма колико оно било ограничено и несигурно, ови зналици чували су за себе и као тајну предавали својим наследницима, те се тако из поколења у поколење одржавала та првобитна вештина или наука о лечењу. Као и лекови, предавали су се из поколења у поколење и отрови који су слуžили човеку у борби за опстанак и у борби с непријатељем (отрови за стреле, за копља, за тровање: сипани у пиће и јело итд.).

Првобитно лекарство ипак јејако коракнуло кад је дошло у руке свештенства, тога чувара науке старога доба. Оно је као друштвена каста хиљаде година чувало и искоришћавало то своје знање. С њиме и почиње права историја лекарства.

Император Чин Нонг, каже париски професор Емил Перо, од кога узимамо ове као и даље податке, 3000<sup>т</sup> година пре наше ере знао је бар за сто лековитих трава. Њега и императора Хуанг 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 и његов син дали дело, управо енциклопедију, Бен-џао-тан-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.

Индиска књига о лековима и данас је најбогатија збирка написа о лековима од биљака, 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 рицинус, опијум, хашиш

(сок од индијске конопље) итд. Вештина балзамовања мртвих, при чему су се употребљавали разни биљни састави, предавала се млађима само под заклетвом.

Асирици, 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 биљке, 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 биљке. 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 продајвали 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 парализујући 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 распростреле 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 једа 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 спровођања лекова од лековитог биља и постаје оцем такозване „галенске фармације“.

С пропашићу Рима пропада и ондашња цивилизација и „наука 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 пустини, предаје медицину 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 наређује и прописује које лековите биљке да се гаје у његовим царским баштама „да би“, вели он, „служиле искључиво 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 једномејчеву, 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 који спремају и продају лекове, траве, балзаме, мирисе, зачине итд. Они се одвајају од трговца 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 ренесансне па све до XVIII века, захваљујући раду тадашњих алхемичара који траже камен мудрости, а тако исто захваљујући проналаску штампе, откриву Америке и путовању великих морепловаца, број лековитих биљака које су донете у Европу и ту се почеле гајити јако је порастао. Многе биљке и растиње за које бисмо данас рекли да су одвајкада расли код нас донети су с Истока или из других области Земље (бресквица, кукуруз, дуван, опијумски мак итд.). Те биљке биле су растурене по народу, а оне које због хладније климе нису могле успевати и напредовати гајене су у ботаничким и стакленим баштама.

У току триста година, од XV до XVIII столећа, сва наука о биљу — ботаника, састојала се поглавито из описа лековитог биља. Али затим, у XIX и XX веку, до данас, и само лековито биље је подвергнуто најмарљивијем научном изучавању. Шаљу се читаве експедиције из европских научних центара у све крајеве света: у Јужну Америку, на Анде и на Амазон, у Мексико, Кордиљере, Централну Африку, Тибет итд., и отуда се доносе нама још непознате лековите биљке. Па и у изучавању оних које су познате као лековите примењује се хемија и друге научне методе, како би се њихов састав што боље одредио. Резултати тога изучавања били су каткад изненађујући, јер су сјајно потврђивали и оправдавали њихову вековну примену од стране стarih лекара и у народу. Захваљујући томе изучавању биљака на универзитетима и по приватним лабораторијама, многе биљке, и европске и оне с других континената, уведене су у лекарску праксу. То изучавање лековитог биља, чак и оног за које се још не зна да ли је лековито и колико, врши се непрестано испитивањем на болеснима и здравима, и с убедљивим резултатима.

Какву корист да извучемо за наш болесни свет из тако повољних резултата које је дало савремено изучавање лековитог биља у лабораторији и у пракси?

Као одговор дајемо мишљење проф. Переа:

„Терапија и хигијена“, каже он, „искористиле су радове Пастера употребом маја (вакцина), серума и квасаца. Изучавање појава унутарње секреције (лучење сокова поједињих жлезда) омогућило је лечење органима (на потпору онима који су оболели). Проналазак рендгена и радијума и примена електричног почињу заузимати своје место у медицини. Последица тога је да је медицина остала без крмила, нарочито пошто је хемија успела да синтезом (спајањем разних саставака у један нов) за кратко време створи хиљаде нових тела, од којих су многа с пуно права призната за лековита. Медицина је, изгледа, такође занемарила дужност лечења, а више се почела развијати у правцу да одреди само дијагнозу, хигијену и дијету.

Отуда лечење помоћу биљака изгледа као старовременско и напуштено је. Али, зар се може рећи да су добра дејства лекови-

тих биљака одједном испчезла? Зацело, не! И зато лечење лековитим биљем треба да се обнови: *in medio stat virtus.*<sup>1</sup>

Други један француски научник, Анри Леклерк, вели: „Наступило је ново доба. Наука о лечењу лековитим биљем под заштитом имена најистакнутијих научника прешла је из области медицинске окамењености у област свакодневне праксе.“

Покрет у том правцу постаје већ видан. Све ово, иако речено у блажој форми, само потврђује наше мишљење, које смо гајили одавно и самостално, о потреби враћања лечењу лековитим биљем, и служи нам као доказ колико смо били у праву што смо предузели овај рад.

Најзад и последњи разлог. И кад смо ми учили ботанику и кад деца данас уче ботанику — наилази се при опису и карактеристици биљака на оно: „биљка је лековита“ или „биљка се употребљава као лек“, али никде се не каже више, тј. код које болести, зашто и како. Ту празнину у науци ми и попуњавамо.

Лековитост биљака је уједно и њен јединствени карактер. Делатност је уједно и јединственост. Ако је једна биљка лековита, она ће бити лековита и у свим деловима, и у свим деловима ће бити лековита. Ако је једна биљка нелековита, она ће бити нелековита и у свим деловима, и у свим деловима ће бити нелековита. Ако је једна биљка лековита, она ће бити лековита и у свим деловима, и у свим деловима ће бити лековита. Ако је једна биљка нелековита, она ће бити нелековита и у свим деловима, и у свим деловима ће бити нелековита.

<sup>1</sup> Врлина је у средини, тј. подједнако удаљена од крајности.

## ПЛАН РАДА И ГРАБА

Остајући веран онаквој подели најчешћих болести, какву сам учинио при писању своје књиге о дијети — морам и овде применити биљке према болести, а не обрнуто, тј. описивати само биљке које треба тражити кад се нека болест појави, због чега треба прелиставати целе књиге, па тек онда наћи ону биљку која помаже; или бити сувише стручан, па знати унапред све њих, и која је за шта. Стручни ботаничари и такозвани хербористи (што би се на нашем језику тачније рекло дипломирани биљобери, јер је реч „травар“ извикана и збиља не значи ништа); затим лекари, апотекари, познаваоци биља уопште а лековитог нарочито, у већини случајева грешили су у томе што су се при описивању и препоручивању лековитог биља руководили начелом „па кад затреба, ти тражи“, тј. није им било главно болест, него биљка и њено деловање. Па и то дејство одређивали су више према спољним знацима, не улазећи у суштину саме болести, чак и не знајући који је орган болестан.

Ја сам узео сасвим други, практичнији пут: поделио сам на групе најчешће болести и за сваку од њих, или за сваку групу њихову, навео биљке које се могу употребити као лек. Болесник или његова околина имају да се потруде да колико је год могуће ближе одреде — најсигурније је да то учини лекар — дијагнозу болести и да онда примене оне биљне лекове који у даном случају успешно делују.

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 главне намене, књига има и други циљ: да омогући што јевтиње 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 грађу, 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, Перио 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 њихови 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 биљака. Неопходно је одредити увек количину биља и дозу лека од биља, као и начин 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, којико се год то боље могло.

Што се тиче материјала, грађе, одакле сам прпео 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 данас врло ретка, он ређа 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 тога 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 лекари не могу се њоме служити, јер су у њој ређане биљке, једна за другом, без икаквих ближих одлика и груписања. Ја сам се ипак користио њоме утолико што нисам уносио у своју књигу оне лековите биљке, с малим изузетком, којих нема код др Саве Петровића, сматрајући да таквих код нас и нема. Познавање биља је сад много веће него раније у Србији, те ће се данас на нашој територији 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 мали број и по Кошанину). За називе биљака у другим крајевима наше земље (Хрватској, Словенији, Војводини и др.), не говорећи о основном, научном називу — латинском, служио сам се књигом Ј. Стипанића *Sinonima apothecariorum*, у којој се могу наћи упоредни називи (али не сви) лековитих биљака наведених у мом делу (опет не свих).

Тиме је омогућено да се књигом служије сви крајеви у нашој земљи.

Свуда где сам се служио радовима и мишљењем туђих писаца — то сам навео. Не желим да ми се пребаци да сам се кишио туђим перјем, да кријем туђе заслуге за науку.

Друге књижице о лековитом биљу на нашем језику које сам прелиставао нису ни за помињање, јер су без значаја. Нетачне су за лекаре, а слабе за болеснике. Уосталом, све књиге и књижице те врсте могу да се сматрају застарелим. Ово утвдлико пре што се и праве стручне, медицинске књиге које су штампане пре рата могу сматрати такође 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 лечењу лековитим биљем кад се намењују широј читалачкој публици 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 поступио.

Овај нови покрет за лечење биљем, који се сад и на Западу нарочито појачава, потпуно одговара потребама нашег времена. Настала је епоха кад треба гледати на ствари сасвим обрнуто 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 биљем, као што је погрешно уверавати свет да је болесницима спас

само у оним колачићима, зрнима, хемијским растворима и обожејеним обландама које свакодневно трпају себи у организам. Истина мора да је негде по среди. Али кад од биљних лекова имамо исто дејство, а имамо да бирајмо — бирајмо биљне лекове, јер су они сок из живог биља, каткад срж биљке, који делује 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 Освальд Гролиус (Леклерк).

Наше је да следимо савете ученијих, практичнијих и културнијих.

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 ДЕКОВИТОГ 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<sup>1</sup> и Дроз<sup>2</sup> — 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 ни за све њихове поједине делове који ће се употребити. За пример узмимо босиљак. Три научника: Шаррабо, Лелу и Хеберт, показали су да се уље које се ствара у његовом лишћу постепено сели у цвеће, тако да га у моменту цве-

<sup>1</sup> *Guide de herboriste*, 4. издање, Paris. 1925.

\* Камил Дрозд, *Les plantes bienfaisantes*, Canton de Neuchatel, 1926  
Suisse.

тања нема више у зеленим деловима биљке. После цветања и оплођавања цвета један део уља враћа се натраг у зелене делове, а други се, изгледа, потроши. Према томе, босильак треба брати у моменту пуног цветања. Из те појаве може се извести закључак да све биљке које дају уље (зејтин) треба брати кад се сасвим расцветају.

Делове биљке изнад земље треба брати кад је време суво, после росе, а не за време кишне, 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 биљку, тј. да се специјализује у томе, или само њу да гаји.

Треба кидати пажљиво, да се биљке не гњече. Такође не треба сувише натрпавати котарицу, јер је цвеће нарочито нежно, а још мање треба гурати све у неку врећу, где се биљке или њихови делови брзо успаре, пожуте и поцрне. Нарочито треба одвојити биљке које су отровне од оних које то нису, јер доцније може доћи до тешких последица. Због тога је потребно да се биљке обележавају одмах на лицу места.

Чим се берач или биљобер<sup>1</sup> 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<sup>2</sup> (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 пре цветања биљке. Корен двогодишње биљке 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

<sup>1</sup> 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 биљке много старе, њихово корење постаје дрвенасто и често пати од биљних болести, које му мењају својство, нпр., корен од навале (папрати против глиста) најбоље је брати у лето или у почетку јесени.

### *Kora*

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 смоласто; 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 такође 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 пасјаковине и крушине скида се у комаде, итд.

### *Пупољци*

Пупољци се беру у пролеће пре њихова потпуна развића или кад се почне развијати биљка, жбуњ или дрво (нпр. од тополе, 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 биљке, у моменту кад се органи за плођење почну развијати; дакле, нешто пре цветања. Овај згодан моменат, поред осталог, бира

се 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 (Digitalis): 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 цвета, тј. пре потпуног развића цвета. Али ароматични, миришљави цветови, као нпр. рузмарин, лавандула (десник), мајкина душица, вранилова трава, изоп, нана итд. беру се за време цветања. То исто важи и за пелен, матичњак, сасу (у цвету).

Често су цветови сувише ситни да би се могли чувати сваки посебно. Уз цветни и мирисни део понекад се налази и лишће биљке, обично на врху стабљике. 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. јагода, малина итд.) кад потпуно ўзри. 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 могу ако се покваре и да школде — 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 прости неколико 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 (*Menyanthes trifoliata*), просинац (*Mercurialis*), димњача (*Fumaria officinalis*) итд., које се суше на слободном ваздуху — треба сушити 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 дugo и поплако и на влази понеки пут изгубе свој мирис и поцрне. У так-

вом стању, кад поцрне, оне су лишене лековитог дејства и каткад су за употребу опасне.

### Чување корења

Ситно и мало сочно корење суши се повешано у свежње и у ваздушној сушници. Може се такође изрезати и поређати по леси. Тога, на срећу, код нас има доста! Да би се корење очистило од земље, обичај је да се најпре добро опере. Ако се примети 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. — сушки 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 утијају њихову боју и разлажу њихове делотворне састојке.

Кичица, госпин цвет, богородичина трава, лавандула итд. могу бити сушене у малим спонићима окаченим у сушници.

### ДАЉЕ ЧУВАЊЕ ЛЕКОВИТОГ БИЉА

Корење, лишће и цветови, кад буду исушени, треба да се ставе било у кесе од хартије било у кутије које се добро затварају, да не би продрили ваздух, светлост, влага или прашина. Исушеном биљу највише шкоди влага: она проузрокује труљење, а све биљке које су примиле влагу губе од својих лековитих својстава.

Ако се тражи да буду употребљене 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 исушене биље 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 биљке, 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 биљке дају при употреби праву физиолошку исцеђевину (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 биље. Наиме, најлакше и најчешће се примењује лек од биљке у облику чаја, а теже је хемијским путем извлачити из ње само један састојак. Али осим чаја примењују се и други начини спремања лека од биља. Чай 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 вала, 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, стврдињава длеве биље 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, најчешће 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 сељанке „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 добија се такозвано биљно „вино“ — или „вино од лековите биљке“. Ја ћу то „вино“ — крстити расоб или расол, јер потпуно одговара расолу добијеном од купуса. Дакле, мацерација значи расоб, добијен раскишњавањем биљке, 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 извлачи из биљке помоћу алкохола, најчистијим или слабијим алкохолом (од 96, 90, 80 или чак од 60 процената), а у народу љутом ракијом или већ популарним нашим вињаком, мада су они за ту сврху слаби „извлакачи“. Тако извучен лек помоћу алкохола даје се само у оној количини, у оној дози, коју прописује упутство за коришћење сваке биљке напосе. Зато треба ово руководство имати увек при руци — да се нешто не заборави и не погреши.

При оваквом начину треба знати да ли се лек спровођа од свеже биљке или од осушене. Ако се лек спровођа од свеже — имамо тзв. алкохолатуру тога лека, тј. спиритусни „расол“, раскис (слично нашој пелињачи, клековачи, итд.), а ако је лек добијен из суве и осушене биљке — имамо тинктуру, тј. лековите 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 апотека“.

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 лајку уопште, тешко одредити количину — дозу. Ипак, где то буде боље и за препоруку, ми ћемо и нагласити, тј. да је најбоље узети лек у прашку.

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

Кад нека биљка од које желимо добити чај има у себи уља (зејтина, есенције), као нпр. рузмарин, нана итд., мада уопште све биљке 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 воденом паром оду у ваздух.

Кување корења или дрвета, или њихово мочење и раскишњавање, 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 водогије (женетрге, цикорије) треба кувати 25 минута. Али је најбоље држати се оних прописа како је одређено у књизи код појединих болести. Ако то није наглашено, онда за чај биљка 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 сируп направљен од шећера и воде, или од чаја неке биљке (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 раствори у течности на умереној ватри. Кад хоћемо да спремимо неки миришљави сируп, онда шећер растворамо у хладној води.

#### ШТА ЈЕ ТО ЕКСТРАКТ. ИСЦЕБЕВИНА, 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 биља на нарочити начин. Лек из биљке добијен у облику згустка (екстракта) каткад јаче делује него лек у облику чаја. Зато за оне случајеве где је то боље, и за оне лаике-аматере који могу то спремити, допуњујемо овим наша упутства. Мада је најбоље да то чине апотекари, опет, у згодној прилици и у невољи, кад биљка не спада у ред јаких и отровних, могу то извести и паметни људи. Како се то чини, нека читалац потражи 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 испараја све дотле док се не добије или жидак или мек талог, у коме се налазе сви лековити 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 портуланском посуђу, 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, густи и суви:

житки екстракти имају густину меда;

густи — који су на обичној топлоти густи као какав маџун, пекmez — садрже 10—20 делова воде, и

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 расправају брзо у течности којом је лек био извучен и да имају прописану јачину.

Згусци не смеју бити буђави 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 (екстракта), најбоље је обратити се стручним лицима, апотекарима, који знају све прописе и имају посуђе потребно за извлачење њихово из лековитих биљака.

## ДОЗА — КОЛИЧИНА ЛЕКА

У погледу дозирања, тј. одређивања количине једног лека од биља (чай, 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 природи“, како каже Дроз, или како му прија, тј. да ли више или мање, да ли ређе 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 биљака, нарочито у виду чаја, доста растегљиве 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 человека средње грађе и јачине. Што значи да ако одрасли човек узме целу шолју чаја или одвара или целу дозу капљица, онда деца од 12 година треба да узимају половину те дозе (половина шолје, половина кашике, половина кашичице, половина броја капљица, половина 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 године 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 снажнији 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 деца, па и мање — што зависи од стања њихових бубрега, тј. од способности њихове да луче мокраћу. Мокраћа треба да се чешће контролише, мери и анализира. Mrшави, слаби људи, истрошени 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 укус и мириз спрavedљеног лека, али се то мора преодолевати. Наш народ зна за ону истину коју потврђује и наука: да уколико неки лек има јачи мириз — 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 мириз, а лети услед врућине постане горак.

#### ВРЕМЕ КАД ТРЕБА УПОТРЕБИТИ ЛЕК

Лек треба узимати наште срца, пре јела или после јела, или у току дана изван оброка (2—3 часа после јела) — како је коме одређено код појединих болести. Одређивање времена зависи од тога шта се жели постићи: искашљавање, бољи апетит, или подстицање на рад stomaka, прева, бубрега. Већином се лек узима кад је stomak празан, нарочито чајеви (пелен, кичица, ситна бела рада, горке биљке уопште), јер тада не надражују stomak.

*Кад се користи билоно вино, треба га узимати после јела. Оно није добро за болеснике с рђавим варењем у stomaku и слабим нервима, чак и кад је количина алкохола у њему врло мала (око 14%).*

Лекове који се узимају ради бољег 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 stomaku једним делом већ сварена.

Не треба одједном, наискап, попити чашу или шољу лековитог чаја. Јер кад се узме у 2—3 размака, чај не замара stomak и делује боље. За преслабе stomake најбоље је узимати на свака два часа по једну велику кашику; или, ако прилике нису згодне (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 напитак млак, топао. Благи чајеви се могу заштитити или не, према укусу болесника. Горки чајеви не

треба да буду заштетени, јер од тога бива болесниците мука и онда 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 биља 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 знато, итд. „Зато што оне (биљке) тако делују“, али да ли су ту лења преве, 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 умногоме биљне лекове. При томе су стручњаци вршили поделу по својој увиђавности: неко у десет и четири групе (Дроз), 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: биљке које су у стању да делују против кашља, против надражја у плућима и уопште олакшавају избацивање нездраве слузи из плућа.

V група: биљке које имају својство да истерују гасове из тела: stomaka и прева.

VI група: биљке које су у стању да пречишћавају крв и сокове организма од штетних материја.

VII група: биљке које изазивају знојење.

VIII група: биљке које делују против пролива.

IX група: биљке које изазивају болje 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 крпе цео организам.

XV група: биљке које помажу избацивање глиста.

XVI група: биљке које терају на повраћање.

XVII група: биљке које делују против разних болести stomaka, јетре и других унутрашњих органа.

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

XIX група: биљке које служе умирењу нерава.

XX група: биљке 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 неизгодна и непрактична. Јер има биљака које се примењују у лечењу више болести, па је нестручном човеку тешко одредити кад их треба применити. Због тога практичну примену лековитог биља треба извести на други начин, а то може бити само према већ одређеним болестима, које су више или мање познате 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 нишчemu. 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 сврстati

ти у веће групе, а те опет у мање; или се могу издвојити појединачне болести као ретке. Према тим болестима, дакле, треба да се издвоје оне лековите биљке које помажу, а којих има у нашој земљи. *И наши је задатак био да по болестима пропишемо лекове, а не обрнуто; тиме 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 гркљана, душника и бронхија:
  - а) Акутни бронхитис, назеб итд.
  - б) Хронични бронхитис.
2. Оболења плућа:
  - а) Акутно запаљење плућа.
  - б) Запаљење плућне марамице.
3. Последице хроничног оболења 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. — Осуство апетита услед психичких, душевних узрока. Слабост стомачних мишића.

2. Болови и грчеви у stomaku (наследно слаби stomak и компликације с другим болестима, нарочито женским, болестима јетре, жучне бешике, слепог црева и др.).

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

- а) услед недовољног лучења stomачних сокова;
- б) услед повећаног лучења stomачних сокова;
- в) услед нервних поремећаја stomaka.

4. Катарадно оболење слузокоже stomaka с повраћањем, боловима и другим променама (проширење, спуштање, промена положаја stomaka).

#### **Болести црева:**

Млитавост мишића, нарочито цревних жлезда.

Гасови у цревима и надимање.

Затвор. Шуљеви.

Катар танких и катар дебелог црева: услед заразних клица, оболења јетре, хроничног тројања.

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 оболења:

- а) рђаво мокрење;
- б) оток;
- в) сопствено тројање (азотемија).

#### **VII група**

*Болести бешике и мокраћне цеви*

### VIII група

*Болести размене хранљивих и других састојака (материја) у организму*

Гојазност.

Подагра — „гихт“, зглобоболја.

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, главоболје, епилепсија, слабост, полна претераност.

### XI група

#### *Женске болести*

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

### XII група

#### *Болести коже, венеричне болести*

### XIII група

#### *Хируршке 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 биљем.

Могао сам начинити и речник болести и онда за сваку болест 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 практачније 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 у будуће 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

ХИГИЈЕНА УСТА, ДЕСНИ, ГУШЕ И НОСА

Хигијена захтева да се уста одржавају чисто, иначе наступају болести слузокоже: у устима, на деснима поред зуба, језику, 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 незннатне, ипак могу да утичу на оштеће стање здравља. Има болести stomaka 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 неповољним приликама за человека, а повољним за њих, још се више множе и расејавају, каткад се „разиђу“, тј. бивају разнети путем крви и сокова по целом организму и трују га, изазивајући нове, каткад тешке и смртоносне болести. Кome није познато да се од тешке гушоболење може заразити крв и умрети!? Јаке главоболе, болови у зглобовима руку и ногу, жигови по телу могу потицати из неког отњишта у устима и зубима.

Због тога је од велике важности да се избегава трулеж зуба, надражај и запаљење десни, гнојење појединих места, пликови 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 послу са живом.

За непријатан задах из уста, који многима смета да буду пријатни у друштву, поред других узрока (болести у плућима,

стомачних 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 неизоставно, 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 биљном свету немамо много сигурних средстава која одмах убијају микробе (бациле и коке), и која би спречила или прекратила одмах запаљење или трулеж, као што нам то даје хемија, али ипак извесне биљке 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, луку и др.).

Од средстава која би заменила све оне прашкове, каше, сапуне („калодонте“) итд. што се употребљавају за чишћење зуба и десни — најбоље би било ова вода, коју може свако лако 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 есенције 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 истрљати десни после јела или пре спавања.

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

Може се спремити и овоме сличан раствор по следећем рецепту:

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 процедурити.

Употребљава се као већ наведени лек<sup>1</sup> (по др Народецком). Исто се тако може употребити куповни корен црвене ратаније, 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 (*Anthemis nobilis*). Доцније ће бити говора о широј примени беле раде, засад ћемо рећи само да је 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 испољава тако што, после назеба или услед њега, у случају јачег грипа или које друге заразне болести: дифтерита, дифтерије, скарлатине и просте инфекције од загађене воде, од хладног пића, нарочито вина, од прљавог посуђа, нездравог љубљења итд. крајници отекну и сва гуша постаје више или мање црвена и упаљена. Услед тога настаје тешко гутање хране, чак и пљувачке, осећа се непрестано

<sup>1</sup> Чувени препарат за зубе „Одол“ није ништа друго до раствор прашка 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“. Горњи сastави су много бољи и имају бољи мирис, а не стају скупо.

бол и теже се говори. То стање прати каткад повећана темпера-  
тура, 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 пепељавих тачки-  
ца, каткад сливених, прилепљених опни. За овима често не изо-  
стају кашаљ ни слуз, ни запаљење задњег дела гуше и носа. Степен  
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 убрзга 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, свакоме  
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 процеђевине дода по 650 грама меда. И тек се од тога сока сипа по 30 грама у шолу 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 „
Стисце у праху . . . . .	50 „
Ружиног меда . . . . .	50 „

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

Уместо стисце, могу се употребити поменута средства (борна киселина и калијум-хлорикум), која се не смеју гутати (према француском кодексу — пропису о лековима).

7. За испирање гуше, као и против гнојења десни, гнојника у њустима и ждрелу, може се употребити бели слез (*Althaea officinalis*). Лек се спрема на овај начин:

Корена од белог слеза . . . . .	10 грама
Воде . . . . .	150 „
Меда . . . . .	30 „

Корен се скрува у води, потом се процеди и процеђевини до-да 30 грама меда.

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

8. Ако се јаве јаки болови у гушти и ако у кући имамо главицу мака, можемо спремити против гуштобоље и следећи лек:

Главица мака . . . . .	1 комад
Воде . . . . .	150 грама

То се прокува, процеди и тиме се испира гушта гргорењем.  
Или:

Главица мака, или пола главице, или трећина, или четвртина главице (за узраст од 6 до 20 година)

Ланеног семена . . . . .	5 грама
Воде . . . . .	250 „

Скува се, процеди и зашећери. Тиме се гушта испира.

Поред ових средстава, примењује се и слез као прокуван чај у дози 30 грама на литар воде.

Корен од белог слеза даје се и деци којој треба да никну зуби: да се занимају и да га гњече између десни.

С успехом се могу применити и ове биљке:

#### 9. ПРНИ СЛЕЗ

*Malva silvestris*

Гушчије цвеће, цвеће великог слеза, дивљег слеза. — Употребљава се такође за испирање гуште у запаљењу. Од њега се употребљава корен, јер делује меко на слузокожу уста, нарочито ако на њој има раница или ситних пликова. Дозе су следеће: 20—40 грама за чај од цвета; 40—80 грама за чај од лишћа — на литар воде. За одвар од корена 50—80 грама на литар воде.

#### 10. МАК

*Papaver somniferum*

За испирање гуште може се применити и чист одвар од макове главице. У том случају узима се једна главица на 500 грама воде.

ТАБЛА 1.



1 — зеленика (*Ilex aquifolium*), а — гранчица у цвету, б — гранчица  
са зрелим плодовима; 2 — једић (*Aconitum napellus*).

ТАБЛА 2.



1 — дивизма (*Verbascum thapsus*), а и б — цветови; 2 — малина (*Rubus idaeus*), а — гранчица у цвету, б — зрео плод; 3 — клека (*Juniperus communis*), а — гранчица, б — лист, в — зрео плод; 4 — димњача (*Fumaria officinalis*).

II. ПЕТРОВАЦ  
Agrimonia eupatoria

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, заслађен ружиним медом. Испирање се врши пет пута дневно. Овај се лек нарочито показао добар код хроничних оболења 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 кашља 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 литра) и онда се томе додаје медовина од ружа (5—10 грама).

Као чај за пиће: 1 пуну кашичицу иситњеног корена или лишћа за једну шољу чаја, једанпут дневно.

Ова биљка, петровац или турица, или цигеричњак итд., има корен ауговечан и гранат, но не пузи. Цела биљка је мањава, жутог је цвета који је поређан у дугачак редак грозд. Стабло је високо 3—8 дециметара, усправно, једноставно или гранато. Лишће му је перасто, озго мањаво; оздо је руњаво и беличasto, с овалним и до дна зупчастим листићима. Залиси су крупни, рецкасти и обухватају гране (др С. Петровић).<sup>1</sup>

Расте поред путева, по пустим пољима 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.

Индijанци Северне Америке и Канабани употребљавају њен самлевен корен у многим мастима и зејтину за лечење рана.

<sup>1</sup> Биљке су овде описане у најглавнијим цртама и само колико је потребно да се једна биљка не помеша с другим биљкама. Овај опис може се вршити ма по којој ботаници, флори или атласу, али смо се најчешће користили описима др Петровића, проф. Гарке, Клајна и др.

## 12. КУПИНА

*Rubus fruticosus*

Свима позната биљка. У лечењу гуше, па и раница у ждрелу, 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 може се употребити као замена за кинески чај. То се већ чини у Енглеској, где су открили да овај чај има и добар аромат.

## 13. СРЧЕЊАК

*Polygonum bistorta*

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

Срчењак расте по влажним брдским ливадама свуда у Европи, у групама, тј. не усамљено, и образује често читаве бокоре захваљујући томе што се размножава помоћу чворова или изданака из корена, који брзо расту и захватају све шири простор; најзад се изданци корена сами изокрену (у облику бројке 5) и образују нов корен, од кога полазе нови изданци 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

*Geranium robertianum*

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 крваве 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 маљама, често с црвеним местима. Цветови су ситни. Цветни листићи су јарко црвени, ретко бели.

Сви делови биљке миришу јако и непријатно. Биљака овог рода има више, али се ова одликује тиме што има лишће перасто усечено са три 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

*Sambucus nigra*

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

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<sup>1</sup>

Он раствара слуз, делује против назеба и благо помаже избаџивању 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 ушмркањем.

<sup>1</sup> Неки су примењивали, а и ја сам то исто чинио, разне мешовите зејтине и кали за нос, а и читao 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 уносити 1—2—5 капи чистог зејтина, мало загрејаног, или помешаног с мало ментола, у овој сразмери:

Зејтина . . . . . 10 грама  
Ментола (кристале добијених из нане) . . 1 грам

То се чини 2—3 пута дневно, према јачини слузи и деловању лека.

### 2. CACA

### Anemone pulsatilla

Мачица, шукундед. — Код назеба с кијавицом лекари хомеопати, 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 (натопљене 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 шкодљиво. Даје се наизменично с рузмарином.

Карактеристике ове биљке: „Цвеће је усамљено на врху петељке. Најпре је усправљено, а потом је погнуто. Но кад цвет сазри, петељка израсте и понова се усправи. Чаша је звонаста и сложена од шест елиптичних свиластих листића. Ови су у горњој половини нагнути у поље и још су једанпут толики колики су прашници. Плодници су дугуљасти, рутави и имају дугачку перницу.“

„Лишће је тројно перасто, с линеарним кришкама. Стабло 2—3 дециметра високо. Корен је дуговечан, дебео и косо у земљу силази. Цвет је љубичаст и развија се у марту и априлу. Расти по брежуљцима изложеним сунцу“ (С. П.), на кречном тлу по целој Европи. У медицини се употребљава цела биљка.

Њој је врло слична друга врста сасе (*Anemone pratensis*), тзв. ливадска саса, чак коњском љубичицом названа, „код које је цвеће као изврнуто“. Чаша цвета јој је црнољубичаста, а првена 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

*Urtica dioica*

Грчка коприва, велика коприва, жара, жгота, питома коприва. — Против крварења из носа подесан је сок од свежег листа коприве. Он се сипа непосредно у нос или се пије по 100 до 125 грама дневно. Може се применити у истом циљу течан згустак (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 процеђевини 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 особине велике коприве. Хемијска анализа пронашла је у коприви састојке (кисели карбонат амонијака, нитрат танина, галне и мравље киселине) који стежу, штаве и дезинфекцију, спречавају распадање, и заустављају крварење. Способност коприве да заустави крварење из плућа, носа, материце, бубрега и мокраћних 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<sup>1</sup>). Па и код пролива, акутног или хроничног, показало се да је коприва

<sup>1</sup> Сад се дају нарочито витамини В (Бе) и С (Це).

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 помогла и излечила дуготрајну рану на цеваници. Да ли је ту помогао танин, мравља киселина или амонијак — не могу рећи, тек рана је зарасла и човек је оздравио, што се од других лекова 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 самобајка (*Glechoma hederacea*) (видети опширније о њој у одељку о хроничном бронхитису).

Сок исцећен од лишћа ове биљке и ушмркан у нос често лечи носна запаљења, запуштеност и главобољу.

Дакле, употребљава се њено лишће. Оно се сматра као окрепљујуће, 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 грчева у цревима насталих услед тројања оловом: занатлије и други радници који раде с оловом олакшавају болове и стање узимајући чај од ове биљке. У ту сврху доза је обична: пуну кафе-на кашичица лишћа на шолу кључале воде. Пије се као хладан чај 1—2 пута дневно.

Лековите биљке које се могу применити код оболења 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

Друга група болести које узрокују симптоме које су карактеристичне за болестима које су објашњене у првом делу ове књиге. Ове болести су већином вирусне природе и углавном се јављају у пролети и лето. Најчешће јављају се у врху десетогодишњег и младог возраста, али се могу јавити и код старијих особа. У неким случајевима симптоми који се јављају у овим болестима су идентични симптомима који се јављају у другим болестима, па се тада не може одредити која је болест узрок.

## БОЛЕСТИ ОРГАНА ЗА ДИСАЊЕ

### БОЛЕСТИ ГРЛА, ГРКЉАНА И ДУШНИКА

Запаљење које почне у гуши може се одмах или мало доцније спустити наниже и распрострти се на гркљан, душник, па и бронхије. У том случају прво отекне слузокожа гркљана, потом се више или мање повиси телесна температура, јавља се надражај 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 гушоболје („антгине“): општи назеб, назеб ногу, раније запаљење гуше, злоупотреба хладног пића, дувана; затим дим и гасови који изазивају надражај, дуг говор, вика, певање, отровна прашина.

Оболење 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 размножавање 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. стрептокок — микроби у виду бројаница). У другом случају, тј. код дуготрајних болести гркљана, постоје остаци ранијих акутних запаљења; или су то нарочите болести као што су туберкулоза и сифилис гркљана.

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

Прелазимо на лечење:

1. У озбиљним случајевима, нарочито код деце, добар је облог око врата од слачичног брашна (шака брашна размути се у води собне температуре, у то накваси 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 слачичног брашна. То се чини два пута дневно, ујутру и увече — док кожа подноси.

Ако тога нема, онда се ставља загревајући облог (наквашена 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 ваздух 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, делују против кашља (умирују надражaje на кашаљ).

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

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

5. У случају тешког дисања и гушења треба узети лек за повраћање, било које средство, а најбоље је узети из апотеке прекоморску биљку ипекакуану. Лекари и апотекари знају у којој дози 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 ѡдисање 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 кувају 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 онда 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<sup>1</sup>: по 5—10 капи канути у кључалу воду и удисати. Ако болесник то не подноси, може се у соби где он лежи оставити и лонац с кључалом водом, тако да се пара распростире по целој соби. У том случају не сме се употребити много тих лекова, јер све есенције надражују гушу а не јубијају у доволној мери микроорганизме (микробе). Да се ту не би грешило, ево једне смеше за дезинфекцију собе:

Еукалиптола или, још боље, 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 кађење паром у соби. Тако саветује париски професор Лепер. Овај научнијик саветује да се код лажне дифтерије

<sup>1</sup> О добијању терпентина говорићемо опширније на другом месту. Он се добија нарочитом прерадом помоћу паре из смоле која цури из дрвета извесних четинара.

у гркљану код деце, а нарочито кад се то деси ноћу, даје и бром у дози која одговара детињем узрасту. Из искуства знам да таквог 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 пиће.

Могу се применити ове биљке:

#### 8. СТРИЖУША

*Chamaelplum officinale*

Трава певача. — Врло корисна биљка за људе чија професија тражи да много говоре, певају итд. и од тога промукну, или им се суши грло и имају чак болове, кашљу; или оболе од запаљења гркљана, гласних жица и душника.

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

Како сува биљка губи од своје вредности, треба употребљавати свежу биљку. Зато се и бере у јулу или августу кад развија плод. Треба је чувати од влаге и промаје. Спрема се по *б грама траве на шолу, кључале воде*. 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 шолу 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 ољуштеног јечма или суво грожђе (такоће топло).

Стрижуша расте крај путева, по виноградима и њивама. Има је по целој Европи. То је доста висока трава (до 8 дециметара), с усправним струком и развијеним, неравним гранчицама. Лишће је на дршке насађено: доње пругасто, горње копљасто. Цветови су жути, ситни, развијају се од јуна до септембра.

9. ДЕСПИЋ  
*Lavandula vera*

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

Постоје две врсте лавандуле: *L. vera* и *L. spica* — прва је мања, друга има већи жбун. Лишће је округло копљасто. Ова друга мање се употребљава у медицини, али даје уље потребно уметницима и сликарима на порцулану.

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

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

Антисептично сирће од лавандуле може се употребити<sup>2</sup> најповољније.

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 маљама. Лишће јој је линеарно, с усуканим

<sup>1</sup> Проф. Кошанин је назива деспик и лавендула; др С. Петровић — деспић и лавендула.

<sup>2</sup> Стара србијанска фармакопеја (пре 1908. г.) много је богатија у погледу медицинских средстава и састава него што је то била фармакопеја којом смо се доцније служили.

(увијеним) ободима. Док је младо, оно је сивопепельаво, кад остари, зелено је, на доњој страни жлезничаво. Цветови имају љубичастоплаву боју, стоје на испрекиданом, крајњем класу. Круница је маљава, 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 миришљаво цвеће.

У погледу деловања лекова код болести које су побројане у заглављу овог дела — наука је пронашла да код обичних обољења гркљана 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 оболења гркљана 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 вештач-	
ке 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 оболења или остатака после акутног запаљења гркљана.

Код запаљења горњих органа за дисање: носа, ждрела, гркљана и душника, који прате честе кијавице, промуклост и болови у гуши, може да се лечи гргорењем чаја од жалфије, или беле раде, или камилице. Ту делују њихова етарска уља, а делимично и обожени 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 оболење гркљана, као што 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 гушоболом 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 оболења 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 озбиљнија, тако да се може изметнути у најтежу врсту плућних болести. Ако се при томе температура тела јако повиси и то дugo 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 распостре и не отегне дugo, 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 испљувавање, 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 кашља, после операције итд. Ово се лечи по општим правилима.

Као и код оболења 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) леђи у по-

стељу и пити топле напитке: млеко, чајеве, лимунаду, орахжаду итд. Држати слачичне 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 избацање 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 испљувке (слуз) није још одвојен од унутарњих цеви, те се не може лако избацити. У том случају, dakле, најбоље је давати чајеве који стишавају кашаљ (видети даље које) и тек с падом температуре код болесника приступити енергичном давању лекова који помажу избацање шлајма.

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

Лекови који могу да помогну избацању шлајма приликом оболења душника, плућних цеви (бронхија) до најужих, и плућних катара могу се поделити у две врсте: минерални и биљни (проф. Лепер). Нас интересују само ови други.

Задатак биљних лекова састоји се у томе да помогну чишћење, прање бронхија, те да у њима не дође до застоја, запушавања, што отежава дисање. Помоћу кашаља и избацања шлајма постиже се чишћење плућа и боља циркулација ваздуха с кисеоником у њима, а затим и оздрављење.

При употреби побројаних лекова треба имати на уму ове чињенице:

Биљни лекови могу да: 1) размекшавају или разводњавају, разређују слуз; 2) да делују на мишићна влакна и помажу избацање; 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 (*électives*), 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 известан лек у једној дози у стању да помаже из-

бацивање, а у другој да суши. На пример: балзами од терпентина, еукалиптусово лишће или уље у малим дозама служе као разводњавајући лекови, а у велиkim дозама суше. Због тога, жељећи да нашим упутствима дамо научну и чврсту основу — саветујемо читаоцима и болесницима да се држе доза и упутства које смо овде одредили.

Пређимо на опис биља које се овде с највећим успехом може применити.

У случају голицања у грлу и душнику, тј. где се траже средства која умекшавају и умањују надрахуј слузокоже органа за дисање — најбољи су ови лекови:

#### I. БЕЛИ СЛЕЗ

*Althaea officinalis*

Слез бели, велики слез. — Од памтивека се сматрао као најбоље 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.). Готово свако и код нас зна да се бели слез употребљава као лек. Па ипак свако не зна све појединости о најпробитачнијем иско-ришћавању ове биљке.

Од слеза се употребљава и корен и лист и цвет. Корен као најбољи део 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.<sup>1</sup>

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

Цвет се бере у јулу. Он је најслабији.

Најпогодније је спремити лек на овај начин:

<sup>1</sup> Може се замислiti колико се неправилно поступа и колико корен губи од свога деловања кад се продаје на пијачним тезгама и излаже ваздуху, ветру и прашини, а бере у свако време!

ТАБЛА 3



1 — боровница (*Vaccinium myrtillus*), а — гранчица у цвету; 2 — помоћница (*Solanum nigrum*), а — зрели плодови; 3 — бадем (*Prunus amygdalus*), а — цвет, б — гранчица са плодовима, в — плод, г — семе; 4 — њурбевак (*Convallaria majalis*); 5 — деспик (*Lavandula vera*), а — гранчица, б — цваст.

ТАБЛА 4.



1 — видац (*Euphrasia officinalis*); 2 — кичица (*Erylhraea centaurium*); 3 — разводник (*Solanum dulcamara*); 4 — троскот (*Polygonum aviculare*).

Сув корен се истуца у прах и остави да кисне у хладној води. Овај напитак 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 попити 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, првеног ветра, разних рана у запаљењу, као и за клизме у задњем преву (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. Процеђевини додати на сваких десет делова по 16 делова истуцаног шећера. И кувати сируп (фармакопеја од 1908. год.): нпр., ако процеђевине има 50 грама, додати  $16 \times 5 = 80$  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 заоштрено при врху, цело или са 3—5 разреза на сваком листу. Цветови нису велики, боје су бледоружичасто-црвене, изникли су на кратким дришкама, 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.

## 2. ЦРНИ СЛЕЗ

*Malva silvestris*

Шумски слез, слез црни, дивљи слез. — Понегде код нас зове се и гушчија трава, ћурчја трава, слезовача.

У случајевима оболења гушче, 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, окружно засечени. Свима позната биљка која расте поред плотова, по разним местима, поред шуме итд.

## 3. ЉУБИЧИЦА

*Viola odorata*

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, гркљану, аушнику и бронхијама услед назеба; нарочито ако постоји бојазан за бубреже. 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 употребљавају 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 употребљавали су корен од љубичице у свим приликама где се ипекакуана (страна биљка) могла заменити, а у новије време хемијска анализа је показала да заиста има велике сличности између наше

и ове стране биљке, јер је у нашој биљци нађен особити алкалоид, подобан еметину (нађеном такође у ипекакуани) који је назван виолин или „овдашњи еметин“, итд.

Ја придајем велику важност овој чиљеници, јер је често код гушења деце услед 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 биљка, већ се може искористити домаћа: одвар од једне кашичице љубичице на шољу воде.

#### 4. ГРУДНО ЦВЕЋЕ

##### Species pectorales

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 поједињих делова:

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

По моме нахођењу, 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 цветова 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 биљка, 1—2 десиметра висока. Расте по планинама, а цвета у мају и јуну. Популарна медицина у Француској и сад примењује ову биљку (др С. Петровић).

<sup>2</sup> Сматрам да је ова смеша потпунија него она у нашој фармакопеји.

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

Ар Мадаус дао је нову, нешто изменењену, смешу која може да се примени и код астме и код великог 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 шољи кључале воде. Пије се млако, 2—3 шоље дневно.

#### 5. ДЕСПИК

*Lavandula vera*

Као средство које делује против надражажа у душнику и према томе као умирујуће у случају грипа и бронхитиса, прописује се за унутарњу употребу деспик или лавандула (види појединости о овој биљци и у прошлoj глави).

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

#### 6. ИЗИРОТ

*Acorus calamus*

Миришљава трска, темишварка, водени божур, мирисни корен. — 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 мокрење, корен се може примењивати у случајевима свих акутних болести органа за дисање, које почињу нагло повишеном темпе-

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 шоле дневно, тј. пола литра. Овај напитак, пошто је нешто горак, може се зашећерити 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 употребати и код болести органа за варење, опишемо је одмах овде:

То је биљка чији је корен кратак, дебео, дуговечан и хоризонталан, пузав. Лишће јој је линеарно и усправно, 0,6—1 метар дугачко и 1—2 центиметра 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 на дну ове стабљике са стране. Цветни клас је дугуљасто округло, врло густ, боје жућкастозелене. Расте украй бара, на обалама река, по целој Европи.

Ићирот је улазио у састав многих лекова раније, али је на жалост у пређашњој фармакопеји био изостављен (др С. Петровић).

Свеж ићирот мирише јако и непријатно, а осушен је пријатног и трајног мириса. У њему има особене материје, има етарског уља, 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

Tussilago farfara

Лапух, козја брада, бело копитњаково лишће, коњско копито. — Подбел је врло добар у случајевима бронхитиса, нарочито после грипа, у доба опорављања, код људи којима је остало за-

паљење у душнику, а тако исто и у данима кад шлајм сазри, а има га у изобиљу. 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 шољи кључале воде; пије се пре спавања пола шоље, топло или хладно, или по пуну уста три пута преко дана. Апотекари могу спремити сложенији, али врло добар лек по рецепту:

Extr. fl. Tussilago . . . . .	5 грама
Sir. de Capillaire-canad. Adianthum pedatum, канадска папрат . . . . .	400 "

По 2—4 велике кашике дневно (Леклерк).

Кажу да у његовом лишћу има гвожђа и танина.

Јача и подстиче органе на рад, и као такво средство било је у великој употреби у пређашња времена. У новије време ова је биљка опет привукла пажњу на себе; наиме, тиме што су проф. А. Сартори и Кевовијери Ришар открили у њој један антибиотички састојак.

Ова „канадска папрат“ зове се и „девојачка папрат“ (*Adianthum pedatum*), расте у Сједињеним Државама, у густим шумама, узрај бара и на отвореном пољу. Лишће је помало горко и слабо ароматично. Помаже избацивању шлајма, пријатно хлади и спречава кашаљ, после назеба, кашља и промуклости, носних катара и запаљења. Доза: једна кашичица траве на шољу кључале воде.

#### 8. ОМАН

*Inula helenium*

Бели оман, бели корен, обратиш, питоми оман, велико зеље, 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  $\frac{1}{2}$  часа — пити неколико пута дневно, охлађено.

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

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

Поред осталог, хемичари су у корену омана нашли и хеленин или камфор од омана (D. C. T.). Вероватно да се у томе углавном и састоји његово деловање. Он ублажује надражаје и спречава кашаљ.

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 једног метра висине. Цвеће му је жуто, крупно и усамљено на врху грана. Лишће је крупно, доста дебело, зупчасто, оздо рутаво, бело и јако жиличасто. Стабло је дебело, усправљено и гранато.“ Расте по влажним брдским местима.

#### 9. ЈАГЛИКА

*Primula veris*

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

,кључеви небески“ и „кључеви св. Петра“. Тако су јаглику давали против парализе, удара, хистерије, несвестице, главоболе, против неспавања, реуматизма итд. Но данас 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 плађима, мокрење па и столицу. И зато може бити од нарочите користи код грипа, где се баш то тражи (Леклерк). За мокрење применити чај од листа и цвета.

Јаглика садржи примверин, примулаверин, кристализовану јагличку киселину и камфора. Сапонин у овој биљци укуса је горког, штипа и изазива јако лучење у устима. Због тога је био створен и препарат Tussipest, који нема тих непријатних својстава.

На страни и код нас појавили су се лекови од љубичице и јагличја (од корена), као нпр.: — Primulatum fluidum (Tosse) и чак примулин-колачић (фармацеутске индустрије — Беч)<sup>1</sup>.

Поред оваквог одвара апотекари могу спремити бољу комбинацију по овоме рецепту:

Меког екстракта корена од јагличја (Extr. molle rad. Primulae) . . . . .	0,50 грама
Еликсира Гарусова . . . . .	20 "
Сирупа од канадске папрати . . . . .	60 "
Хидролата од липе колико треба, од 125 до 150	"

Давати по 1 велику кашику свака 2 часа (Леклерк).

У последње време, научници (Васицки, Јоахимовић, Груме и Кофлер) су поново утврдили да у овој биљци има састојака (сапонина) којима се она приближава иностраној биљци сенеги, 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. испекакуана или сенега, јер оне помало штетно делују на срце старијих људи, слабе га, док га јаглика јача.

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

10. СИТНА И КРУПНА БЕЛА РАДА

*Matricaria chamomilla* и *Anthemis nobilis*

Камилица, титрица, попадија, боливач, милиција-трава, миланка, гамилица камил-теј, 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.

Главоболе 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 састоји се у томе што он не задржава мокрење као што чине хемијска средства, на пример пирамидон, аспирин итд. Он, на против, помаже мокрење: бубрежно-мокраћни путеви су слободни при његовој употреби и отрови који се стварају у организму не задржавају се — избацују се с мокраћом.

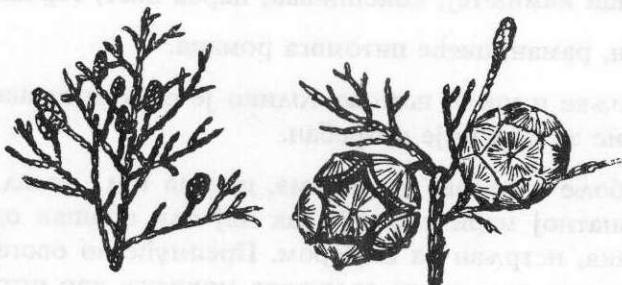
Али да би се циљ постигао, треба спремати, каже Леклерк, не слабу жуту водицу коју зову чај, него прави, јаки напитак. Тога ради узимају се: две велике пуне кашике цвета за шолу кључале воде. То се оставља да кисне читав час. Затим се цеди притискањем и пије изван или између оброка (не пре и не одмах 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

*Cupressus sempervirens*

Деловање кипарисових лековитих састојака биће описаноје објашњено на другом месту — овде само да наведемо примену кипарисовог уља. Оно се употребљава с успехом од стране многих научника као средство за кађење (удисање паре) против гошицања 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 леђима, садржи поред смоластих једињења и читав ред етарских уља, на-



Кипарис (*Cupressus sempervirens*)

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

Кипарисово уље прописује се у дози:

1/4 уља и 3/4 алкохола. Од тога се сипа 1/2—1 кашица у лонац с кључалом водом и пара се удише.

Деловање овог уља заснива се, свакако, на томе што у орашићима кипарисовим, из којих се оно добија, има много лековитих састојака, међу њима и таквих који су слични камфору, валеријановим капљицама, терпентинима и једињењима која имају миријум (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 марта, па да он почне да кашље, да осећа неки притисак у прсима и теже дише, нарочито кад убрзано корача, кад се пење узбрано, уза 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 усрдно и за времена, нарочито ако човек живи у већим градовима где има свуда туберкулозних клица.

Многобројни биљни лекови примењивани су против хроничног бронхитиса. Може се рећи да овде ретко која биљка 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. искашље и испљује. У науци су та средства назvana експекторанција.

### Мешавина: грудно цвеће

О томе је опширио било говора у одељку о акутном бронхитису. 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 лекове и њихове дозе изнели смо у претходном делу књиге: код гушоболје и запаљења душника, као и акутног бронхитиса. Зато опишемо укратко и биљке које нисмо узимали у разматрање а које улазе у ту мешавину.

## 1. ДИВИЗМА

Verbascum thapsus и V. phlomoides

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 несхватљиво 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. Чай, у дози 10 грама цвета на литар кључале воде, треба процедити кроз платно, јер на цвету има маља које изазивају још веће 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, сребрнасте боје и доста је показати биљку једном па да се запамти заувек. Цветови се налазе на врху стабла, као кита, као клас. Жути су. Биљка је двогодишња, цвета у јулу и августу. Јако се множи и расејава.

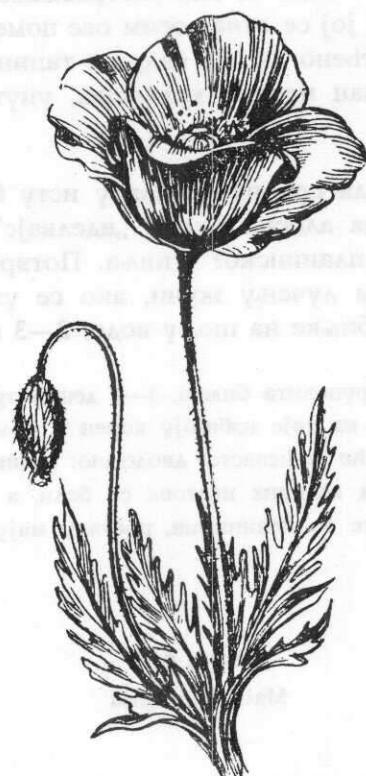
## 2. БУЛАКА

Papaver rhoeas

Турчинак, омак, лале, мак пољски, цвеће дивљег мака, турчин цвет. — Свима позната биљка. Не трέба 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 је у облику чаја, у дози: колико се ухвати између два прста сувог цвета на шољу кључале воде; или се направи сируп од таквог чаја и даје у дози:

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



Булка (*Papaver rhoeas*)

Некада се овај лек много употребљавао (код запаљења марамице, 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 применити код особа које не подносе никакву врсту опијата (антифилаксичари).

### 3. СРЦОПУЦ

*Antennaria dioica*

Цвет ове биљке улазио је у састав чаја против кашља. Популарна 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 спољашњих.

Да споменемо да срцопуц спада у исту биљну породицу у коју спада и чувена алпска биљка „еделвајс“ — опевани цвет и симбол здравља планинског живља. Потврђено је њено дејство при повећаном лучењу жучи, ако се узима као одвар у дози: 5 грама суве биљке на шолу воде; 2—3 пута дневно.

Дуговечна, 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 цвасто, дводомно: мушки цвасто и женско кончасто. Омотачи код мушких цветова су бели, а код женских ружичасти. Ова биљка расте по планинама, цвета у мају и јуну.

### 4. ЦРНИ СЛЕЗ

*Malva silvestris*

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 гушобоље и отеклих крајника.

## Биљке које не улазе у „грудни чај“

### 5. БЛАГОВАЊ

*Hyssopus officinalis*

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 случајевима кад застане избацивање слузи, и код осетљивих људи. Али га не треба узимати одмах, тј. у почетку запаљења и надражја у плућима, него кад се те појаве утишају: кад падне температура, слуз „сазри“ итд.

Тако треба узимати уопште све лекове у којима има уља и балзама. „А у благовању има жутог етарског уља, горке материје, нешто камфора и сүмпора“ (др С. Петровић). Проф. Балансар и гра С. Рицо издвојили су из суве биљке поташу, силицијум, танин, сапонин и приличну количину холина (1,90—2,0%). Подстиче органе на рад и јача их.

Дозе за благовање: најзгодније је употребити чај; спровођа се од 4 грама благовања и 200 грама кључале воде; пити 2—3 шоле чаја дневно. Употребљава се цела биљка, али је најбоље узимати врхове стабљике с цвећем и лишћем. Може се преписати и алкохолатура ове траве у дози 10—30 капи дневно у чашама 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 биљке могу се употребљавати и против реуматизма и код нервнораздражљивих особа.

Лековити благовање или изоп јесте мали полужбун од 2 до 6 дециметара 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 дуговечан. Цветови су плави, ређе ружичасти или бели. У нас је гдешто и по баштама сађена биљка, а дивља расте по камењарима „на истоку од Србије“ (др С. Петровић). А код Wagner-Garcke-а стоји: „Расте по сувим, каменим местима у Крањској, јужном Тиролу, Аустрији“ (значи да расте и на западу од Србије). Сади се по баштама као биљка за лек и за зчин. Јако и пријатно мирише. Цвета у јулу и августу. Одвајкада у употреби као лек.

#### 6. ДИВЉИ КУПУС

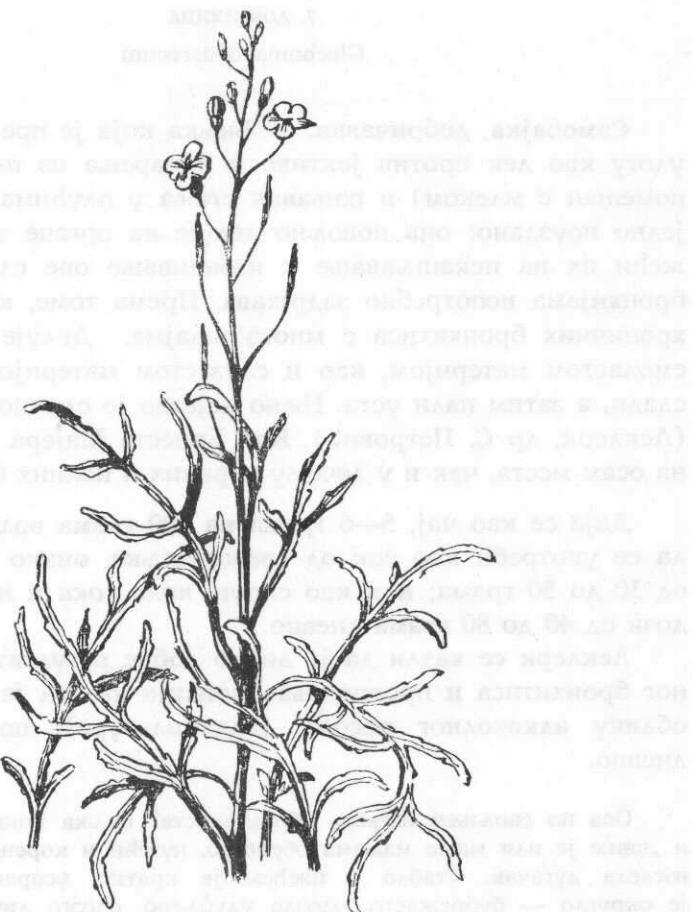
*Diplotaxis tenuifolia*

За ову биљку Леклерк каже следеће:

„Она садржи у себи једну есенцију која, опет, садржи вишестојака. Још ју је стари Диоскорид употребљавао као средство за мокрење, а Матиол је приметио да она делује код грудних болести за избацивање слузи: „Кад се искува и кад јој се дода шећера, она помаже деци против кашља“ — тврдио је он, јер има иста својства, па и јача од угаса“ (види 12).

И збила, дивљи купус (дивља салата) је биљка која заслужује да се примени. Брашно од њених зрна може заменити брашно од слачице; а сок, ако се попије, може дати већ поменуте користи: као средство за јачање и бољи рад органа, за појачавање лучења мокраће, као средство против слабости организма (скорбута), а нарочито за избацивање слузи. Др Ш. Потије, који је написао једну врло документовану студију, саветује да се од ње прави сируп: „Од 40 грама сока свеже исцеђеног 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 поред душника и бронхија добре резултате од алкохолатуре у дози од 2 до 5 грама дневно, којој сам додавао, да бих јој поправио укус, који је доста тежак, алкохолатуре од калопера (конопљике, вратића, повратића — *Tanacetum vulgare*).“

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



Дивљи купус (*Diplotaxis tenuifolia*)

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

То је биљка-коров, са слободно развијеним гранчицама, боје сивозелене, 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, многообројно, 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  
Glechoma hederacea

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 избацивање 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 лечењу нервних и полних болести.

Даје се као чај, 5—6 грама на 200 грама воде, али је боље да се употреби као сок од свеже биљке, онако сиров, у дози од 30 до 50 грама; или као сируп, *пона 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 „бршљанасти“ 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 — бурбужасто, одоздо удубљено, одозго личи на срце. Доње лишће има дугачке дршке. Цветови су плави до светлољубичасте боје, до 2 см 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“ (Wagner-Gärtke).

8. ПУПОЉЦИ ОД ЈЕЛЕ И БОРА

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

пољци делују повољно тиме што у њима има терпентина и што садрже у себи један лек који је врло близак карболној киселини, тзв. малтол.

#### 9. БОР

*Pinus silvestris*

При непотпуном сагоревању бора добија се свима познати катран: течност црна, јаког мириза, опора укуса и густине као терпентин. Катран се растворава 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 мокрење, дезинфекцију органа за мокрење, бешике итд. као и за знојење.

Овде је реч о органима за дисање; према томе, код хроничног бронхитиса и код других плућних болести може се употребити 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. Больје је узимати овај сируп после јела, поготову ако болесник има слаб стомак. Ко има добар стомак, може га узимати пре јела.

Препарати: гвајакол, тиокол и др., који су улазили у свакодневну лекарску праксу, извађени су из катрана.

## 10. МАЈКИНА ДУШИЦА И ТИМИЈАН

*Thymus serpyllum* и *T. vulgaris*

Бакина душица, поповац. — Обе врсте садрже танина, затим један горки састојак и једну есенцију коју чине два фенола, тимол 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 stomaka. 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 *помажу 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 кључале воде. Употребљава се цела биљка.

Као средство које је у стању да пружи користи у лечењу стомачних оболења нервно-подагричних болесника који у исто време пате од хроничног бронхитиса, употребљава се њена есенција, уље, затим пилуле, које може спремити апотекар по овом рецепту:

Essence de thym (или серполет) . . . . .	0,10	грама
Savon amygdalin . . . . .	0,10	"
Poudre de guimauve . . . . .	0,5	"
(прах од белог слеза)		

Све за једну пилулу; дневно узимати 2—10 пилула.

Овај амигдалин-сапун мешавина је стеарата, палмитата и содних олеата, добијених деловањем соде на уље од слатког бадема и друге врсте лоја и зејтина (*Sapo medicinalis*). Не треба да садржи ни глицерина ни вишке 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.

<sup>1</sup> О називу: није овде реч о „мајчиној“, него о „мàјкиној“ душици. Према томе, правилно је само: màјкина душица.

Цвета од јуна до јесени. Дуговечна је биљка, јер из главног, јаког, арве-настог и усправног корена избијају у великом броју мале стабљике које леже по земљи, и које док су младе имају тамноцрвену или жутомркку 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 окружлог или јајастог облика. Цветови су ружичасти, ређе бели.

#### 11. ОЧАЈНИЦА

*Marrubium vulgare*

Смрдуша, горчика, кокочитац, маруља, сумрак, пепељуга, је-трена трава. — Ово је једна од прворазредних биљака за лечење плућних болести. Има многоструку примену, тј. не само у ле-чењу 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 биљци 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 избацивању. За-хваљујући њој нема застоја шлајма у плућима, а с тим уједно престаје и кашаљ. Њено деловање може се упоредити са делова-њем терпина (лека изваненог из терпентина). Чак је и боља од овога, јер не делује тако брутално 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 било какво запаљење или какав надражај. Поред тога, како ова биљка не шкоди варењу и односи се према stomaku као активна горчина — она знатно помаже и изазивању апетита“ (Леклерк).

У најновијој својој књизи проф. Лепер (Париз) међу осталае старије лекове уводи и очајницу, и каже: „Очајница је нов гост — као лек за избацивање шлајма. Има већ петнаест година како је она ушла у науку о лечењу захваљујући др Леклерку. Припада уснатицама. Њена употреба је мало распострањена (свакако зато што и лекари и публика не знају много о њој — писац). Употребљава се у дози 25—50 центиграма (1/2—1/4 грама), у прашку, пилулама или обландама. *Ова је доза дневна.*“

Али Леклерк каже да ју је најбоље употребљавати у алкохолу, јер се у њему растворају њени корисни састојци. У ту сврху узима се 60 грама суве биљке и потопи у 1 литар далматинског или другог густог вина, и то остави да кисне. Од тога се даје оболелом 100—150 грама дневно. Као врући чај изазива знојење и мокрење, а као хладан — крепи и у већој дози изазва столицу.

Доза: кашичица ове биљке исечене ситно на шољу кључале воде.

Пилуле се дају у дози од 0,1 по 1—4—8 пилула дневно. Нарочито се препоручује водено-алкохолни екстракт у облику си рупа, који може да спреми апотекар; на пример:

Extr. Hydro-alcoholici marrubii . . . . .	3 грама
Sirup. simp. . . . .	200 "

Давати по 2 или 3 супене кашике дневно после јела.

Ова биљка, поред најшире примене код бронхијалних катара, астме и фтизе, показала се активном и код болести јетре, жутице, маларије, изостанка менструације и менструације с боловима и с малокрвишћу, хроничним проливом, задржавањем мокрења и код песка у бубрезима, хистерије и хипохондије. Има повољно деловање и на срчану радњу, као што су екстравистолна аритмија, убрзан рад преткоморе и треперење — што је клинички доказано (др Шимерт — др Гранел); њена акција слична је кинидину.

Очајница расте код нас на сувим и каменитим кречњавим местима, на испашама поред путева. *Има је у Врњцима.* Корен јој је дуговечан. Стабло усправно, руновито, гранато, лиснато. Лишће белосребрнасто, покривено густим белим маљама. И цветови су бели. Тиме се и разликује од своје сестре — црне коприве или црне очајнице

(*Ballota nigra*). 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 љутог и горког („chaude acre et amère“). Цвета од јула до септембра.

## 12. УГАС

*Nasturtium officinale*

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 биљка једе сирова. Од 275 грама истуцане и исцеђене биљке добија се око 190 грама сока. Али је најзгодније припремити чај у дози од 6 грама ове биљке на шолу кључале воде, с тим да чај кисне 20 минута. Треба пити 2—3 шоле дневно.

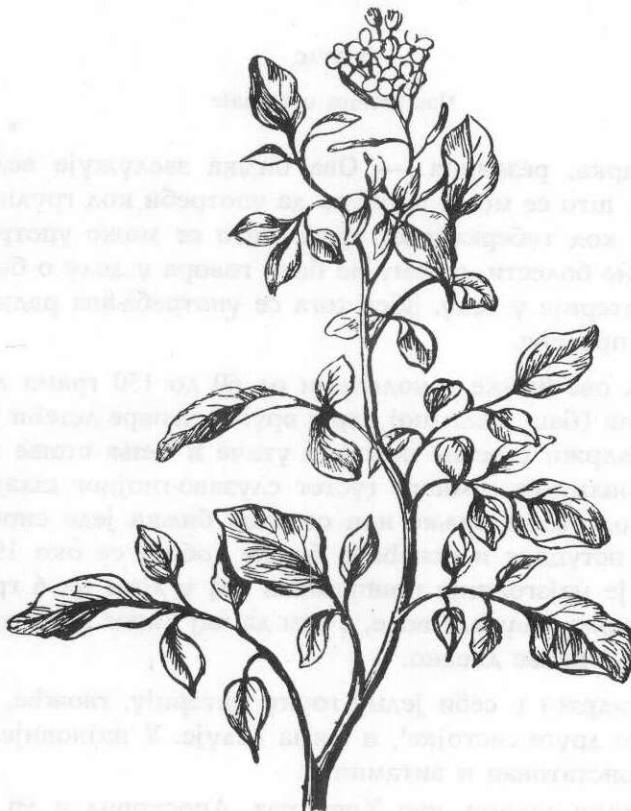
Угас садржи у себи једну горку материју, гвожђе, фосфор, јод и разне друге састојке<sup>1</sup>, и њима делује. У најновије време у угасу је констатован и витамин Е.

Још стари лекари, као Хипократ, Диоскорид и др., употребљавали су ову биљку као средство за избацање шлајма код хроничних катара плућа, код промукlostи певача, болова у гушци и гркљану беседника, глумца и професора и др.

<sup>1</sup> „Рафанолид, један гликозид — гликонастурцин, који ферменти (што се налазе у овој биљци) удвостручавају у гликозу и сеневол, 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 дужег примања овог лека случајно појаве болови у мокраћној бе-



Угас (*Nasturtium officinale*)

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

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 достигне 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 луте.

„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“ (A. Camus).

### 13. ШАФРАН

*Crocus sativus*

**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 Лијежкоа, по Леклерку, који је имао често прилике да је примењује код хроничног бронхитиса, сматра да њен главни састојак, ароматична есенција, при пролазу кроз плућа стишава кашаљ на тај начин што опија завршетке нерава у уским међурастим 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 спроведе размери 10—20 на 180 грама шећера. Спремљен сируп узимати супеним кашикама.

### 14. ОРЛОВИ НОКТИ

*Lonicera caprifolium*

**Козја кrv.** — У лечењу ове болести употребљавају се суви цветови и кора. Цветови — као благо средство које стишава кашаљ (др С. Петровић). Чай 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 спровођање лекова прописан је сируп од цветова ове биљке (100 грама чаја: 180 грама шећера) — Sirop de chèvreuilie”... И још:



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 медицини 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, зрина, „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 други“. 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

*Lactuca virosa*

Отровна салата. — Лековити састојак салате (тзв. лактукаријум) 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 дugo 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 <sup>1</sup>	500 "

Кад узмемо да се згустак опијума може дати у дози од пет центиграма (половина десетог дела од грама или једна двадесетина његова) — значи да се згустак лактукаријума (млечњака) може дати у истој количини; dakле, 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 напред), а нарочито сируп:

<sup>1</sup> Планинска вода, која није кречна, по моме искуству, може да замени апотекарску дестилисану воду.

Тридасе (згуснутог сока од исцеђене 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 плоћење“ (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 (*Lactuca sativa*) 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 надугацко описује. Једногодишња је биљка. Њене стабљике

су усправљене, глатке и гранате, цветови су поређани у гроздове.  
Сеје се по баштама.

#### 16. МИРТА

*Myrtus communis*



Мирта (*Myrtus communis*)

Уз ове лековите биљке могу се навести и друге са истим или слабијим дејством. Међу њима је најбољег дејства и најчешће помињана коњеда (*Glycyrrhiza echinata*) — о којој се говори у одељку о заразним болестима. Поменућемо још једну биљку:

Расте близу Средоземља, као жбуна; садржи есенцију мицтол и добру дозу танина. Мицтол се може употребити ректално: у чепићима по 0,25—0,5 грама. Иначе се мицта може узимати као чај (15:1000), као течан екстракт (0,20—0,6 грама) и као инжекција (2—4 грама), и то код оболења плућа и мокраћног-полних органа.

ТРУЛЕЖ И ТРУЉЕЊЕ У ПЛУЋИМА  
ПЛУЋНА ГАНГРЕНА

БЕЛИ ЛУК

Allium sativum

Код дуготрајних бронхитиса са непријатним задахом, мири-  
сом труледжи и обиљем испљувака из уста најкорисније је упо-  
требити бели лук. Нећemo да говоримо много о томе шта у гла-  
вици белог лука има (есенција са сумпором итд.), него ћemo 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 мисао да употребим бели лук дошла ми је случајно кад  
сам констатовао код једног излеченог болесника да мирише на  
бели лук после убрзгавања у вену препарата арсеника (како-  
дилата), који се, као што је многима познато, даје за појача-  
ње крви.

Лек, који ми је спремио Иријер (Hurriger), није био ништа  
аруго до наквашен бели лук у алкохолу од 60 гради. Таква тинк-  
тура је jako активна и садржи оне лековите састојке којима  
делује.

При мерењу температуре болесникove 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 serum против труљења 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 употребљавана за антисептику плућа (убијање бацила у њима) бели лук показао као најсигурнији. Ја не верујем да је неки специфични лек (једини најбољи за ту болест), али у сваком случају он даје изванредне резултате.“ И Леклерк признаје ово искуство 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.

У вароши, где се људи боје да миришу на бели лук, може се овај давати ако се скрува у млеку или чистој супи, или ако се направи од њега сируп (узима се 1 део лука, 2 дела воде и толико исто шећера) и даје по 2—3 кашике дневно.

Лечење белим луком може трајати месецима, па и читаве године без икакве штете. Др Е. Мајер такође истиче, као и француски 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 целокупним тешким стањем. У том циљу он као сигурна средства препоручује препарате Allisatin-Sandos и Comallysat Bürger'a.

Обе школе, dakле, и француска и немачка, утврдиле су лековито деловање белог лука на плућа.

### ЗАПАЉЕЊЕ ПЛУБА

Одмах после великог назеба услед јаког ветра, кише, лежања на хладној земљи, или у сенци на мокрој трави, од мокрих и прозеблих ногу; после јаког бронхитиса, после грипа, па и после умо-

ра и случајне заразе — добија се запаљење плућа. Њега прати грозничаво стање, висока температура тела, дрхтавица, главоболја, болови са стране у ребрима, леђима, крстима, кашаљ с избацивањем испљувака проређених крвљу, боје рђе, несаница, каткад повраћање итд.

Чисто, самостално запаљење плућа састоји се у приливу крви у један део плућа услед заразе и концентрације (скупљања) бацила који изазивају плућна оболења на том месту. Ово стање може се каткад претворити у оштуку заразу крви и свршити болесниковом смрћу.

Негом, дијетом и лечењем ова се болест може лако пребродити, ако је организам оболелога иolle отпоран и није сувише стар.

Код ове, врло озбиљне болести потребно је, између остalog, 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, оранжаду и одвар од кининове коре (купи се у апотеци) — све с мало коњака или слатког вина, а по жељи и са слатким од поморанџи.

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

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

То се кува око пола сата — док се не укува до 200 грама, и даје на сат и по 1 супена кашика. О физичким методама (облогама, чашама — вентузима итд.) да не говоримо. После пада температуре, не пре, даје се један од оних лекова који помажу избацивање слузаве материје из плућа (шлайма), 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 хроничног бронхитиса.

#### 9. ЈАГЛИКА

*Primula veris*

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

*Solanum dulcamara*

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 марамице с „водом“). Многи виђени лекари препоруђују ову биљку и код других болести (реуматизма, подагре, сифилиса, кожних болести).

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

Узети разводникove ољуштене стабљике,	
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 шећера 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 ољушти 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 срчасто-јајацсто округло, или јајацто-копљасто; на срчастом дну листови имају прирасла два мања листића, гола или слабо маљава. Цветићи су мали, љубичасто-плави с крупним великим прашницима, који дају после мале, такође јајацто-округле бобице, боје јасно црвене кад узру. Расте покрај путева и влажних места. Цвета од јуна до августа.

#### 10. КАНТАРИОН

*Hypericum perforatum*

Госпин цвет, госпино зеље. — Ако после запаљења плућа постоји сувишно избацивање испљувка и то се избацивање отежне на дуже време, онда је корисно применити госпин цвет (кантарион).

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

Овај напитак је балзамичан, горак, али има то својство да подстиче апетит и умањује избацивање 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 шолу прокуваног чаја; 2 пута дневно пити топло, изјутра рано и увече.

## ЗАПАЉЕЊЕ ПЛУБНЕ МАРАМИЦЕ (PLEURITIS)

Сам назив показује да је то оболење оне танке слузокоже која са спољашње стране покрива плућа и прелази на унутарњи зид грудног коша и горњу страну дијафрагме (делом), коју такође покрива. Ако ово запаљење марамици не дошло услед туберкулозе, чије је жариште на другом месту, или услед неке друге заразне клице, онда оно долази најчешће услед назеба. Болесник почиње осећати да му се пење температура тела, добија дрхтавицу, теже и убрзано дише, почиње да га пробада на оболелсју страни грудног коша, око брадавице, испод пазуха или испод лопатице; почиње суво да кашље, тј. иако нема шта да искашље, надражај на кашаљ 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 ткива 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 компликације у самим плућима, бубрезима итд. Често се запаљење марамици мора одвојити од реуматизма мишића тих места, од болести нерава, који се иначе налазе између ребара (грудног коша) — тзв. неуралгије, као и пробода од запаљења 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 марамици услед назеба треба најпре болеснику метнути у постельју и дати му да пије топле напитке и чајеве, који изазивају знојење и добро мокрење, а из хране избацити кухињску со. Поред уобичајеног чаја од петељака од трешања (или вишња), овде су својим деловањем од велике користи ове биљке:

### 1. КРАСУЉАК

Bellis perennis

## 2. МАСЛАЧАК

### *Tagaxasum officinale*

Некада је красуљак био познат као специфично средство против запаљења плућне марамице услед назеба. Сад се пак не употребљава сам, него већином с кореном маслачка, коме даје мекши, славиј 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 најбоље је додавати свежег сока од корена маслачка (1 кашичица) и мало ракије. У недостатку 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 шолје чаја дневно.

Деловање маслачка објашњава се овде тиме што његов корен и трава садрже много калијума, а који, опет, има своју добру 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).

Красуљак је лековита и украсна биљка; 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, испарано ружичастим или црвеним пругама, на крају стабљике носи по један цвет. Лишће је приземљи.

Маслачак (и његов корен) спада у коров; има дуговечан корен, лишће при дну и усправну стабљику, на чијем крају расте цветна главица с многим жутим цветићима. Лишће је дугачко и зупчасто 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: