

Léčivé rostliny

Léčivá rostlina je taková rostlina, která obsahuje takové látky, které příznivě působí na organismus. K léčení mohou být použity nejrůznější části bylin, keřů, stromů a hub. V dnešní době se v České republice používá asi 200 druhů léčivých rostlin, celosvětově více než 10 000 druhů z 250 000 známých druhů vyšších rostlin.

U rostlin můžeme sbírat :

- nať
- list
- květ
- plod
- semeno
- kůru
- dřevo
- kořen
- oddenek
- cibuli
- hlízu
- plodnici
- pupen

Desatero sběru, sušení a skladování léčivých bylin

1. Sbíráme jen rostliny, které bezpečně známe.
2. Sbíráme jen zdravé a hmyzem nenapadené rostliny.
3. Dbáme na to, aby se nám nesmíchalo více druhů rostlin dohromady.
4. Nasbírané rostliny nemačkáme, volně ukládáme a sušíme co nejdříve po sběru.
5. Rostliny nesbíráme za deštivého nebo vlhkého počasí.
6. Při sběru si počínáme ohleduplně, abychom rostlinu na místě nevyhubili.
7. Sbíráme pouze tam, kde je rostlin hodně.
8. Sušíme při teplotě 30-45°C v tenké vrstvě a ve stínu.
9. Bylinky můžeme i zmrazovat.
10. Bylinky skladujeme v suchu, tmě a v chladu v uzavřených skleněných nádobách nebo plechových krabicích.

Kopřiva dvoudomá

hojně roste na rumišťích, v pobřežních porostech, podél cest, v lesích, na zahradách od nížin až do hor po celé ČR

je to statná vytrvalá rostlina dorůstající až 2m, stonek je přímý s jednoduchými pilovitými listy, květy jsou na vrcholcích, v půdě je plazivý žlutavý oddenek

celá rostlina je pokryta žahavými chlupy

sbírá se jako léčivá bylina – list, nať, lodyha, někdy i kořen, je všestranně léčivá, výborně čistí krev používá se na zdravé kopřivové polévky, špenát a salát, důležitá potrava pro drůbež

Pampeliška lékařská

- ✓ je to vytrvalá plevelná bylina rostoucí na světlých sušších loukách, zahradách, mezích a jako plevel na polích
- ✓ je 5 – 40 cm vysoká, má silný kořen koření do hloubky až 2m, listy tvoří přízemní růžici, květy jsou zářivě žluté, po odkvetení jsou plodem bílé nažky s „padáčky“, které jsou větrem daleko unášeny
- ✓ celá rostlina je prostoupena mléčnicemi, které po utrnutí roní bílou šťávu – latex, která po zaschnutí na kůži hnědne
- ✓ je to mimořádně cenná léčivá bylina – sbírá se kořen, nať a list, používá se na celou řadu onemocnění
- ✓ je to důležitá včelařská rostlina

Pokyny pro žáky:

– látku si zapište do sešitů a za domácí úkol doplňte podobně charakteristiku těchto bylin: Jitrocel kopinatý, žebříček obecný